

• تغذیه بعد از سزارین :

طبق دستور پزشک بعد از 8 الی 12 ساعت تغذیه شما شروع میگردد شروع اولین تغذیه بیمار با مایعات بوده و جهت پیشگیری از اتساع شکم توصیه می شود بیماران از مصرف غذاهای نفاخ مانند شیر ، کمپوت گیلان ، آب میوه های صنعتی و ... تا اطمینان از کارکرد شکم خودداری نمایند

در صورت یبوست از روغن زیتون ، آلو و انجیر خشک خیس کرده استفاده شود سعی کنید به میزان کافی آب مصرف نمایید

چرا که به رفع یبوست کمک می کند و از طرفی به علت شیر دهی و خونریزی به جایگزینی حجم مایعات نیاز دارند

• نحوه دفع ادرار و اجابت مزاج :

بعلت جلوگیری از فشار به محل بخیه از توالی فرنگی استفاده شود

• میزان فعالیت :

حرکت در تخت و راه رفتن پس از هوشیاری کامل ، برای پیشگیری از ایجاد ترمبوز آمبولی (لخته در رگ) انقباض رحم و کاهش درد بیمار موثر می باشد(پس از بی حسی نخاعی توصیه می شود جهت پیشگیری از یروز سردرد، راه بردن بیمار حدود 12 ساعت پس از جراحی و با دستور پزشک انجام گیرد) بعد از خروج از تخت سعی کنید مرتب راه بروید چرا که راه رفتن هم از نفخ شما و هم از یبوست جلوگیری می کند به خاطر داشته باشید داشتن استراحت کافی در فواصل فعالیت به تسریع بهبودی دوران پس از زایمان کمک می کند سعی کنید در ساعاتی که نوزاد خواب است شما نیز استراحت کنید و از دید وب از دیدهای طولانی بستگان حتی الامکان بپرهیزید کار سنگین در منزل انجام ندهید

• شیردهی :

مرتب از هر دو سینه به نوزاد شیر دهید در صورت حالات غیر عادی در سینه مثل سفتی سینه ، درد، قرمزی و تب و لرز به بیمارستان مراجعه فرمایید همچنین شستشوی دستها قبل هر بار شیر دهی به منظور پیشگیری از آلودگی لازم است

• استحمام :

از روز سوم به بعد دوش گرفتن برای این محل نیز بلا مانع است و بعد از حمام با سشوار و دمای ملایم خط بخیه خشک می شود و نیاز به پانسمان مجدد نمی باشد محل بخیه ها حتما باید خشک باشد بخیه ها را به طور معمول در روز ده بعد از عمل با مراجعه به در مانگاه بیرون می کشند



دانشگاه علوم پزشکی شیراز
بیمارستان ولیعصر (عج) اقلید

سزارین

گرد آورنده: فاطمه جمشیدی، کارشناس پرستاری

بازنگری شده: تابستان 1404

منبع: پرستاری داخلی جراحی برونر ثودارت

کد سند: PE/P-PH/047/3

سزارین اصطلاحی است که معمولاً به منظور توصیف به دنیا آوردن یک جنین ، از طریق ایجاد برش بر روی شکم و رحم بکار می رود. زایمان سزارین نقش عمده ای در کاهش میزان مرگ و میر و عوارض مادر و جنین در صدسال اخیر داشته است .هدف اولیه از انجام این عمل نجات جان مادرانی بود که به علت توقف زایمان، در معرض خطر مرگ قرار داشتند ولی در طی سالهای بعد دلایل انجام آن گسترش یافته و بسیاری از زایمانهای دیگر را که در جریان آن ها جان مادر و جنین به علل گوناگون در معرض خطر مرگ قرار داشتند ولی در طی سالهای بعد دلایل انجام آن گسترش یافته و بسیاری از زایمانهای دیگر را که در جریان آنها جان مادر و جنین به علل گوناگون در معرض خطر قرار میگرفت نیز در بر گرفت. بطور متوسط آمار سزارین در ایران نسبت به کشورهای اروپایی و آمریکایی بیشتر است .بنظر برخی از متخصصین علت افزایش گرایش زنان به انتخاب سزارین ،فرار از درد زایمان است.

دلایل مورد قبول برای اجرای سزارین:

عدم تطابق سر جنین با لگن مادر و عدم پیشرفت زایمان، طرز قرار گرفتن غیر عادی جنین ، مشکلات مربوط به جفت و بند ناف سزارین قبلی ،در بعضی از موارد جنین های نارس و دیر رس چند قلوئی، موارد متفرقه مانند: عفونت هرپسی در ناحیه تناسلی (نوعی عارضه تبخال مانند بسیارم سری که برای جنین خطر ناک است) فشار خون بالا ، تومورهای فیروئیدی، بیماری قند، ایدز مادر و دوره های دردهای زایمانی که بسیار طول کشیده باشد از موارد دیگر سزارین می باشد

عوارض سزارین:

عوارض مربوط به مادر عبارتند از :

خونریزی های پس از عمل، لخته های خونی داخل رگ ها، عفونت و چسبندگی هایی در رحم، لوله ها، مثانه و حتی روده ها ، عوارض بیهوشی و دردهای مربوط به بخیه ها ، به هر حال زایمان سزارین، یک روش بی خطر نمی باشد شیوع مرگ مادر ناشی از سزارین، برحسب عاملی که موجب انجام سزارین شده است و شرایط دیگر متفاوت است با وجود این میزان آن کمتر از 1در هزار مورد جراحی است و بسیاری از موارد مرگ و میر به علت بیماری زمینه ای مادر و با عوارض بیهوشی رخ می دهند

افزایش خطر خونریزی در سزارین:

خونریزی بدنبال سزارین و عفونت های محل عمل و رحم بیشتر از زایمان طبیعی است و میزان خونریزی حدود 1000 سی سی می باشد که در زایمان طبیعی مقدار خونریزی 500سی سی است و برخلاف تصور عموم افراد سلامت مادر در سزارین بیشتر در معرض خطر قرار می گیرد

عوارض مربوط به جنین :

عبارتند از زردی و مشکلات تنفسی :

البته منظور این است که احتمال بروز این مشکلات در نوزادان سزارینی بیشتر از نوزادان زایمان طبیعی است نه این که حتما در هر نوزادی که با روش سزارین بدنیا می آید این مشکلات نیز پیش می آید فشاری که در حین زایمان طبیعی به قفسه سینه نوزاد وارد می آید کمک زیادی به تمیز کردن ریه های او از ترشحات و مایعات می کند که برقراری یک فعالیت تنفسی عادی را برای نوزاد ایجاد می کند عمل سزارین عمل جراحی بزرگ است و بعد از سزارین انتظار بروز این رویداد ها را داشته باشید و موارد زیر را رعایت کنید:

• کنترل درد:

درد موضع عمل و درد ناشی از انقباضات رحم در پی شیر دهی ممکن است احساس شود این درد به علت برگشت رحم به حالت اولیه قبل از حاملگی است و قابل تسکین یا مسکن تجویز شده توسط پزشک معالج شماست