

به نام خدا

مددجوی گرامی در صورتی که زایمان طبیعی نموده اید نکات زیر را رعایت فرمایید :

۱) پس از ترخیص می توانید روزانه دوش سرپایی بگیرید و اگر بخیه خورده باشید محل را تمیز و خشک نگه دارید.

۲) لباس های زیر خود را روزانه تعویض کنید و نگذارید مرطوب بماند . آن ها را قبل از استفاده اتو کنید .

۳) لباس های زیر تنگ و نایلونی نپوشید و بگذارید ناحیه ی ترمیم شده در معرض هوا قرار گیرد .

۴) جهت نرم شدن روده ها از سبزیجات میوه ها و مایعات به مقدار زیاد استفاده کنید .

۵) بعد از ترخیص به داروخانه مراجعه نمایید و دارو را طبق دستور استفاده نمایید .

۶) نوزاد خود را یک روز در میان حمام کنید . بند ناف باید خشک و تمیز نگه داری شود و بیرون از پوشک نوزاد باشد.

۷) پماد و الکل سفید روی بند ناف نوزاد مالیده نشود .

۸) برای تزریق واکسن بدو تولد هرروزه (بجز روزهای تعطیل) ساعت ۸-۱۰ به کلینیک بیمارستان مراجعه نمایید.

۹) پس از ترخیص برای تشکیل پرونده ی مادر و نوزاد به نزدیک ترین پایگاه بهداشتی مراجعه فرمایید.

۱۰) چهل روز پس از زایمان در مرکز بهداشتی که پرونده دارید یکی از روش های جلوگیری را انتخاب نمایید .

۱۱) به مدت چهل روز نزدیکی نداشته باشید .

۱۲) تست غربال گری جهت کم کاری تیروئید و یا کم خونی نوزاد را روز ۳ تا ۵ بعد از زایمان در نزدیک ترین پایگاه بهداشتی انجام دهید





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی

مراقبتهای پس از زایمان طبیعی



hiDoctor.ir

مصرف غذاهای پرفیبر و میوه و سبزیجات

تمیز نگهداشتن محل بخیه و خشک

نگهداشتن آن‌ها فراموش نشود.

مراجعه به پزشک معالج یک هفته پس از

زایمان نیاز است.



واحد ارتقا سلامت بیمارستان دکتر شریعتی نرسیده به

ماه‌دشت کرج

گروه هدف: کلیه مراجعین

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۶۳۷۳۰۵۰۱ زیر

تماس بگیرید

تهیه مرداد ۱۳۹۹ و بازنگری ۱۴۰۳

منبع:

<https://www.madaryar.com>

(پس از ۱۰ روز غسل نفاس انجام داده و فرایض دینی را انجام دهید و برای خواندن نماز در صورتی که خونریزی داشتید احکام استحاضه را طبق رساله رعایت کنید.

(۱۴) فقط ۱۰ روز پس از زایمان فرصت دارید که با در دست داشتن شناسنامه و شماره ملی پدر و مادر نوزاد به زایشگاه مراجعه نموده و برای نوزاد گواهی ولادت دریافت کنید.

(۱۵) در صورت بروز هر گونه مشکلی برای مادر یا نوزاد با شماره ی ۲-۳۷۳۰۵۰۱ تماس بگیرید.

