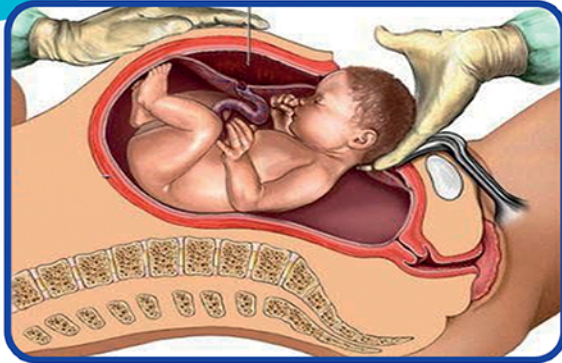


سزارین



**بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی
شهید آیت الله... محلاتی تبریز**

مرکز پیشگیری و ارتقای سلامت



آدرس: تبریز، میدان جهاد، کوی شهید محلاتی، بیمارستان تخصصی و
فوق تخصصی شهید محلاتی - بخش زایمان و مامایی
شماره تلفن: ۰۴۱ - ۳۴۴۹۵۰۷۰

تهیه و تنظیم: مهری شیر - سرپرستار بلوک زنان و زایمان - کارشناس مامایی
زیر نظر خانم دکتر رومینا زوار نیا - متخصص زنان و زایمان

تاریخ تهیه: پاییز ۱۴۰۱

منابع مورد استفاده:

تجربیات بالینی -

وب سایت آموزش سلامت دانشگاه علوم پزشکی تهران

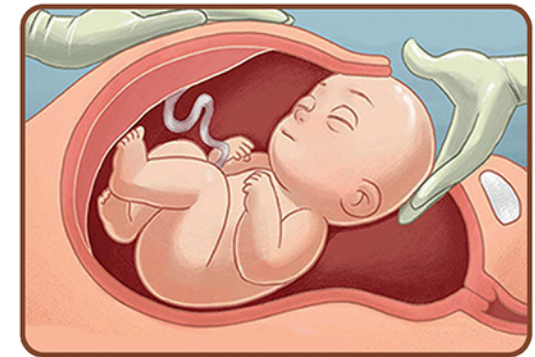
<http://help.tums.ac.ir>

- ۱۰- مادر باید از تماس با افرادی که بیماری مسری دارند، اجتناب کند.
- ۱۱- نسخه دارویی که پزشک نوشته، تهیه و طبق دستور پزشک مصرف کنید، بسته به نظر پزشک معالج بعد زایمان قرص آهن و مولتی ویتامین روزانه یک عدد استفاده نمایید. در زمان شیر دهی از مصرف غذاهای نفاخ و حساسیت زا مثل گوجه فرنگی، ادویه جات، کلم، پیاز اجتناب کنید.
- ۱۲- اگر شکم تان افتاده یا اضافه وزن دارید با یک پارچه نخی یا دست، شکم را بالا نگه داشته تا روی محل برش، فشار وارد نشود.
- ۱۳- دردوران نقاهت، خونریزی واژینال به سمت کم شدن می رود، در صورت افزایش به پزشک مراجعه نمایید.
- ۱۴- جهت پیشگیری از فشار روی بخیه ها از توالف فرنگی استفاده کنید.
- ۱۵- روابط جنسی بعد ۴۰ روز مانعی ندارد.
- ۱۶- تا چندین ماه از انجام کارهای سنگین خودداری نمایید.
- ۱۷- بهترین ورزش بعد سزارین پیاده روی است.
- ۱۸- یک هفته تا ده روز بعد سزارین جهت ویزیت به پزشک خود مراجعه نمایید و در صورت غیر قابل جذب بودن بخیه ها، در همان جلسه بخیه ها برداشته می شود.
- ۱۹- مادر محترم تا ۴۲ روز پس از زایمان در صورت داشتن هرگونه مشکل به بخش زایمان مراجعه نمایید یا تماس بگیرید.



