

## توصیه ها پس از ترخیص سزارین:

- ۳ الی ۵ روز بعد از سزارین جهت ویزیت بار دوم نوزاد به درمانگاه تخصصی ( همه روزه به غیر از روزهای تعطیل) حتما مراجعه نمائید. قبلا حتما ویزیت اینترنتی از سامانه نوبت دهی دانشکده علوم پزشکی مراغه تهیه نمائید.
- نوزادان بستری در بخشهای NICU یا نوزادان ۴۸ ساعت پس از ترخیص جهت ویزیت بار دوم نوزاد باید مراجعه نمایند.
- ۳ الی ۵ روز بعد از سزارین جهت تشکیل پرونده مادر ونوزاد به مرکز بهداشت محل خود و جهت انجام تست تیروئید به آزمایشگاه مرکزی در جنب ساختمان تامین اجتماعی مراجعه نمائید.
- جهت جلوگیری از لخته شدن خون در پاها بدنبال سزارین ۸ الی ۱۲ ساعت پس از عمل حرکات آرام پاها را در بستر انجام دهید.
- ۸ الی ۱۲ ساعت پس از عمل از نفس های عمیق و سرفه کمک بگیرید.
- نسخه دارویی را به هنگام ترخیص حتما دریافت کرده و پس از دریافت آموزش مصرف داروها از پزشک و پرستار خود بطور منظم و سر ساعت حتما داروهای خود را مصرف نمائید.
- جهت اخذ گواهی ولادت برای شناسنامه فرزندان راس ساعت ۱۲:۰۰ ظهر به اتاق صدور شناسنامه واقع در محوطه حیاط بیمارستان مراجعه شود.
- جهت جلوگیری از نفخ شکم حتی الامکان از مصرف شیر سرد وحبوبات در روزهای اول بعد از عمل خودداری شود.

## توصیه ها پس از ترخیص سزارین:

- نوبت اول واکسیناسیون و سنجش شنوایی نوزاد شما پس از تولد در بیمارستان انجام می گیرد. اگر واکسیناسیون انجام نگرفته باشد از ساعت ۱۲\_۸ صبح روز بعد به اتاق واکسن بیمارستان مراجعه کنید. واکسیناسیون و سنجش شنوایی نوزادان بستری در بخشهای بستری انجام میشود.
- در صورتی که بیماری خاصی دارید و از قبل تحت نظر پزشک معالج خود هستید حین ترخیص از بیمارستان پزشک و پرستار شما نحوه مراجعه بعدی شما به پزشک خودتان و ادامه مصرف داروهای قبلی را به شما آموزش خواهند داد لطفا در مورد مصرف صحیح نسخه فعلی و داروهای قبلی با دقت به آموزشهای داده شده گوش فرا دهید و در منزل اجرا کنید و در صورت داشتن هرگونه علایم خطر خود را به نزدیکترین مرکز درمانی برسانید.
- در صورت بروز مشکل شیردهی پس از ترخیص در اوقات صبح به مرکز مشاوره شیردهی به آدرس: مرکز هاشم آباد (سقلی سید) مراجعه نمائید.



## آموزش های پس از ترخیص سزارین



کد محتوا: 42

تهیه و تنظیم:

کارگروه آموزش به بیمار

بازنگری ۱۴۰۲

شماره تلفن بیمارستان: ۳۷۲۲۸۸۸۸

داخلی واحد آموزش: ۲۰۳

<https://beheshtih.mrgums.ac.ir>

## تعریف سزارین:

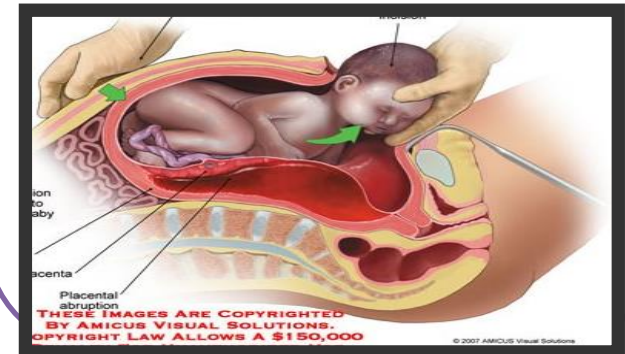
عمل سزارین روشی است که در آن نوزاد با ایجاد برش در دیواره شکم و رحم به دنیا می آید. و به دلایل گوناگون برای حفظ جان مادر و نوزاد وی انجام می شود. سزارین ممکن است به روش بیهوشی عمومی یا بی حسی ناحیه ای (اسپاینال) انجام می شود.

