



## خودمراقبتی در زایمان زودرس



کدمحتوا: 54

تهیه و تنظیم :

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری 1400

سن بارداری کمتر از 34 هفته:

ابتدا در بیمارستان بستری می شوید ، داروهای برای سرکوب درد های زایمانی ، تکامل ریه جنین و آنتی بیوتیک برای جلوگیری از عفونت تجویز می شود و به مدت حداقل 48 ساعت تحت نظر قرار می گیرید . در صورت طبیعی بودن وضعیت مادر و جنین تا رسیدن سن حاملگی 34 هفته بطور انتظاری ، ادامه می یابد و در صورت مشاهده وضعیت غیر طبیعی در مادر و (علائم خطر سرکوب نشدن درد ها ، تب بالای 38 درجه ، ترشحات چرکی و بدبو از واژن ، خونریزی ، آبریزش از واژن ) و یا جنین ختم بارداری صورت می گیرد.

سرکلاژ اورژانسی:

اگر علت باز شدن پیش از موعد دهانه رحم باشد، دهانه رحم را می دوزند.



**علت :**

بیشتر زایمان های زودرس به صورت خودبخودی رخ می دهند . اما تعدادی از آنها نیز در نتیجه القای زایمان یا خارج کردن نوزاد پیش از موعد و به روش سزارین است که علت آن می تواند ابتلای مادر به انواع بیماریها یا حتی عوارض بارداری نظیر فشارخون بالا باشد که به علت خطرات سلامتی که ممکن است جان مادر و حتی نوزاد را تهدید کند.

از جمله علت های زایمان زودرس:

- مصرف سیگار
- مصرف الکل
- بارداری دویا چند قلوئی
- فشارخون بالا
- دیابت
- انواع عفونت ها
- بارداری در سنین بالا



## زایمان زودرس :

زایمان زودرس یا پره ترم لیبر به شروع زایمان زودرس بین هفته های 22 تا 37 هفته حاملگی گفته می شود.

وشایعترین علت مرگ نوزادان می باشد که فاقد ناهنجاری مادرزادی هستند.

زایمان زودرس در هفته های پایین حاملگی می تواند باعث عقب ماندگی ذهنی نوزاد و اختلالات شنوایی ، بینایی و حرکتی در نوزاد شود.



1

## عوامل مستعد کننده:

- سن مادر (زیر 17 سال و بالای 35 سال)
- مراقبت های ضعیف در دوران حاملگی
- سابقه پره اکلامپسی (مسمومیت حاملگی)
- دیابت بارداری
- عفونت های ادراری
- پارگی زودرس کیسه آب
- استعمال سیگار
- سابقه سقط قبلی و زایمان نوزاد نارس
- عفونتهای واژن
- چند قلوبی

## علائم و نشانه ها:

- کرامپ (درد) رحمی ، مشابه درد های دوران قاعدگی
- کرامپ شکمی با یا بدون استفراغ
- هرگونه خونریزی واژینال (مهبلی)
- تغییر ترشحات واژنی (مهبلی)
- احساس فشار در واژن یا لگن
- درد در پایین کمر
- درد شدید (متناوب یا مداوم)

2

توصیه های لازم برای پیشگیری و توقف زایمان زودرس برای مادران حامله :

✓ مراجعه بموقع به پزشک جهت

تشخیص عفونتهای ادراری و

تناسلی و درمان آنها

✓ محدودیت فعالیت

✓ استراحت در وضعیت خوابیده به

پهلوی

✓ گزارش هر گونه ترشحات واژنی و

خروج مایع شفاف به پزشک معالج

✓ گزارش وجود تب و ضربان تند

و سریع به پزشک معالج

✓ توجه و دقت به حرکات جنین

✓ مصرف مایعات و جلوگیری از کم

آبی بدن

✓ مصرف داروهای برطرف کننده

انقباض رحم (با تجویز پزشک

معالج)

✓ توجه به علائم و نشانه های زایمان

زودرس و اطلاع بموقع به پزشک

معالج

3