



زایمان سزارین



سزارین یک جراحی بزرگ است که با برش دادن پوست روی شکم، عضلات زیر آن و جدار رحم همراه است. به طور متوسط، 10% زایمان‌ها در جهان به روش سزارین انجام می‌شود، طبق آمار رسمی در ایران حدود 25 تا 35% زایمان‌ها به صورت عمل جراحی یعنی سزارین صورت می‌گیرند، در حالی که طبق آمار غیر رسمی در ایران، سزارین 5 برابر سایر نقاط جهان است.

تهیه کننده: واحد آموزش
تأیید کننده: مدیر گروه زنان
تاریخ تدوین: 1397/4/19
تاریخ بازنگری بعدی: 1398/4/19
ویرایش: 00

کد: ATH-ED/ED – 36

منبع: کتاب داخلی جراحی پرستاری (برونر و سودارث) و
سایت اطلاعات پزشکی

پاها روی یکدیگر و بی حرکتی اجتناب نمایند

- برای بدست آوردن تناسب اندام، بسیاری از بانوان با اجازه پزشک خود می‌توانند ورزش کردن را از هفته‌های نخست پس از زایمان آغاز کنند. چون به نوزاد خود شیر می‌دهید نمی‌توانید رژیم لاغری بگیرید ولی می‌توانید با کاهش چربی‌ها، شیرینی‌ها و جایگزین میوه، سبزیجات و پروتئین در غذاهای روزانه خود به کالری و انرژی لازم برای تغذیه فرزند خود دست یابید
 - لباس زیر را روزانه تعویض کنید و از لباس های زیر نخی استفاده و از پوشیدن لباسهای حاوی الیاف مصنوعی و جوراب شلوارهای تنگ و پلاستیکی خودداری کنید
 - لباس زیر همیشه باید خشک باشد و از مرطوب شدن آن پرهیز کنید
 - در صورت تجویز آنتی بیوتیک طبق دستور پزشک در فواصل معین و یک دوره کامل مصرف کنید
 - مسکن را طبق تجویز پزشک مصرف نمایید
 - 7-10 روز بعد، جهت کشیدن بخیه به پزشک معالج مراجعه نمایید
- بعد از سزارین، در چه مواردی باید به پزشک مراجعه کرد؟**
- در صورت قرمزی یا ترشحات چرکی از محل برش جراحی و تب بالاتر از 38 درجه و درد شکم
 - در صورت خونریزی شدید و مشاهده لخته‌های بزرگ خون (به طوری که در طول یک ساعت نیاز به تعویض نوار بهداشتی داشته باشید)، ترشحات بدبوی واژینال، رنگ پریدگی، دردساق پا، سرگیجه، علائم شوک (سردی اندامها، تنفس تند، گیجی و سردرد) اختلال در دفع ادرار و اجابت مزاج



آدرس: تهران، شهرک غرب، تقاطع بلوار فرحزادی و شهید دادمان
تلفن بیمارستان: 82721
فاکس بیمارستان: 88086095
سایت بیمارستان: www.atiehhospital.ir

بیوست و جلوگیری از ایجاد **لخته خون** در عروق کمک کند.

پزشک، برش جراحی را بررسی می‌کند تا عفونت نداشته باشد، میزان حرکت شما را می‌پرسد، میزان مایعات دریافتی شما را می‌پرسد و عملکرد مثانه و روده را بررسی می‌کند.
درد جراحی سزارین ممکن است در شیردهی مشکل بوجود آورد. بنابراین بهتر است درست بعد از عمل سزارین، شیردهی را آغاز کنید. پزشک به شما داروهایی برای کاهش درد می‌دهند که این داروها تداخلی با شیردهی مادر ندارند.

2 وقتی به منزل رفتید

4 تا 6 هفته طول می‌کشد تا محل بخیه سزارین کاملاً ترمیم شود. خستگی و احساس درد در این موارد شایع است.

رژیم غذایی

از مصرف غذا های نفاخ و دیر هضم حداقل برای 3 الی 5 روز اجتناب کنید و برای جلوگیری از بیوست رژیم غذایی پر فیبر و پخته شده (سبزیجات ومیوه و...)و مایعات مصرف کنید.

فعالیت و مراقبت ها

- از زور زدن، بلند کردن اجسام سنگین (تا زمانی که پزشک توصیه کرده است) خود داری کنید
- تا 4-6 هفته پس از زایمان بهتر است از انجام مقاربت خودداری کنید
- از بلند کردن اشیاء سنگین تر از وزن نوزاد تا 8 هفته پرهیز نمایید
- طبق دستور پزشک، پس از عمل پانسمان را برداشته، دوش بگیرید و روی زخم را باز بگذارید
- قبل از هر بار شیردهی، دستها را با آب و صابون شسته و برای تمیز کردن نوک سینه ها فقط از آب ساده استفاده نمایید
- در دو سه روز اول پس از زایمان میزان ترشح شیر کم است با مکیدن نوزاد به تدریج اضافه می شود
- از نشستن طولانی مدت در صندلی و فشار بر زانو ها، انداختن



در برخی موارد که پزشک تشخیص دهد، بیهوشی کامل انجام می‌گیرد و در این بیهوشی شما قادر به دیدن، شنیدن و یا احساس کردن چیزی نخواهید بود.

2 برش شکم با چاقوی جراحی

پزشک برشی را در قسمت پایین شکم ایجاد می‌کند. معمولاً این برش، افقی است. اگر یک برش بزرگ نیاز باشد و یا جنین باید زودتر بیرون آید، پزشک ممکن است یک برش عمودی روی شکم ایجاد کند. اگر در سزارین، شما را بی‌حس کرده باشند، در طی عمل جراحی سزارین دردی احساس نخواهید کرد، ولی می‌توانید تولد نوزاد خود را ببینید.

