

دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

شبکه بهداشت و درمان شهرستان خوانسار

انتخاب نوع زایمان

مزایا و معایب روش های زایمان

روند زایمان

گرد آورنده مهرنوش داودوندی

پاییز 1401

مهم ترین هدف کلاس های آمادگی برای زایمان دادن اطلاعات و آگاهی به مادران باردار است.

کسب آگاهی موجب افزایش اعتماد به نفس مادران و کاهش ترس آنها میشود همچنین تفکرات نادرست آنها اصلاح میشود.

در هر جلسه از کلاسها مطالب با موضوعات متفاوت ارائه میشود. در این جلسه شما با انواع زایمان و مزایا و معیاب آنها آشنا میشوید.

زایمان پدیده ای فیزیولوژیک است که نیازمند آمادگی مادر دارد.

به طور کلی دو نوع روش زایمان طبیعی و سزارین داریم که شاید عده زیادی از مادرانی که برای بار اول باردار میشوند به علت ترس از درد به زایمان سزارین پناه ببرند غافل از اینکه پس از عمل دردهای زیادی تحمل میکنند.

فاکتورهای انتخاب نوع زایمان به شرح زیر است

فاکتورهای لگنی

وزن جنین

پوزیشن جفت(جفت سرراهی)

نحوه قرار جنین(بریچ)

چندقلویی

سابقه جراحی شکم و رحم

عدم پیشرفت زایمان

شناخت فواید زایمان طبیعی برای مادر و نوزاد در انتخاب نوع زایمان کمک کننده است.

فواید زایمان طبیعی

هنگامی که کودک از دهانه واژن با فشار عبور می کند، مایع آمنیوتیک از ریه نوزاد خارج می شود. عبور از مجرای زایمان، سیستم قلبی عروقی جنین را تحریک می کند و باعث گردش خون بهتر و آماده سازی او برای تولد می گردد.

در طی زایمان طبیعی، نوزاد از امواج هورمونی در کاتکول آمین ها استفاده می کند. این هورمون ها باعث می شوند نوزاد هوشیار شود و با مادر خود ارتباط برقرار کند.

هورمون اندورفین در جفت و بندناف موجود می باشد. این هورمون باعث می شود نوزاد بتواند خارج از رحم زندگی کند و راحت تر زایمان رخ دهد.

شیر مادر

نوزادانی که با زایمان طبیعی به دنیا می آیند، دارای علاقه بیشتری در انجام رفتارهایی مانند مکیدن و گرفتن سینه مادر می باشند

تحقیقات نشان داده کودکانی که با زایمان طبیعی به دنیا می آیند، 20 درصد کمتر دچار بیماری دیابت نوع یک می شوند

زایمان طبیعی نسبت به سزارین باعث می شود که نوزاد بر استرس غلبه بیشتری داشته باشد

اگر زایمان طبیعی بدون استفاده از داروها باشد، نوزاد عوارض جانبی داروها را تجربه نخواهد کرد بعد از زایمان طبیعی، تماس پوست به پوست در مادر و نوزاد رخ می دهد. این تماس دارای فواید روانی بسیاری برای نوزاد می باشد از جمله: رشد مطلوب مغز و مکیدن بهتر شیرمادر

فواید زایمان طبیعی برای مادر

درد و ناراحتی بخشی از زایمان است، اما با زایمان طبیعی، زنان احساس قدرت و رضایت بیشتری دارند و از این حس که مادر شده اند لذت می برند

نسبت به سزارین، بهبودی سریع تر حاصل می شود و مدت زمان کوتاه تری را در زایشگاه باید ماند خطر زخم شدن و ایجاد عفونت و مشکلات دیگر در زایمان بعدی وجود نخواهد داشت، مانند پارگی رحم در سزارین

مرگ و میر در این روش بسیار کمتر از سزارین است

زایمان طبیعی مقرون به صرفه تر است

عوارض زایمان سزارین

عفونت در سزارین نسبت به زایمان طبیعی به دلیل وجود محل برش از درصد بالاتری برخوردار است. ممکن است مادر نسبت به داروهای بیهوشی از خود حساسیت نشان دهد. مشکلات ریوی و تنفسی پیدا کند. حتی احتمال دارد دچار سردردهای شدید هم بشود. احتمال چسبندگی های داخل رحمی و جفت در سزارین بعدی و احتمال آسیب به احشا داخل شکمی در هنگام سزارین وجود دارد. در خانم های چاق و کسانی که زایمان سزارین زیادی داشته یا زیاد استراحت کرده اند، احتمال لخته در پاها همراه با قرمزی و تورم وجود دارد و عوارض ریوی ایجاد می کند. اگر این لخته درمان نشود، وارد جریان خون شده و آمبولی ریه می دهد. در نتیجه آمبولی ریه بیمار دچار تنگی نفس می شود و در خانم ها بسیار کشنده است. به علت عدم ارتباط اولیه نوزاد و مادر موفقیت کافی در شیردهی و گرفتن سینه مادر توسط نوزاد کم میشود.

