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 42-37 هفته می شود زاتیمان فیزیولوژیک گفته می شود.و بعد از زایمان مادر و نوزاد در وضعیت خوبی هستند. این روند بیش تراز 24-18 ساعت طول نمی کشد. درد زایمان و زایمان طبیعی در ارتباط بین مادر ونوزاد که از الزامات شیردهی موفق است موثر می باشد.



علایم 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.

-آبریزیش(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: بازشدن 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 هر15-5 دقیقه بسته به نیاز بررسی می شود. پس از تولد سوراخ های بینی و دهان نوزاد باپوار 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 هر15 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

عوامل خطرپس 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 بخیه ها
- درد وتورم یک طرف ساق پا
- درد و شکم و پهلوها
- درد و تورم و سفتی پستان ها

عوارض زایمان طبیعی

***عوارض کوتاه مدت:**

1- انقباض های نا کافی رحم درحین زایمان
2- نا مرتب شدن ضربان قلب جنین
3- تحت فشار قرارگرفتن بندناف نوزاد در طول زایمان
4- تغییر فرم دستگاه تناسلی
5- عفونت
6- خون ریزی
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/.

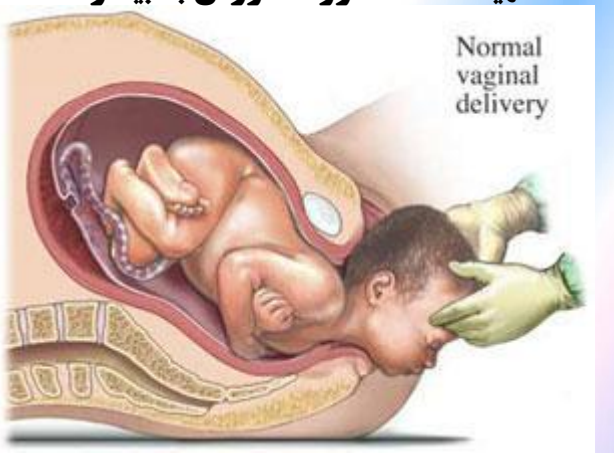
مجله بهداشت وسلامت

کد سند QMS-PM-ED-014-00

زایمان طبیعی

گروه هدف: خانم ها در سنین باروری

تهیه کننده : گروه آموزش به بیمار



بیمارستان امام جعفر صادق(ع)الیگودرز

بهار ۱۴۰۵

شماره تماس :۴-۴۳۳۲۳۰۹۲-۰۶۶
داخلی :۱۰۳۵