



در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

در صورت مشاهده دفع ناگهانی مایع از واژن.

پس از زایمان از طریق سزارین:

در صورت ایجاد علائمی مانند تب بالای ۳۸ درجه و لرز، احساس درد قرمزی، درد، تورم یا احساس گرمی در محل جراحی زیر به پزشک مراجعه نمایید.

در زمان تعیین شده توسط پزشک و حداکثر تا هفت روز بعد از عمل سزارین جهت کشیدن بخیه ها به پزشک مراجعه نمایید.

در صورت بروز هر گونه علائم نگران کننده ی دیگر.

نمی باشد.

آنتی بیوتیک: برای جلوگیری از ایجاد عفونت ها.

فعالیت:

قبل از زایمان:

- در صورتی که برای شما استراحت مطلق توصیه شده باشد، دقیقاً باید طبق دستورات پزشک تا زمانی که وی توصیه کرده است در تخت استراحت نمایید.
- برای حمام نباید از وان استفاده کنید.
- از مقاربت خودداری کنید.

پس از زایمان:

- جهت خارج شدن ابتدا لبه تخت نشسته و در صورت نداشتن سرگیجه با کمک همراه خود از تخت خارج شوید.
- از زور زدن، بلند کردن اجسام سنگین و رانندگی تا زمانی که پزشک توصیه کرده است خودداری کنید. از بلند کردن اشیاء سنگین تر از وزن نوزاد تا ۸ هفته پرهیز نمایید.
- بهتر است ۴ تا ۶ هفته پس از زایمان از انجام مقاربت خودداری کنید.

رژیم غذایی:

از یک رژیم غذایی متعادل و سالم سرشار از کلسیم و پروتئین پیروی کرده و از مصرف غذاهای پر کالری، با ارزش غذایی کم خودداری کنید. از مصرف غذاهای نفاخ و دیر هضم اجتناب کنید. جهت جلوگیری از یبوست غذای پرفیبر و مایعات مصرف کنید. مواد غذایی سرشار از ویتامین ث مصرف کنید. از یک رژیم غذایی سرشار از سبزیجات و انواع میوه جات استفاده کنید. غلات کامل را به رژیم غذایی خود بیفزایید. مصرف ماهی و امگا ۳ را افزایش دهید.

نشانی: بابل، چهار راه فرهنگ، خیابان شهید مصطفی

خمینی، مرکز آموزشی درمانی شهید یحیی نژاد

تلفن: ۷ - ۳۲۲۲۳۵۹۴ - ۰۱۱

وب سایت: yahya.mubabol.ac.ir

با تشکر از: سرکار خانم دکتر عطیه چاله کانی (متخصص)

بیماری های زنان و زایمان)

پارگی زودرس کیسه آب

لیلی حاجی علی نژاد

سوپروایزر آموزش سلامت

۱۴۰۱

شرح بیماری :

در اولین هفته ای که جنین داخل رحم تشکیل می شود، کیسه ای به دور او شکل می گیرد که درون این کیسه، مقداری آب وجود دارد. این مایع که برای ادامه حیات جنین لازم و ضروری است مایع آمنیوتیک نامیده می شود. جنین تقریباً در داخل این مایع شناور است. اگر میزان این مایع کاهش پیدا کند و جنین تحت فشار قرار بگیرد ممکن است دچار عوارض و اختلالات جدی شود.

این کیسه اغلب در زمان زایمان طبیعی پاره می شود ولی در برخی مواقع زودتر از زمان زایمان پاره می شود که به آن پارگی زودرس کیسه آب می گویند.

علامین بالینی :

• شایع ترین علامت پارگی زودرس کیسه آب، خروج مایع از واژن می باشد. خروج مایع از واژن می تواند به آرامی به صورت قطره قطره و یا برعکس به صورت مداوم باشد.

علل شایع :

- عفونت های رحم، دهانه رحم یا مهبل
- مصرف سیگار
- سابقه پارگی زودرس کیسه آب در بارداری های قبلی
- در صورتی که شما قبلاً عمل جراحی دهانه رحم یا نمونه برداری از دهانه رحم داشته اید.
- بارداری چندقلویی که در برخی مواقع باعث کش آمدن رحم و پاره شدن کیسه آب می شود.

• ضربه ناشی از حوادث و تصادفات

عوارض احتمالی :

♦ احتمال سزارین و به دنیا آمدن نوزاد به صورت نارس افزایش می یابد.

♦ احتمال بروز عفونت در مادر و جنین وجود خواهد داشت.

♦ احتمال ایجاد مشکلات تنفسی و صدمات مغزی در جنین

♦ ممکن است افت فشارخون در مادر رخ دهد.

♦ خروج زود هنگام جفت از بدن مادر

تشخیصی :

اغلب زنان باردار هنگامی که مایع آمنیوتیک به صورت قطره قطره از واژن آن ها خارج می شود، آن را با ادرار اشتباه می گیرند. جهت بررسی دقیق تر این مایع آن را هنگامی که جذب یک دستمال شد از نزدیک به دقت مشاهده کنید. این مایع بی رنگ بوده و بویی متفاوت از بوی ادرار دارد.

اگر احتمالاً تشخیص دادید که دچار پارگی زودرس کیسه آب شده اید سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

پزشک یا پرستار /ماما پس از معاینه و گرفتن شرح حال دقیق، دهانه رحم شما را بررسی می کنند تا ببینند که آیا دهانه رحم نرم شده و در حالت باز می باشد یا نه و در صورت نیاز از دیگر روش های تشخیصی از جمله سونوگرافی و آزمایش مایع ترشح شده استفاده می شود.

درمان :

• در صورتی که کیسه آب شما پاره شده باشد، تا زمان به دنیا آمدن کودک خود باید در بیمارستان بستری شوید.

• اگر پارگی کیسه آب زمانی رخ دهد که ۳۷ هفته از بارداری شما گذشته باشد، هر چه سریعتر باید عمل زایمان را انجام دهید. هر چه زمان زایمان به تأخیر بیفتد احتمال بروز عفونت افزایش می یابد. مادرانی که در طی ۲۴ ساعت پس از پارگی کیسه آب زایمان می کنند، احتمال عفونت را به حداقل می رسانند. در صورتی که پس از پاره شدن کیسه آب زایمان طبیعی به صورت خود به خود رخ ندهد از طریق تزریق داروهایی فرایند زایمان را تسریع می کنند.

• اگر کیسه آب شما بین هفته ۳۴ و ۳۷ پاره شده باشد، ممکن است پزشک، از طریق تزریق دارو، زایمان شما را جلو بیندازد.

• در صورتی که پارگی کیسه آب قبل از هفته ۳۴ رخ دهد، وضعیت شما کمی جدی تر خواهد بود.

داروها :

کورتیکواستروئیدها: اگر شما در هفته ۲۴ تا ۳۴ بارداری باشید، پزشک ممکن است تزریق استروئید را جهت سرعت بخشیدن به بلوغ ریه جنین توصیه کند. بعد از هفته ۳۴، ریه های کودک احتمالاً به اندازه کافی بالغ شده که بدون استروئید قادر به زایمان باشید.

داروهای توکولیتیک: انقباضات رحمی را مهار می کنند. این دارو بیش تر از دو روز قادر به عقب انداختن زایمان