

عمل سزارین چیست ؟

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

اقدامات قبل از عمل سزارین کدامند؟

- ♦ مصرف قرص آرامبخش در شب قبل از عمل طبق دستور پزشک
- ♦ از ۸ ساعت قبل از عمل مواد خوراکی مصرف نکرده.
- ♦ سوند ادراری برای مادر گذاشته می شود.
- ♦ موهای زاید روی شکم کوتاه یا شیو می شود.
- ♦ نکته ۱ : انتخاب نوع بی هوشی با توجه به شرایط سزارین با تاکید بر حفظ سلامت مادر و جنین است و مسئولیت انتخاب نوع بی هوشی یا بی حسی به عهده متخصص بی هوشی می باشد.
- ♦ نکته ۲: روش معمول بی دردی منطقه عمل ، بی حسی نخاعی است که اجازه می دهد مادر بلافاصله بعد از تولد نوزاد با او ارتباط برقرار کند. همچنین موجی ایمنی بیشتر و کاهش عوارض مادری و نوزادی می شود.



مراقبت های بعد از عمل سزارین کدامند؟

- ♦ شما به صورت روزانه و قبل از ترخیص ویزیت می شوید.
- ♦ ۸ تا ۲۴ ساعت بنا به دستور پزشک ، از مصرف مواد خوراکی اجتناب شود. و پس از آن یک تا دو نوبت اول ، تغذیه با رژیم غذایی آبکی یا نرم شروع شود.
- ♦ 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 چندبار در روز انجام دهید.
- ♦ در صورت مناسب بودن وضعیت مادر ، سوند ادراری ۱۲ ساعت بعد از عمل برداشته می شود.
- ♦ در صورت داشتن درد ابتدا سعی کنید با منحرف کردن فکر و صحبت کردن با دیگران و یا کشیدن نفس های عمیق و شل کردن عضلات از درد خود بکاهید و در صورتی که با این اقدامات درد شما کم نشد به پرستار مربوطه اطلاع دهید تا در صورت تجویز پزشک برای شما مسکن تزریق نماید.
- ♦ روز سوم پس از زایمان ، می توانید دوش بگیرید.
- ♦ پاهای خود را مرتباً در تخت حرکت دهید تا از ایجاد لخته خون در رگها جلوگیری نمایید.

♦ 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 با کمک و همراهی پرسنل ، 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 بیوست لازم است ابتدا بیشتر حرکت کرده تا گازها خارج شود و اگر موثر نبود پرستار را مطلع نمایید. و بدون اطلاع از داروی ملین استفاده نکنید.

♦ زمان ترخیص با توجه به صلاحدید پزشک و نداشتن مشکل ، از ۲۴ تا ۴۸ ساعت پس از عمل می باشد.

چه مراقبت هایی در منزل باید انجام دهید؟

♦ **در هنگام حمام کردن در منزل ،** بهتر است به صورت سرپایی دوش بگیرید و از نشستن به مدت طولانی پرهیز کنید. و تنها با کمی کف صابون یا شامپو بچه ناحیه عمل را شستشو دهید و آبکشی و خشک نمایید.





از سزارین و مراقبت های پس از آن چه می دانید؟



آموزش به مددجو

آموزش سلامت بیمارستان دکتر پیروز

۱۴۰۳

PIROOZ PAM. TPC. EDH

در صورت وجود هر یک از علائم خطر زیر، سریعاً به پزشک مراجعه نمایید:

خونریزی شدید یا افزایش ناگهانی خونریزی ، تب یا احساس داغی ، سردرد شدید و تاری دید ، ترشح بودار ، احتباس ادرار ، درد شدید ناحیه عمل ، تنفس مشکل ، درد شدید شکم ، تشنج ، درد پشت زانو یا بدون تورم ، احساس فشار به مقعد



منابع:

- ۱- ترکستانی ، ف و همکاران ، (۱۳۹۶) ، راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی و زایمان (بازنگری سوم) ، تهران، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی ، صص: ۱۷۸-۱۷۳
 - ۲- امامی افشار، ن و همکاران ، (۱۳۹۶) ، آموزش های دوران بارداری و آمادگی برای زایمان ، تهران، انتشارات پژوهاک آرمان شماره تلفن بیمارستان : ۳-۴۲۲۳۵۵۰۱
- نکات قابل توجه شما مددجوی گرامی :

۱-

۲-

۳-

- ♦ از انجام پانسمان غیربهداشتی روی ناحیه عمل خودداری نمایید.
- ♦ در صورت مشاهده ترشحات چرکی و خونی در ناحیه عمل و یا تب به پزشک خود مراجعه نمایید.
- ♦ در صورت خونریزی شدید حتماً به پزشک مراجعه نمایید.
- ♦ ۳-۶ هفته از نزدیکی خودداری نمایید.
- ♦ شروع تمرین پس از زایمان ، بهتر است با نظر پزشک باشد.
- ♦ روز هشتم بعد از عمل برای کشیدن بخیه و معاینه نزد پزشک خود یا مرکز بهداشتی درمانی مراجعه نمایید.
- ♦ در صورت توصیه پزشک از شکم بند استفاده نمایید.
- ♦ از خوردن غذاهای نفاخ پرهیز نمایید و در عوض آب و مایعات و سبزیجات مصرف نمایید.
- ♦ به مدت سه ماه قرص آهن و مولتی ویتامین مصرف نمایید و در صورت مصرف ناکافی لبنیات ، قرص کلسیم توصیه می شود.
- ♦ نکته مهم : بعد از زایمان تا ۶ هفته از ایستادن طولانی مدت ، حمل اشیاء سنگین ، دویدن-پریدن ، ورزش های سنگین ، بلند کردن همزمان دو پا در وضعیت طاقباز یا به پهلو و صاف نشستن با پاهای کشیده اجتناب شود.