



آموزش به بیمار

مراقبت های بعد از سزارین



بیمارستان امام سجاده (ع)
واحد آموزش به بیمار

با دست آلوده محل بخیه ها را لمس نکنید. بهداشت فردی را رعایت کنید. داروهای آنتی بیوتیک را سر وقت میل نمایید و از قطع خود سرانه دارو اجتناب نمایید.

بعد از عمل در صورت وجود هر کدام از علائم زیر باید به پزشک خود اطلاع دهید:

در صورت تب، سرگیجه و رنگ پریدگی و ضعف، خونریزی بیش از حد پر بود یا همراه با لخته های بزرگ، درد هر دو پهلو، ترشح چرکی و بدبو از محل بخیه ها، درد بسیار شدید و پیشرونده محل بخیه ها، تورم و قرمزی یا خون مردگی زیر پوست اطراف بخیه ها، درد شدید و ورم پستان ها تورم یا درد در ساق پا به پزشک مراجعه نمایید.



منبع: www.uptodate.com و کتاب ویلیامز ۲۰۱۸

آدرس:

مشهد، بلوار شهید آوینی (گلشهر)، شهید آوینی ۳۳،
بیمارستان امام سجاده (ع)

تلفن: ۰۵۱۳ ۲۵۹۰۱۳۳ بخش جراحی داخلی ۱۵۰

سایت بیمارستان:

<http://sajjadhospital.com/>

لینک آموزش / آموزش به بیمار

برای جلوگیری از یبوست از روغن زیتون، آلو و انجیر خشک خیس کرده استفاده کنید. در صورتیکه با تشخیص پزشک معالجتان دچار کم خونی می باشید توصیه به مصرف رژیم های غذایی حاوی آهن، مانند گوشت قرمز، جگر تخم مرغ، غلات سبزی جات سبزی، کشمش سبز می باشد.

نکات مورد توجه:

هر چه زودتر شیر دادن به نوزاد را شروع کنید زیرا عمل سزارین معمولاً شروع شیر دادن را سخت تر می کند.

قدم زدن می تواند از به وجود آمدن لخته خون و ورم کردن پاها جلوگیری نماید.

هنگام سرفه یا عطسه محل برش جراحی را با قرار دادن یک بالش بر روی آن حمایت نمایید.

توصیه می شود که تا ۶ هفته بعد از عمل جراحی از مقاربت جنسی اجتناب کنید. در زنان سیگاری توصیه می شود که از مصرف سیگار اجتناب نمایند.

از بلند کردن اجسام سنگین و انداختن پاها روی هم و نشستن طولانی مدت اجتناب نمایید. همچنین بعد از سزارین لباسهای شل و راحت بپوشید تا زخم تان هوا بخورد.



مددجوی عزیز :

این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید .



سزارین : زایمان طبیعی ایمن ترین روش زایمان است اگر در به دنیا آمدن نوزاد به روش طبیعی مشکل جدی وجود داشته باشد، طبق نظر پزشک معالج انجام سزارین ضرورت می یابد. سزارین یک عمل جراحی است که در آن از طریق ایجاد برشی در دیواره شکم مادر و دیواره رحم، نوزاد به دنیا می آید.

آیا برای انجام عمل سزارین نیز مانند سایر جراحی بزرگ ضرورت دارد که بیمار چند ساعت قبل ناشتا باشد ؟
بله ، در سزارین نیز ضرورت دارد که بیمار حداقل ۸ ساعت قبل از عمل ، ناشتا باشد تا معده خالی شود و عوارض حین عمل مثل برگشت محتویات گوارشی به مجاری تنفسی ، اتفاق نیفتد .

مدت زمانی که لازم است زائو بعد از انجام عمل سزارین ناشتا باشد ،چقدر است ؟ معمولاً طی ۲۴ ساعت اول سه لیتر مایع تزریقی به بیمار داده می شود در موارد بدون عارضه غذای جامد بعد از ۸ ساعت می تواند شروع شود اتساع شکم و ناتوانی در دفع گاز باید مورد بررسی قرار گیرد .