2 برش روی رحم

بعد از برش شکم، پزشک یک برش دیگر روی رحم ایجاد می‌کند. معمولاً برش رحم افقی است و در سراسر قسمت پایین رحم ایجاد می‌شود.

انواع دیگر برش‌های رحم وجود دارد که با توجه به موقعیت قرارگیری جنین در رحم مادر و عوارض احتمالی، توسط پزشک متخصص تعیین می‌شود.

2 زایمان

اگر شما را بی‌حس کرده باشند، در طی عمل جراحی سزارین دردی احساس نخواهید کرد، ولی تولد نوزاد خود را می‌توانید ببینید. پزشک دهان و بینی نوزاد را بعد از تولد، با وسیله مخصوصی تمیز خواهد کرد و بعد بند ناف را می‌برد. جفت پس از جدا شدن از رحم خارج می‌شود و قسمت برش جراحی، با بخیه بسته خواهد شد.

2 بعد از سزارین

مدت 2 تا 3 روز مادر و نوزاد در بیمارستان اقامت خواهند داشت. چند ساعت بعد از عمل، پرستار، مادر را به بلند شدن و راه رفتن تشویق می‌کند. حرکت کردن می‌تواند در بهبودی سریع، جلوگیری از

فشاری که در حین زایمان طبیعی به قفسه‌ی سینه نوزاد وارد می‌شود، کمک زیادی به تخلیه ریه‌های او از ترشحات و مایعات می‌کند که امکان برقراری یک فعالیت تنفسی عادی برای نوزاد ایجاد می‌شود. البته باز هم باید تأکید نمود در صورتی که ماما یا پزشک تشخیص دهند که عمل سزارین برای شما و نوزادتان ضروری است باید سزارین انجام شود و عوارض آن با عوارض مربوط به یک زایمان طبیعی مشکل، باید سنجیده شود و هر کدام برای شما مفیدتر باشد، انتخاب خواهد شد.

یکی دیگر از عوارض سزارین، هزینه بیشتر آن است. هزینه یک عمل سزارین و مدت بستری پس از آن، حدود 4 برابر و یا بیشتر از یک زایمان طبیعی است.

2 قبل از سزارین

قبل از سزارین باید نکاتی را مد نظر داشت، از جمله:

در خانه: شب قبل از روزی که عمل سزارین باید انجام شود، دوش بگیرید و خود را تمیز کنید. این امر به کاهش عفونت کمک می‌کند. هشت ساعت قبل از جراحی از خوردن مواد غذایی خودداری فرمائید.

در بیمارستان: موهای شکم شما تمیز می‌شود. برای تخلیه ادرار، یک کاتتر در مثانه شما قرار می‌گیرد. برای رساندن مایعات و داروها، به شما سرم وصل می‌شود. برای جلوگیری از درد معده، ممکن است به شما داروی ضد اسید بدهند.

بیهوشی: در بیشتر زایمان‌ها، از روش بی‌حسی موضعی کمر استفاده می‌کنند تا بیهوشی کامل. لذا شما در طی سزارین، هوشیار هستید.

شایع ترین روش بی‌حسی، بی‌حس کردن نخاع با تزریق آمپولی در ناحیه کمر است.

سزارین یک جراحی بزرگ است که با برش دادن پوست روی شکم، عضلات زیر آن و جدار رحم همراه است. به طور متوسط، 10 درصد زایمان‌ها در جهان به روش سزارین انجام می‌شود، طبق آمار رسمی در ایران حدود 25 تا 35 درصد زایمان‌ها به صورت عمل جراحی یعنی سزارین صورت می‌گیرند، در حالی که طبق آمار غیر رسمی در ایران، سزارین 5 برابر سایر نقاط جهان است.

امروزه در برخی از بیمارستان‌های ایران این آمار حتی 100 درصد نیز گزارش شده است. برخی متخصصین معتقدند که علت افزایش گرایش زنان به انتخاب سزارین، فرار از درد زایمان است. اما عمل سزارین خود با درد فراوان همراه است و عواقب منفی متعددی نیز به همراه دارد.

2 عوارض سزارین

با وجود پیشرفت‌های پزشکی و افزایش امنیت عمل جراحی، با این حال یک سزارین، خالی از خطر و عوارض نمی‌باشد.

2 عوارض مربوط به مادر در زایمان سزارین

- **خون ریزی‌های** پس از عمل
- ایجاد لخته‌های خونی در عروق ساق پا و ریه که در برخی از موارد بسیار خطرناک و حتی کشنده هستند
- عفونت جدار شکم و رحم
- چسبندگی در رحم و لوله‌ها و حتی روده‌ها
- عوارض **بیهوشی** و دردهای مربوط به بخیه‌ها
- **پس باید به خاطر سپرد که:**
- روزهای بستری در سزارین برای بیمار بیشتر است
- احتمال خون ریزی بعد از زایمان بیشتر است
- دردهای لگنی و چسبندگی بیشتر است
- مدت زمانی که فرد بتواند به روال عادی زندگی برگردد طولانی‌تر است
- احتمال بسیار کم نازایی بعد از سزارین نیز وجود دارد

2 عوارض مربوط به جنین

یرقان و مشکلات تنفسی

البته منظور این است که احتمال بروز این مشکلات در نوزادان سزارینی بیشتر از نوزادان زایمان طبیعی است نه این که حتماً در هر نوزادی که با روش سزارین به دنیا می‌آید این مشکلات نیز پیش می‌آید و بالعکس.