در زایمان سزارین رحم دیرتر جمع میشود و علل مختلفی دارد. استفاده از داروهای بیهوشی، داشتن فیبروم های رحمی، خانم هایی که جنین درشت داشته یا دوقلو یا چندقلو باردار بوده و سزارین کرده اند در موارد که عفونت محل سزارین وجود دارد و علائمی مثل تب، قرمزی، تورم و خروج ترشحات چرکی از محل برش دارند. با این عوارض مادر نیاز مجدد به بستری شدن دارد. ترشح شیر در مادرانی که سزارین کرده اند، دیرتر اتفاق می افتد، بنابراین ضایعات پستانی همچون زخم شدن نوک پستان ها یا التهاب پستان ها در آنها بیشتر دیده می شود.

عوارض زایمان سزارین برای نوزاد

کم وزنی، نیاز بیشتر به مراقبت های ویژه، عدم تکامل دستگاه گوارش، زردی و اختلال تنفسی که از عوارض کوتاه مدت زایمان سزارین میباشد. باتوجه به بررسی مزایا و معایب زایمان طبیعی و سزارین زایمان سزارین در مواقعی که امکان انجام زایمان طبیعی نباشد جان مادر و نوزاد را نجات میدهد (زایمان زودرس. عدم پیشرفت زایمان طبیعی. عفونت و پروسه ایذ. هپاتیت. خروج بندناف از دهانه رحم قبل از خروج جنین. جداسدن زودهنگام جفت. جفت سرراهی)

روزبزرگ

با نزدیک شدن به پایان بارداری، کودک شما شروع به قرار گرفتن در قسمت پایین شکم می‌کند. در واقع اکثر نوزادان تا هفته ۳۶ بارداری سرشان را به سمت پایین می‌آورند.



پس از رسیدن به هفته ۳۶ بارداری، باید هر هفته به ماما مراجعه کنید تا بررسی‌های لازم انجام گیرد. به‌طور کلی در صورت داشتن چنین علائمی باید مراجعه کنید

داشتن علائم خطر دوران بارداری
انقباضات 1 دقیقه ای (افزایش تعداد انقباضات با فاصله کم)
پارگی کیسه آب
خونریزی
درد شدید شکم
کاهش حرکت جنین

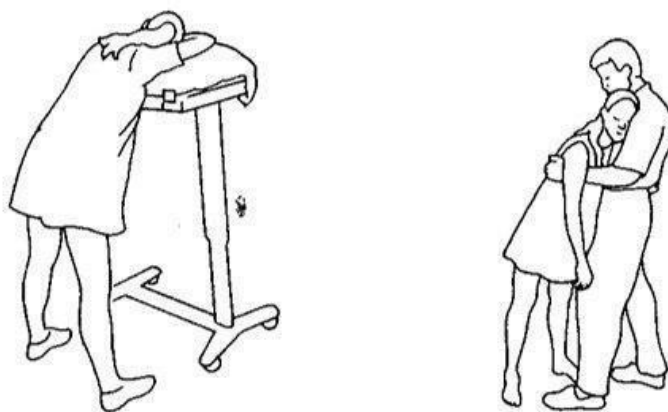
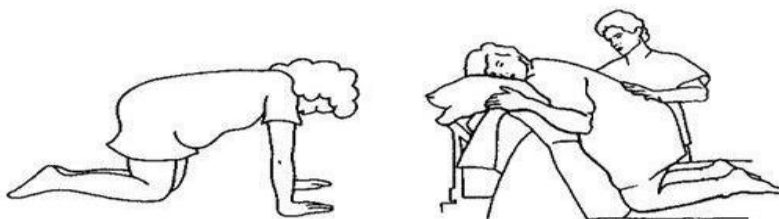
روند زایمان طبیعی

زایمان هر مادر منحصر به فرد است.
مرحله اول زایمان و تولد زمانی اتفاق می‌افتد که مادر شروع به احساس انقباض‌های منظم می‌کند. این انقباضات باعث می‌شود تا دهانه رحم باز (گشاد) و نازک شود.
تمامی فرآیندهای اتفاق افتاده در مرحله اول به کودک اجازه می‌دهد تا درون کانال تولد حرکت کند.
مرحله اول طولانی‌ترین مرحله از سه مرحله است که در واقع به دو مرحله تقسیم می‌شود. فاز نهفته . فاز فعال

در مرحله نهفته نیاز به انجام کار خاصی نیست و مادر میتواند از روش های تن آرامی استفاده کند.



با شروع فاز فعال انقباضات مادر منظم تر و قوی تر میشود که مادر میتواند تقاضای روش زایمان بی درد انجام دهد.
داشتن تنفس و تغییرات حرکتی و ورزش کردن در این مرحله کمک بسیاری به کاهش درد و پیشرفت زایمان میکند میتوانید از مامای همراه کمک بگیرید.



مرحله دوم زایمان به دنیا آمدن نوزاد میباشد.



بعد از خروج نوزاد، نوزاد را روی بدن مادر جهت انجام تماس پوست با پوست قرار می‌دهیم و مرحله سوم با خروج جفت انجام میشود.

قدم نو رسیده مبارک