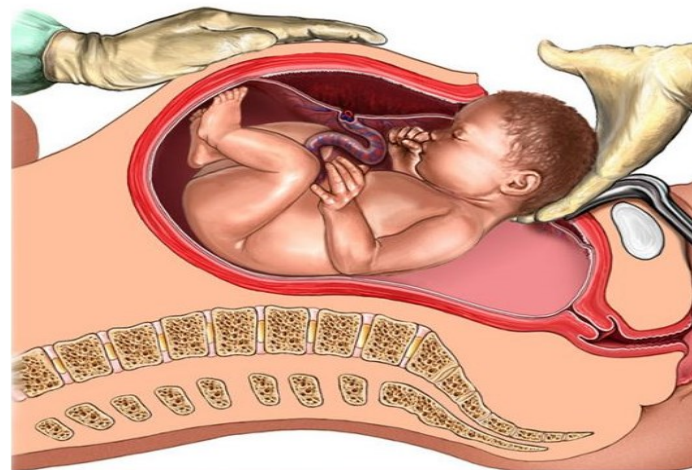


آیا در شرایط معمول پس از سزارین باید داروی خاصی برای بیمار تجویز شود ؟ بله تا زمانی که بیمار در بیمارستان بستری است معمولاً هر ۶ ساعت آنتی بیوتیک وریدی دریافت می کند و بعد از ترخیص از بیمارستان نیز می توان تا ۷ روز برای بیمار آنتی بیوتیک خوراکی تجویز کرد .

سوند ادراری را چه مدت بعد از سزارین ، بیرون می آورند ؟ در شرایط طبیعی سوند ادراری را باید ۱۲ ساعت پس از عمل و یا صبح روز بعد از عمل خارج کرد .

میزان فعالیت :

پس از چه مدتی ، بیمار می تواند از تخت پایین بیاید و شروع به راه رفتن کند؟ حرکت دادن بیمار را باید هرچه زودتر شروع کرد . در بیشتر موارد ، درست روز بعد عمل ، بیمار باید حداقل ۲ بار و با کمک همراه از تخت خارج شود . در روز دوم بعد از عمل ، بیمار می تواند با کمک همراه در بخش قدم بزند . با حرکت دادن زودرس بیمار ، شانس ایجاد لخته های خونی در عروق بیمار و به حرکت افتادن این لخته ها در مسیر گردش خون به حداقل می رسد.



توجهات بعد از عمل:

شستشوی محل بخیه ها از چه زمانی بلامانع است ؟

از روز سوم به بعد ، دوش گرفتن برای این محل نیز بلامانع است اما تا قبل از آن محل بخیه ها باید هر روز معاینه شود و با مواد ضد عفونی کننده شستشو داده شود و پانسمان گردد .

شایع ترین عوارض احتمالی سزارین چیست ؟

عوارض بیهوشی نظیر برگشت محتویات گوارشی به مجاری تنفسی و آسیب های ریوی ناشی از آن ، عفونت های موضعی ، خونریزی شدید ، به جریان افتادن این لخته ها در مسیر جریان در عروق خون که البته بسیار خطرناک است ، صدمه دیدن دستگاه ادراری ، وارد آمدن آسیب هایی به مغز یا نخاع بچه و شکستگی های استخوان جمجمه، ران و اعضای دیگر بچه .

تغذیه:

- از خوردن غذاهای نفاخ چون حبوبات ، میوه خام، سبزی خام، آب میوه خام، و آب میوه های صنعتی مثل سن ایچ و ... بپرهیزید.

- سعی کنید غذاهای سبک در حجم کم مصرف کنید.

- آب به میزان فراوان مصرف کنید. حداقل ۸ لیوان در روز تا از یبوست جلوگیری نماید.

- میان وعده های سالم در طول روز داشته باشید.