

به نام خدا

مراقبت‌های پس از سزارین در بیمارستان چگونه است؟

به‌طور معمول بیمارانی که تحت جراحی سزارین قرار می‌گیرند تا ۲ روز بعد از جراحی در بیمارستان می‌مانند و این بستگی به وضعیت آنها و نظر پزشک دارد. پرستار در ابتدا هر ساعت یک بار طبق دستور پزشک به بیمار سر می‌زند و وضعیت مادر را کنترل می‌کند. علایم حیاتی چک می‌شود. شکم لمس می‌شود تا میزان سفتی رحم مشخص شود. همچنین میزان خون‌ریزی کنترل شده و به اطلاع پزشک می‌رسد. ممکن است مادر دارای ترشحات خونی از واژن باشد که اولین بار که از جا برمی‌خیزد مقدار زیادی از این ترشحات خونی دفع شوند که ۳ تا ۴ روز اول به رنگ قرمز روشن است. نحوه سرفه کردن و تمرینات تنفسی به مادر آموزش داده می‌شود تا مایعات جمع شده در ریه‌ها تخلیه شود. این امر در صورتی که بی‌هوشی شما از نوع عمومی بوده باشد بسیار حایز اهمیت است. دقت کنید که هنگام سرفه (و نیز عطسه و خنده) دست‌ها یا یک بالش کوچک را روی شکم بگذارید. اگر همه چیز نرمال باشد، سرم و سوند ادراری در عرض ۱۲ ساعت پس از جراحی برداشته خواهد شد.

تا چه مدت پس از عمل سزارین مادر نباید

چیزی بخورد؟ برحسب تشخیص پزشک ۱۲ تا ۲۴ ساعت ناشتا بودن لازم است. در روز اول به علت نفخ و تجمع گاز در شکم

بهتر است از مایعات استفاده شده و تا دو روز غذای سبک‌تر مصرف شود. از آنجا که حرکات روده بعد از جراحی کند می‌شود، گاز در روده تجمع می‌یابد. حرکت کردن و راه رفتن به سیستم گوارش کمک می‌کند تا مجدداً فعالیت خود را از سرگیرد. اگر ناراحتی مادر زیاد باشد و یا تهوع و عدم دفع گاز داشته باشد، باید توسط پزشک معالج معاینه شود.

مصرف مسکن، چطور؟ خطر دارد؟

پس از سزارین شما نیز مثل زایمان طبیعی با درآغوش گرفتن فرزندان احساس سرخوشی و در عین حال خستگی خواهید داشت ولی هم‌زمان زخمی هم روی شکم دارید و در دوره نقاهت پس از یک جراحی شکمی بزرگ هستید. اگر برای سزارین تحت بی‌هوشی عمومی قرار گرفته‌اید نیاز به مسکن دارید. ممکن است بلافاصله پس از جراحی به شما داروهای مسکن تزریقی تجویز شود. ممکن است هر چند ساعت داروی ضد درد به صورت تزریق یا شیاف دریافت کنید. در هیچ شرایطی از اینکه درخواست مسکن کنید، خجالت نکشید. هر چه بیشتر صبر کنید، کنترل درد مشکل‌تر می‌شود. به‌علاوه، هر چه راحت‌تر و آرام‌تر باشید، شیر دادن و به راه افتادن برای خودتان آسان‌تر خواهد بود ولی اگر به روش موضعی اپیدورال سزارین شده‌اید معمولاً کاتتر اپیدورال به پمپ مسکن متصل است و تا ۲۴ ساعت بعد از سزارین کاملاً بدون درد خواهید بود و سپس کاتتر خارج خواهد شد. معمولاً نیازی به آنتی‌بیوتیک ندارید، مگر اینکه پزشک معالج تجویز کرده باشد.

