

سزارین

به خروج جنین از محل برش جدار شکم و دیواره رحم سزارین گویند .



سزارین تنها در مواقعی کاربرد دارد که زایمان طبیعی برای مادر و جنین با خطر همراه باشد. در این موارد بایستی به توصیه های پزشک و مامای معالج خویش عمل نمود. در غیر این صورت تمامی مادران قادرند یک زایمان کاملا طبیعی و ایمن داشته باشند.

در صورت کنترل سزارین نا بجا در کشور ، می توان از مرگ مادران و نوزادان به میزان قابل توجهی کاست

مواردی که نیاز به سزارین می شود

- عدم تناسب اندازه لگن با اندازه جنین
- درشت بودن جنین
- حاملگی چند قلوبی
- جراحی های قبلی بر روی رحم از جمله سزارین قبلی
- نکات قابل توجه در زمان بستری

حداکثر پس از ۴۸ ساعت بعد از عمل جراحی در صورت نداشتن (تب ، خونریزی ، ترشحات ، خون مردگی و کبودی محل جراحی) با نظر پزشک مرخص خواهید شد.

مراقبتهای بعد از سزارین

- بعد از عمل شما باید سرفه های موثر داشته باشید بنابراین با گذاشتن دست بر روی بخیه ها و فشار مختصری به آنها ابتدا نفس عمیق بکشید و سپس سرفه نمایید . این عمل را چند بار در روز انجام دهید
- پاهای خود را مرتبا در تخت حرکت دهید تا از ایجاد لخته خون در رگها جلوگیری نمایید .
- با استفاده از بتادین رقیق شده در مدتی که سوند دارید ناحیه تناسلی خود را شستشو دهید .
- بعد از اینکه سوندو سرم شما کشیده شد ابتدا مایعات مصرف نمایید (ترجیحا مایعات شیرین) سپس با کمک همراه در تخت بنشینید بعد از چند دقیقه پاهای خود را به مدت ۱۰ الی ۱۲ دقیقه از تخت آویزان کرده و در صورتی که سرگیجه نداشتید از تخت خارج شوید .
- مطمئن باشید که با تکان خوردن در بستر به بخیه شما صدمه ای نمی رسد .
- در صورت تجمع گاز در شکم و یبوست لازم است ابتدا بیشتر حرکت کرده تا گازها خارج شود و اگر موثر نبود پرستار را مطلع نمایید . بدون اطلاع از ملین استفاده نکنید

عوارض سزارین

- در خانمهای سزارینی ، احتمال سزارین های بعدی افزایش می یابد .
- اختلالات خلقی مادر مثل افسردگی در این مادران بیشتر از مادرانی است که به صورت طبیعی زایمان داشته اند .
- احساس ترس و نگرانی از حاملگی بعدی در این مادران بیشتر از مادرانی است که به صورت طبیعی زایمان داشته اند .

این مادران نمی توانند یک ارتباط عاطفی مناسب و زود هنگام با نوزادشان داشته باشند (بعلت حالت بیهوشی و درد زیاد بعد از عمل) .

- داروهای بیهوشی باعث احساس خستگی ، خواب آلودگی به مدت طولانی تری در مادران سزارینی شده و همچنین این داروها در بیهوشی طولانی مدت بر روی جنین نیز عوارضی دارد .
- طول مدت بستری در بیمارستان در مادران سزارینی بیشتر است در نتیجه هزینه اقتصادی بیشتری دارد .
- احتمال عفونتهای ادراری در سزارین بعلت ضربه و صدمه ای که به سیستم ادراری در حین عمل وارد می شود بیشتر است
- احتمال ایجاد یبوست بعلت استفاده از داروهای بیهوشی و کم تحرکی (بعلت دردهای پس از سزارین) در این مادران بیشتر است .
- این مادران بعلت حالت بیهوشی و دردهای پس از عمل قادر به شروع شیردهی به موقع نخواهند بود که این امر باعث می شود طول مدت شیردهی کاهش یابد .
- عوارض عصبی (مثل فلج بازو) در این نوزادان بیشتر مشاهده می شود .
- احتمال ایجاد مشکلات تنفسی در نوزادانی که به طریق سزارین متولد شده اند نسبت به نوزادان متولد شده به روش زایمان طبیعی بیشتر است

