

سزارین

عمل سزارین به معنای خارج کردن جنین از رحم به روش جراحی از طریق یک برش در جدار شکم و رحم می باشد.

علل سزارین؟

مهم ترین علت هایی که پزشک را وادار به سزارین مادر میکند عبارتند از:

-عدم تناسب سر جنین با لگن مادر

-عدم پیشرفت زایمانی

-حاملگی چند قلوبی

-زجر جنین به دلیل عدم پیشرفت زایمانی

-دیابت یا فشارخون بالای مادر

-مشکلات مربوط به بند ناف

-وضعیت نایجابی جنین در رحم

-مشکلات مربوط به جفت

بنابراین سزارین فقط زمانی که مادر یا جنین مشکل جدی داشته باشند انجام می شود. در واقع برای یک مادر سالم و جنین سالم بهترین و سالم ترین روش زایمان طبیعی است.

مراقبت های پس از سزارین

خونریزی: تا ۲۴ ساعت بعد از سزارین ممکن است خونریزی در حد قابل توجه باشد ولی به تدریج از حجم خونریزی کاسته خواهد شد.

درد: برای کاهش درد ناحیه عمل تشویق به سرفه و تنفس عمیق و گرفتن محل بخیه با دست موقع راه رفتن

در ضمن برای تسکین درد از مسکن های تجویز شده پزشک تا یک هفته بعد از عمل استفاده شود.

استفاده از داروهای تجویزی مخصوصا آنتی بیوتیکها و ضد انعقاد ها و قرص آهن را طبق دستور پزشک معالج

تغذیه: استفاده از رژیم پرپروتئین ، پر ویتامین و

پرفیبر و در بیماران دیابتی رژیم دیابتی استفاده از آب میوه طبیعی به غیر شیر موز برای دیابتی ها استفاده از غذاهایی چون کباب و جوجه کباب و مرغ آب پز و سبزیجات پخته مثل اسفناج ، کدو

از آب میوه های صنعتی و خوردن شیر در روزهای اول بعد عمل خودداری گردد.

از خوردن غذاهای نفاخ مثل گندم ، جو، نخود و لوبیا دارند پرهیز کنید.

از خوردن غذاهای پرچرب مثل کاجی بعد از عمل پرهیز کنید چون هنوز تا چند روز که حرکات روده به حال طبیعی خود برگردد دچار مشکل می شوید.

از خوردن غذاهایی که شما را دچار یبوست کند احتیاط کنید و شکم خود را نرم نگه دارید.

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی

استان آذربایجان غربی

مرکز آموزشی درمانی جامع زنان کوثر



مراقبت های بعد سزارین

واحد آموزشی به بیمار

منبع: پرستاری برونر و سوارث

تأیید کننده: دکتر بهادری

تاریخ تدوین: بهار ۱۴۰۳

بهداشت فردی:

پس از ترخیص از بیمارستان دوش سرپایی در منزل گرفته شود.

استفاده از لباسهای زیر نخی و جلوگیری از پوشیدن لباسهای تنگ و پلاستیکی

خودداری از مقاربت جنسی ۴ تا ۶ هفته بعد عمل

تمیز کردن نوک سینه ها با آب ساده قبل از هر بار شیردهی

رعایت بهداشت دست قبل از هر شیر دهی با آب و صابون

اجتناب از نشستن طولانی مدت در صندلی و فشار بر زانوها و بی حرکتی طولانی

میزان مصرف مایعات را بیافزایید تا دچار یبوست نشوید.

در صورت داشتن تب به پزشک مراجعه کنید.

مراقبت از زخم: پانسمان محل عمل روز

دوم برداشته شده و روی زخم باز نگه داشته شود. تمیز و خشک نگه داشتن زخم جراحی مهم است.

مراجعه به پزشک جهت برداشتن بخیه ها ۷ تا ۱۰ روز بعد از عمل

خودداری از زور زدن و بلند کردن اجسام سنگین

تا حد امکان استفاده از توالت فرنگی برای جلوگیری از فشار به بخیه ه

در صورت مشاهده هرگونه ترشح از زخم به پزشک مراجعه نمایید.

فعالیت: حرکات نرمشی و ورزشهای سبک در منزل را می توان انجام داد.

قدم زدن در اتاق به گردش خون در بدن کمک میکند از تنبلی روده ها میکاهد و خطر لخته شدن خون را در ساق پا کاهش میدهد.