از چه زمانی مادر می‌تواند حمام کند؟

پس از مرخص شدن می‌توانید برحسب نظر جراح حمام کنید. اگر از پانسمان‌های ضدآب استفاده کرده‌اید اصولاً نیازی به پانسمان مجدد در محل برش ندارید، اما نکته مهم بعد از حمام کردن خشک کردن محل عمل است که می‌توانید با ششوار محل را کاملاً خشک کنید. بسیاری از پزشکان بر این موضوع توافق دارند که حمام کردن پس از سزارین مشکلی ندارد و حتی می‌تواند آثار آرام‌بخشی هم داشته باشد. آب‌گرم می‌تواند ترمیم ناحیه زخم و تورم را بهتر کند. حمام کردن همچنین خستگی و تنش را از شما دور می‌کند اما ممکن است پزشک تشخیص دهد که حمام کردن تا زخم شکمی بهتر نشده حتی تا یک هفته به تأخیر بیفتد. در این مورد حتماً نظر پزشکتان را بپرسید.

در اولین روزهای پس از سزارین باید انتظار چه مشکلاتی را داشت؟

ممکن است بلافاصله پس از جراحی احساس گیجی و تهوع داشته باشید که این تهوع حتی ممکن است ۴۸ ساعت هم طول بکشد ولی اگر همراه با بی‌حالی و سرگیجه مداوم بود باید به پزشک ارجاع دهید. برخی مادران ممکن است احساس خارش بدن را داشته باشند، مخصوصاً آنهایی که از طریق اپی‌دورال یا اسپینال بی‌حسی دریافت کرده‌اند. در این صورت باید به پزشک اطلاع دهید تا داروی ضدخارش برای‌تان تجویز کند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز

بیمارستان دکتر علی شریعتی

سزارین و مراقبت‌های پس از آن



زمان مراجعه به پزشک بعد از ترخیص از بیمارستان بهتر است چه موقع باشد؟

در عرض ۷ تا ۱۰ روز بعد مادر باید به پزشک مراجعه کند
ولی چنانچه در این مدت هر مورد غیرطبیعی داشت باید به
پزشک خود حتما اطلاع دهد.

خود مراقبتی

در منزل راه بروید

محل بخیه را خشک و تمیز نگهدارید

استحمام مانعی ندارد

از کشیدن روی محل زخم تا زمان کشیده شدن بخیه‌ها
خودداری کنید

واحد ارتقا سلامت بیمارستان دکتر شریعتی نرسیده به

ماه دشت کرج

گروه هدف: کلیه مراجعین

برای کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۲۶۳۷۳۰۵۰۱ زیر

تماس بگیرید

تهیه مرداد ۱۳۹۹ و بازنگری اردیبهشت ۱۴۰۳

منبع: <https://www.madaryar.com>

چرا جای سزارین معمولا دردناک است؟

مادران باید به خاطر داشته باشند که سزارین یک
عمل جراحی بزرگ شکم است. بنابراین احساس
درد در محل برش سزارین معمولی است. محل
برش ممکن است کمی برآمده و برجسته بوده و از
رنگ پوست‌تان تیره‌تر باشد. عطسه، سرفه یا سایر
فعالیت‌هایی که در محل شکم فشار ایجاد نماید، در
روزهای اول دردناک خواهد بود ولی روز به روز و
رفته رفته بهتر خواهید شد. برای کاهش درد مادر
باید دو طرف محل عمل را با دست یا بالش یا پتو
نگه‌دارد تا درد او هنگام سرفه کردن کمتر شود.

مادر از چه زمانی می‌تواند از تخت بیرون بیاید؟
معمولا در روز جراحی و روز بعد از آن به مادر
توصیه می‌شود که از تخت خارج شود. هنگامی که
در تخت هستید، با حرکت دادن و کشیدن ساق‌ها و
چرخاندن مچ پا خون را در ساق پا به جریان
بیندازید. در روز بعد از عمل باید با کمک همسران
یا پرستار چند بار در اتاق قدم بزنید. این امر به
گردش خون در بدن کمک می‌کند، از تنبلی روده‌ها
می‌کاهد و خطر لخته شدن خون را در ساق پا
کاهش می‌دهد. در ابتدا ممکن است حتی رفتن به
دستشویی غیرممکن به نظر برسد ولی حرکت کردن
در بهبود شما اهمیت خاصی دارد. می‌توانید برنامه
راه رفتن را طوری تنظیم کنید که پس از دریافت
مسکن باشد تا درد کمتری احساس کنید