### نشانه های مهم و تهدید کننده

تب و ورم محل بخیه، قرمزی و هرگونه ترشحات محل عمل  
درد و ورم پشت زانو، درد شدید شکم، ناتوانی در دفع ادرار و مدفوع، تاری دید، سردرد و سرگیجه، درد اندام ها و تنگی نفس، درد سینه، خونریزی، افزایش یا کاهش فشارخون

### توصیه ها پس از ترخیص سزارین:

- میزان خونریزی بعد از سزارین در حد پیروید یا کمی بیشتر و حداکثر تا ۱۰ روز خواهد بود و در ادامه خونریزی خفیف خواهید داشت در صورت مشاهده کردن خونریزی شدید یا روشن یا دفع لخته های خون در هر مرحله بعد از سزارین بایستی فوراً به بیمارستان مراجعه کنید.
- حمام کردن بیمار طبق نظر پزشک است معمولاً دوش گرفتن از روز بعد از عمل مانعی ندارد.



## توصیه ها پس از ترخیص سزارین:

- پانسمان محل عمل طبق نظر پزشک: یا یک روز در میان با بتادین شستشو داده، دوباره پانسمان نمائید یا ۴۸ ساعت بعد از عمل، پانسمان محل عمل برداشته و روزانه با آب ولرم و صابون شستشو دهید یا در صورتیکه موقع ترخیص از بیمارستان پانسمان ضد آب (کامفیلد) طبق نظر پزشک زده شده و در روز مشخص چسب در حمام برداشته و محل عمل با آب گرم و صابون شسته شود.
- به هیچ وجه از بتادین مستقیماً روی زخم استفاده نکنید چرا که اثر خورندگی زخم دارد.

- در روز ۷-۱۰ روز بعد از عمل (بستگی به محل برش جراحی دارد) در صورتیکه برش محل عمل طولی باشد روز دهم به بعد و در صورتیکه برش عرضی باشد روز هفتم به بعد جهت مراقبت دوم بعد از زایمان و برداشتن و کنترل بخیه به درمانگاه تخصصی زنان بیمارستان شهید بهشتی مراجعه نماید.
- مراقبت بعدی تا ۴۲ روز بعد از عمل هست در صورت بروز هرگونه درد و ورم پشت زانو، درد شدید شکم، ناتوانی در دفع ادرار و مدفوع، تاری دید، سردرد و سرگیجه، درد اندام ها و تنگی نفس، درد سینه تاکیداً به بیمارستان (درمانگاه مامایی یا درمانگاه تخصصی) مراجعه نمائید.

## توصیه ها پس از ترخیص سزارین:

- بیمار به محل عمل خود در منزل حتما توجه نماید، در صورت تب و ورم محل عمل، قرمزی و هرگونه ترشحات محل عمل فوراً به درمانگاه مامایی یا درمانگاه تخصصی مراجعه نمائید.
- مادران پرخطر مانند مادران دیابتیک یا فشارخون بالا ۲-۳ روز بعد از ترخیص به پزشک داخلی یا قلب و همچنین مرکز بهداشت مراجعه نمایند و قند خون و یا فشارخون خود را در منزل کنترل نمایند. دستورات متخصص را حتماً اجرا نمایند.
- اگر شکم چاق یا آویزان دارید با بستن پارچه ای از افتادن آن به روی بخیه ها و تعریق محل عمل جلوگیری کنید.
- مقاربت تا +۴ روز ممنوع است.
- از انجام کارهای سنگین و سخت تا سه ماه بعد از عمل بپرهیزید.
- جهت جلوگیری از یبوست و کارکرد بهتر روده ها از میوه و سبزیجات تازه و مایعات فراوان در رژیم خود استفاده نمائید.

