

زایمان طبیعی

یک فرایند فیزیولوژیک است. به معنای شروع خود به خود و کم خطر درد زایمان است. به شروع خودبخود انقباضات رحمی که منجر به خروج جنین و جفت در سن بارداری 37-42 هفته می شود زایمان فیزیولوژیک گفته می شود. و بعد از زایمان مادر و نوزاد در وضعیت خوبی هستند. این روند بیش تر از 24-18 ساعت طول نمی کشد. درد زایمان و زایمان طبیعی در ارتباط بین مادر و نوزاد که از الزامات شیردهی موفق است موثر می باشد.



علائم شروع زایمان

- درد ناحیه زیر شکم و یا کمر که به تدریج طول مدت درد بیش تر و فاصله بین آنها کوتاه تر می شود.
- آبریزش (گاهی قبل از شروع دردهای زایمانی کیسه آب پاره می شود)
- نمایش خونی: خارج شدن مقدار کمی ترشح خونی از واژن (به این علامت شو زایمانی گفته می شود).

مراحل زایمان

زایمان طبیعی به چهار مرحله تقسیم می شود:
1- مرحله اول : شروع انقباضات زودرس منظم رحمی تا باز شدن کامل دهانه رحم
*مراقبت پرستاری: ارزیابی مادر در حال زایمان شامل گرفتن تاریخچه- معاینه فیزیکی- آزمایش های مورد نیاز و مراقبت از جنین است.
2- مرحله دوم: باز شدن کامل دهانه رحم تا تولد کامل جنین
*مراقبت پرستاری: مادر در وضعیت لیتوتومی در تخت زایمان قرار می گیرد. پاهای او با پوشش استریل پوشانده می شود. ضربان قلب جنین هر 5-15 دقیقه بسته به نیاز بررسی می شود. پس از تولد سوراخ های بینی و دهان نوزاد با پوار ساکشن می شود و از ترشحات پاک می شود.
3- مرحله سوم: از تولد نوزاد تا خروج کامل جفت

*مراقبت پرستاری: جفت را از نظر سالم بودن و باقی ماندن تکه هایی از آن بررسی می کنیم. داروهای منقبض کننده رحم مانند اکسی توسین طبق دستور پزشک تزریق شود.

4- مرحله چهارم زایمان: یک ساعت اول بعد از خروج جفت

*مراقبت پرستاری : جهت پیشگیری از عوارض خونریزی رگ گرفته شود و سرم رینگر تزریق شود. برون ده ادراری اندازه گیری شود. علایم حیاتی هر 15 دقیقه یک بار تا یک ساعت کنترل شود.

فواید زایمان طبیعی برای مادران:

- پیشگیری از خطر مرگ زنان
- سبب پیشگیری از عفونت رحم- محل زخم جراحی سزارین و مثانه می شود.

فواید زایمان طبیعی برای نوزادان:

- تکامل طبیعی جنین- کاهش مشکلات تنفسی- دریافت باکتری های محافظت کننده- تحریک سیستم قلبی عروقی و گردش خون بیش تر- رشد مطلوب مغز و مکیدن بهتر شیر مادر

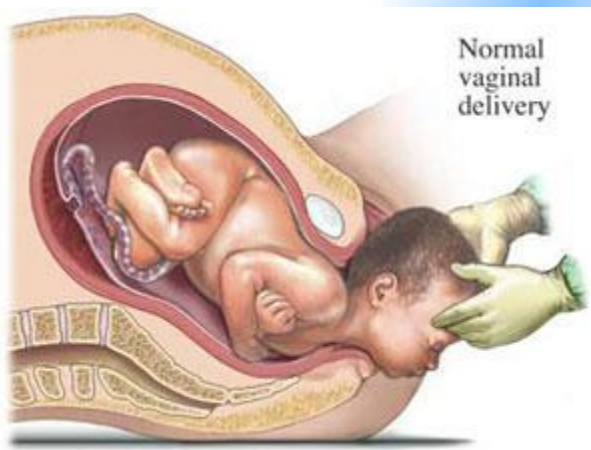
پژوهش‌های علمی و خدمات بهداشتی
استان اصفهان



سپارستان شهرداری نجفیان

زایمان طبیعی

گروه هدف: خانم‌ها در سنین باروری



www.shlenjan.mui.ac.i

شماره تماس: 03152237326

واحد آموزش به‌بیمار 2209

کد پمفلت: Sh.L/EP/016/MC

7- فشارخون بالا

8- ناتوانی مادر در زور زدن

*عوارض بلند مدت:

1- خون ریزی های دیررس

2- افتادگی-شل شدگی یا باز شدن واژن

3- عدم کنترل ادرار و مدفوع



منبع: www.iranbanou.com/magazine/

مجله بهداشت و سلامت

عوامل خطر پس از زایمان:

- خون ریزی بیش از حد قاعدگی در هفته اول

- خروج ترشحات بدبو و چرکی از مهبل

- افسردگی شدید

- سوزش یا درد هنگام زایمان کردن

- تب ولرز

- درد سوزش و ترشح از محل بخیه‌ها

- درد و تورم یک طرف ساق پا

- درد و شکم و پهلوها

- درد و تورم و سفتی پستان‌ها

عوارض زایمان طبیعی

*عوارض کوتاه مدت:

1- انقباض های نا کافی رحم در حین زایمان

2- نا مرتب شدن ضربان قلب جنین

3- تحت فشار قرار گرفتن بندناف نوزاد در طول

زایمان

4- تغییر فرم دستگاه تناسلی

5- عفونت

6- خون ریزی