

واحد بهبود کیفیت	به نام خدا	 بیمارستان موسی بن جعفر (ع)
	عنوان سند: درباره مراقبتهای قبل و بعد از سزارین بیشتر بدانیم	
شماره سند: M.04.N-M/26 تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۰۷/۰۵		
شماره بازنگری: ۱ تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۷/۵		
شماره ویرایش: تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۵/۷/۵		

درباره مراقبتهای قبل و بعد
از سزارین بیشتر بدانیم...



با رویکرد خود مراقبتی به مددجو و خانواده

- جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی،
بارکد زیر را اسکن نمایید



در صورت وجود هر گونه سوال در زمینه بیماری

خود می توانید همه روزه (به جز روزهای

تعطیل) از ساعت ۸ تا ۱۲ با کلینیک پرستاری

آموزش سلامت تماس بگیرید.

شماره تلفن کلینیک پرستاری:

۱۴-۱۲۳۴۳۳۴۷۲۲ داخلی ۲۲۷

در صورت نیاز به سوال خارج از ساعت ذکر

شده با بخش بستری خود تماس بگیرید.

منبع:

۱-<https://medlineplus>.

2.<https://www.clinicalkey.com>

- در زمان دفع ادرار و مدفوع، برای جلوگیری از فشار به محل بخیه ها از توالت فرنگی استفاده کنید.
- مرتب راه بروید تا کمتر دچار نفخ و یبوست شوید.
- استراحت کافی داشته باشید.
- شکم خود را با شکم بند یا یک پارچه ببندید
- بعد از ده روز در صورتی که مشکل خاصی ندارید می توانید ورزش کنید. حداقل تاسه ماه بعد زایمان
- قرص آهن ادامه یابد

شیردادن به نوزاد بعد از سزارین :

- شیردهی باید در اسرع وقت و بلافاصله بعد از تولد (حداکثر بعد از ۴۵-۶۰ دقیقه) انجام شود.
- بعد از هر بار شیردهی یک قطره شیر را روی نوک پستان قرار دهید و بگذارید در معرض هوا خشک شود (جهت جلوگیری از زخم نوک سینه).
- با توجه به میل شیرخوار، به او شیر بدهید.
- از هر دوسینه مرتب کودک را تغذیه کنید و نوک سینه را قبل و بعد از هر بار شیردهی با آب ولرم شستشو دهید.



ممدجوی گرامی این برگه آموزشی، حاوی نکاتی جهت افزایش آگاهی شما در ارتباط با مراقبتهای سزارین می باشد. امیدواریم نکات ذکر شده پاسخگوی سوالات شما باشد.

♦ در سزارین چه اقدامی انجام می شود؟

سزارین نوعی عمل جراحی است که در آن، مادر تحت بیهوشی عمومی یا بی حسی از ناحیه کمر قرار گرفته و با برش دادن بخشی از پوست شکم، رحم باز شده و نوزاد به دنیا می آید.



مراقبتهای قبل از سزارین

- ♦ روز قبل از عمل حمام کنید.
- ♦ ۸ ساعت قبل از عمل ناشتا باشید.
- ♦ در صورتی که داروی خاصی استفاده می کنید به پزشک خود اطلاع دهید
- ♦ ۴۸-۷۲ ساعت قبل از عمل سزارین رژیم غذایی نرم، جهت دفع مدفوع و پیشگیری از یبوست داشته باشید.
- ♦ قبل از عمل سزارین استحمام کرده نظافت کنید.
- ♦ قبل از ورود به بیمارستان آرایش صورت و لاک ناخن ها را پاک کنید.
- ♦ انگو و انگشتر و تمام زیور آلات خود را خارج کنید.

ده روز اول بعد از عمل سزارین بسیار حساس است. زیرا بیشترین تغییرات بدن مادر در این دوران اتفاق می افتد؛ مانند خونریزی و تغییرات فشار خون

مراقبتهای بعد از سزارین

تازمانی که کاملاً هوشیار نشد اید نباید از راه دهان چیزی بخورید (حداقل ۶ ساعت)

- ♦ ممکن است ۲۴ ساعت اول بعد از عمل خونریزی زیادی داشته باشید در صورت بروز خونریزی بیش از زمان پریودی سریعاً به پرستار پزشک اطلاع دهید.
- ♦ درد محل عمل و درد ناشی از انقباضات رحم است. و باتوجه به نیاز شما پزشک مسکن تجویز می کند.
- ♦ بعد از ترخیص در منزل حمام کنید، سپس پانسمان را برداشته و نیاز به پانسمان مجدد نیست. هر روز استحمام کرده و محل بخیه ها را با شامپو بچه شستشو داده و با ششو خشک کنید.
- ♦ ۷ تا ۱۰ روز بعد عمل جهت کشیدن بخیه ها به پزشک خود مراجعه کنید.
- ♦ تا سه روز بعد از عمل غذاهای نفاخ مانند میوه خام، آب میوه، حبوبات، پلو و خورشت نخورید (می توانید از غذاهایی مانند کباب، جوجه کباب، گوشت و مرغ آب پز و سبزیجات پخته مثل هویج، کدو، سیب زمینی و آب رقیق کمپوت استفاده کنید).
- ♦ صورتی که یبوست دارید، از روغن زیتون، آلوخشک و انجیر خشک خیس کرده، سوپ جو و خاکشیر استفاده کنید؛ آب و مایعات نیز فراوان مصرف کنید.