توصیه های ضروری پس از سزارین

- بعد از ترخیص از بیمارستان مایعات فراوان استفاده نمایید.
- ۴۸ ساعت بعد از جراحی دوش سرپائی بگیرید و ناحیه عمل را کاملا تمیز و خشک نگه دارید ، لباسهای زیر و پد خود را مرتبا تعویض کنید



یا من اسمہ دواؤ و ذکرہ شفاء



راهنمای بیمار

مراقبت بعد از

سزارین

کد محتوا: ۱۳۹

<http://www.Alzahra.mui.ac.ir>

تلفن پیام گیر: ۰۳۱-۳۶۲۰۲۰۰۸

ایمیل: a.Salamat@azh.mui.ac.ir

➤ جهت کشیدن بخیه ها ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل به درمانگاه مراجعه نمایید .

➤ در خانمی که سونداژ شده است احتمال ابتلا به عفونت ادراری شایع میباشد .

➤ بنابر این مایعات فراوان استفاده کنید .مصرف مایعات زیاد از ایجاد لخته در پاها و ریه ها نیز پیشگیری می کند.

➤ چهل روز بعد از زایمان به نزدیک ترین مرکز بهداشت مراجعه و یکی از روش های پیشگیری از بارداری را انتخاب نمایید .

➤ ورزش برای برگشت سریعتر ماهیچه

های شکم و سایر قسمت ها به حالت

اولیه توصیه میشود و شش هفته بعد از

سزارین با نظر پزشک شروع میشود .

➤ بستن شکم تاثیر چندانی در کوچک و

صاف شدن شکم ندارد .

➤ از خوابیدن طولانی در بستر خوداری

نمایید راه رفتن در سالن اتاق و پیاده

روی در سرعت بهبودی شما بسیار موثر

است.

تهیه کننده: فریده نصیری "کارشناس ارشد پرستاری"

منبع: درسنامه ویلیامز ۲۰۱۸

مشاور علمی: خانم دکتر زارعان "متخصص زنان و زایمان"

طراحی و تدوین: محمود نصر اصفهانی "سوپروایزر آموزش

سلامت" بروز رسانی دفتر آموزش سلامت الزهرا(س) آذرماه

۱۴۰۰



➤ در هنگام حمام کردن بهتر است به صورت سرپائی

دوش بگیرید و از نشستن به مدت طولانی پرهیز کنید

و از مالیدن مواد چربی و غیره روی ناحیه عمل و خط

بخیه ها خودداری نمائید و تنها با کمی کف صابون

ناحیه عمل را شستشو دهید و آبکشی نمائید

➤ از انجام پانسمان غیر بهداشتی روی ناحیه عمل

خودداری نمائید .

➤ از پوشیدن لباسهای تنگ و نایلونی که موجب عرق

کردن می شود خودداری کنید زیرا ناحیه عمل باید در

معرض هوا قرار گیرد.

➤ از بلند کردن اجسام سنگین به مدت ۲ ماه جلوگیری

کنید و به مدت ۴۰ روز نزدیکی نداشته باشید .

➤ از مصرف موادی مثل صابون و کرم که ممکن است به

نوک پستانها آسیب برساند اجتناب کنید.

➤ جهت جلوگیری از التهاب پستان و عفونت آن شیردادن

را بطور مداوم انجام دهید . طولانی کردن فواصل

شیردهی باعث کاهش تولید شیر و تورم پستانها میشود

➤ بیمارانی که دارای شکم بزرگ هستند احتمال اینکه

شکم بر روی محل بخیه قرار گیرد و باعث عفونت

شود زیاد میباشد لذا بهتر است از شکم بندهای طبی

مناسب استفاده نمائید به طوری که محل بخیه حتما

خارج از شکم بند باشد .

➤ رژیم غذایی معمولی ، مایعات ، سبزیجات و

میوه جات تازه مصرف کنید . استفاده از مواد

غذائی مانند پنیر ، ماست ، نان سبوس دار ،

گوجه فرنگی ، جوانه ها ، تخم مرغ پخته و

مغزها (بادام ، فندق) می توانند مفید باشد

