

❖ به طور معمول مادرانی که تحت عمل جراحی سزارین قرار می‌گیرند، ۲۴ تا ۴۸ ساعت بعد از جراحی در بیمارستان بستری می‌باشند. از زمان ورود مادر به بخش زنان و زایمان آموزش‌های لازم توسط پزشک، پرستار و ماما به شرح زیر، به شما داده خواهد شد.

در صورت وجود هرگونه ابهام و سؤال از فرد آموزش دهنده سوالات خود را پرسید.

❖ شما پرستار یا ماما و مراقب مفصوف به خود دارید، نام او را به فاطر بسپارید و مشکلات خود را با او در میان بگذارید.

❖ در محل برش جراحی احساس درد دارید که با دریافت داروهای ضد درد، درد شما متوقف خواهد شد.

در هیچ شرایطی از این‌که درخواست مسکن کنید فعالیت نکشید. شما نباید در سکوت رنج ببرید. هرچه بیشتر صبر کنید، کنترل درد مشکل‌تر می‌شود. به علاوه هر چه راحت‌تر و آرام‌تر باشید شیر دادن و به راه افتادن برای خودتان آسانتر خواهد بود.

❖ بعضی از مادران احساس قارش در بدن دارند، به فصوص انتهایی که از طریق نفاعی بی‌حسی گرفته‌اند. در چنین صورتی به پرستار یا ماما مراقب خود اطلاع دهید.

❖ سرفه، عطسه یا سایر فعالیت‌هایی که در محل شکم فشار ایجاد میکنند، در روزهای اول دردناک خواهد بود ولی روز به روز و رفته رفته بهتر خواهد شد.

❖ شما دارای ترشحاتی از واژن خواهید بود که حاوی خون و بافت‌های اضافی‌کنده شده از درون رحم است. ممکن است اولین بار که از جایی فیزیو مقدار زیادی از این ترشحات فونی دفع شود. تا ۳ یا ۴ روز اول به رنگ قرمز روشن خواهد بود.

❖ بر روی محل برش جراحی دست خود را گذاشته و سرفه و تنفس عمیق انجام دهید

❖ اگر همه چیز روبراه باشد، سرم و سوند ادراری در عرض ۱۲ ساعت پس از عمل جراحی از شما جدا خواهد شد.

❖ در صورت عدم وجود مشکل، در عرض هشت ساعت بعد از عمل، می‌توانید غذا بفرید که بهتر است از مایعات و غذاهای نرم شروع کنید.

❖ در روز اول ممکن است از نفخ شکم و تجمع گاز در شکم رنج ببرید. از آنجا که حرکات روده پس از عمل جراحی کند می‌شود، گاز در روده تجمع می‌یابد.

❖ حرکت کردن و راه رفتن به حرکات گوارشی کمک می‌کند تا مبدرا فعالیت خود را از سرگیرد.

❖ اگر ناراحتی شما زیاد باشد، پرستار یا ماما مراقب به شما داروهای ضد نفخ می‌دهد. در صورت درد شدید شکم، اتساع و نفخ شکم و عدم دفع گاز و مدفوع به پرستار یا ماما مراقب خود اطلاع دهید.

❖ جهت برفاستن از تفت هتما یک نفر بایستی در کنارتان حضور داشته باشد.



دانشگاه علوم پزشکی شاهرود
مرکز آموزشی صافی ماساژ



عنوان: مراقبت های بعد از سزارین

«حین بستری»

تهیه کنندگان: رعنابرومند (کارشناس پرستاری)

منابع: کتاب ویلیامز 2022 / راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی و

زایمان ویرایش سوم



تاریخ تدوین: دی ماه 1401



تاریخ بازنگری: تیرماه 1404

❖ بعد از ورود به بخش زنان و زایمان، جهت کنترل فونریزی

رهم تا 6 ساعت اول، هر یک ساعت رهم توسط ماما یا

پرستار باید ماساژ داده شود. قله رهم بایستی در حد ناف یا

پایین تر لمس شود و سفتی آن را احساس کنید .

❖ پنانه بعد از تقلیه ادرار، قله رهم همچنان بالا بود یا حالت

سفتی نداشت و یا احساس فونریزی و فیس شدن داشتید،

بلافاصله پرستار و ماما مراقبت خود را مطلع نمایید .

❖ جهت کاهش فونریزی رهمی، شیر دادن سریع به نوزاد و

تقلیه ادرار بسیار موثر می باشد .

❖ پنانه بعد از خارج کردن لوله ادراری، دفع ادرار نداشتید،

پرستار و ماما مراقب خود را مطلع کنید. شود.

❖ زمانی که در تفت هستید با حرکت دادن و کشیدن ساق ها

و پرقانندن مچ پا، فون را در ساق پا به جریان بیندازید .

❖ 8-12 ساعت بعد از دریافت اجازه از طرف پزشک و

پرستار ، بیمار با کمک یک نفر چند بار در اتاق قدم بزند.

این امر به گردش فون در بدن کمک می کند، از تنبلی

روده ها می کاهد و خطر لخته شدن فون در ساق پا را

کاهش می دهد .

❖ در ابتدا ممکن است حتی رفتن به دستشویی هم غیر

ممکن به نظر برسد، ولی حرکت کردن در بهبودی شما

اهمیت زیادی دارد. می توانید برنامه راه رفتن را طوری

تنظیم کنید که پس از دریافت مسکن باشد تا درد کمتری

احساس کنید.