



به نام خالق هستی بخش

دانشگاه علوم پزشکی استان فارس

عنوان:

مراقبت های بعد از سزارین

«حین بستری»

تهیه کننده: زهرا منفرد (کارشناس پرستاری)

منبع: کتاب ویلیامز/ راهنمای کشوری ارائه خدمات

مامایی و زایمان

تاریخ تدوین: دی ماه 1398

تاریخ بازنگری: دی ماه 1401

«مرکز آموزشی درمانی حافظ»



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 ۲ آموزش های 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 بپرسید.

شما پرستار یا ماما و مراقب مخصوص به خود دارید، نام او را به خاطر 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 این که درخواست مسکن کنید خجالت نکشید. شما نباید در سکوت رنج ببرید. هرچه بیشتر صبر کنید، کنترل درد مشکل تر می شود. به علاوه هر چه راحت تر و آرام تر باشید شیر دادن و به راه افتادن برای خودتان آسانتر خواهد بود.



بعضی از مادران احساس خارش در بدن دارند، به خصوص آنهایی که از طریق نخاعی بی حسی گرفته اند. در چنین صورتی به پرستار یا ماما مراقب خود اطلاع دهید.

سرفه، عطسه یا سایر فعالیت‌هایی که در محل شکم فشار ایجاد میکند، 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 بافت های اضافی کنده شده از درون رحم است. ممکن است اولین بار که از جا برمی خیزید مقدار زیادی از این ترشحات خونی 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، می توانید غذا بخورید 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 می شود، گاز در روده تجمع می یابد.

حرکت کردن و راه رفتن به حرکات گوارشی کمک می کند تا مجدداً فعالیت خود را از سر گیرد.

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



جهت برخاستن از تخت حتماً یک نفر بایستی در کنارتان حضور داشته باشد.

زمانی که در تخت هستید با حرکت دادن و کشیدن ساق ها و چرخاندن مچ پا، خون را در ساق پا به جریان بیندازید.

دو روز بعد از عمل با کمک یک نفر چند بار در اتاق قدم بزنید. این امر به گردش خون در بدن کمک می کند، از تنبلی روده ها می کاهد و خطر لخته شدن خون 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.



بعد از ورود به بخش زنان و زایمان، جهت کنترل خونریزی رحم تا ۶ ساعت اول، هر یک ساعت رحم خود را ماساژ دهید. قله رحم بایستی در حد ناف یا پایین تر لمس شود و سفتی آن را احساس کنید.

چنانچه بعد از تخلیه ادرار، قله رحم همچنان بالا بود یا حالت سفتی نداشت و یا احساس خونریزی و خیس شدن داشتید، بلافاصله پرستار و ماما مراقبت خود را مطلع نمایید.

جهت کاهش خونریزی رحمی، شیر دادن سریع به نوزاد و تخلیه ادرار بسیار موثر می باشد.

چنانچه بعد از خارج کردن لوله ادراری، دفع ادرار نداشتید، پرستار و ماما مراقب خود را مطلع کنید.