سزارین :

تعریف سزارین : یعنی شکافتن شکم و ایجاد یک برش بر روی رحم زن باردار به منظور خارج کردن جنین از داخل رحم است .
روش جراحی با بی حسى یا با بیهوشى عمومى صورت مى گیرد .
مدت عمل ممکن است، ۳۰-۶۰ دقیقه طول بکشد، مدت بستری ۲۴-۴۸ ساعت بعد زایمان متغیر است .



مراقبتهای قبل عمل :

- ۱- شب قبل عمل حمام کرده و ناحیه جراحی را کاملاً بتراشید زیرا این کار باعث کاهش عفونت می شود.
- ۲- هشت ساعت قبل عمل چیزی میل نکنید.
- ۳- قبل عمل تمامی زیور آلات (النگو، گوشواره، گردنی)، لنز، عینک، دندان مصنوعی و سایر پروتزهای خود را در آورده و لاک ناخن و آرایش صورت را هم پاک نمائید.
- ۴- برگه رضایت عمل و بیهوشی را خودتان و همسرتان امضاء نمائید.
- ۵- در صورت داشتن خونریزی زیاد، ترشحات غیر طبیعی، تب و لرز و یا کاهش حرکات جنین به کادر درمان اطلاع دهید.
- ۶- از بلند کردن اشیا سنگین و یا ورزش های سخت خودداری کنید.



مراقبتهای بعد عمل سزارین :

- ۱- ساعت های اولیه شیر دهی نوزاد دارای اهمیت است . مامای مراقب نوزاد درمورد شیردهی اطلاعات لازم را به مادر ارایه می دهد. با وجود اینکه شما در اثر داروی بیهوشی یا بی حسى خواب آلود هستید ولی باید سعی کنید هر چه سریع تر به فرزند خود شیر دهید.
- ۲- اگر درد دارید، راحت ترین وضعیتی را که می توانید به فرزند خود شیر دهید، انتخاب کنید. چرا که شیردهی به جمع شدن رحم و کاهش خون ریزی کمک می کند و وقفه در شیر دهی شیرتان را خشک می کند .
- ۳- طبق دستور پزشک دوازده ساعت باید پانسمان باز نشود بعد باز کردن، محل جراحی را پانسمان کرده و چسب ضد آب زده و با کمک همراه و پانسمان ضد آب می توانید روزانه دوش بگیرید. بعد سه روز می توانید، پانسمان ضد آب را باز کنید و با کف صابون و یا شامپو بچه شستشو داده و محل را تمیز و خشک نگهدارید.

۴- در صورت تب و ترشحات چرکی و غیر معمول از بخیه ها، قرمزی محل عمل، خونریزی زیاد یا مشکل در دفع ادرار، تب و لرز به پزشک مراجعه نمایید .

۵- تا سه روز پس از عمل، از مصرف غذاهایی نفاخ (میوه جات خام، آب میوه کارخانه ای، موز، حبوبات) اجتناب کنید.

۶- جهت پیشگیری از سر درد احتمالی به علت بی حسى از کمر، مایعات فراوان مصرف کنید . در صورت عدم بهبودی سردرد یا بروز علائم، حسى و حرکتى، تارى دید، سفتى گردن، خواب آلودگی غیر طبیعی، لازم است به پزشک مراجعه کنید .

۷- در صورت اجازه پزشک طبق آموزش های داده شده ورزش نمایید.

۸- هنگام سرفه روی محل عمل بالش گذاشته و یا با دست محل عمل را حمایت کنید .

۹- مادر پس از زایمان مسئول غذای خود و فرزندش می باشد، پس باید در رژیم غذایی وی ویتامین و پروتئین و مایعات کافی و مقوی وجود داشته باشد، تا پروتئین و کلسیمی که از طریق شیردادن از دست می دهد، جبران کند. پس بهتر است مادر روزانه ۸-۱۲ لیوان آب مصرف نماید

