

بیمارستان امام صادق (ع) دلیجان

زایمان زودرس و علل آن



تهیه کننده: فهیمه یوسفی

منبع: بهداشت مادران و نوزادان

درد زایمان زودرس چگونه است؟

اگر درد های رحمی قبل از هفته ۳۷ بارداری رخ دهند درد زایمان زودرس نامیده می شود. ممکن است خانم های حامله قبل از هفته ۳۷ دچار یک دوره انقباضات منظم و درد شوند که اهمیت آن به دلیل تولد زودرس و نارس نوزاد می باشد. و صدمات جبران ناپذیر و هزینه های هنگفتی را برای نوزاد و خانواده همراه دارد.

علایم زایمان زودرس:

موارد زیر نشانه های زایمان زودرس می باشند:

۱. چکیدن مداوم مایع رقیق از واژن

۲. افزایش ترشحات مهبلی مخاطی

۳. فشار شدید و دایمی در قسمت لگن و واژن

۴. گرفتگی عضلانی کمر درد مداوم

علل ایجاد زایمان زودرس:

۱. سن: سن زیر ۱۸ و بالای ۳۵ سال

۲. نژاد: در سیاه پوستان ۲ برابر سفید پوستان می باشد.

۳. تغذیه نامناسب در زمان بارداری و وزن پایین مادر

۴. مصرف سیگار، الکل و مواد مخدر

۵. عفونت دستگاه ادراری

۶. فشارهای روحی و مشکلات روحی

۷. چندقلویی و زیاد بودن آب دور جنین

۸. میزان فعالیت و شغل مادر: ساعات طولانی کار و ایستادن زیاد باعث افزایش خطر می شود.

۹. قد کوتاه مادر و زیر ۱۵۰ سانتی متر

نکات آموزشی به مادران:

(۱) استراحت: مادران باردار نباید بیشتر از یک ساعت به حالت ایستاده و بیشتر از ۲ ساعت به حالت نشسته بسر برند و بیشتر موقع استراحت به پهلو چپ باشند. خوابیدن طولانی به پشت باعث فشار آوردن روی عروق بزرگ مادر می شود و خونرسانی به جنین را مختل میکند.

(۲) بهداشت سیستم ادراری:

باید هر دو ساعت یک بار مثانه خالی شود و در صورت داشتن علائم خزر مانند پهلو درد ، سوزش ادرار، تب، قطره قطره خارج شدن ادرار به پزشک مراجعه نمایند. بهتر است آزمایش ادرار نیز طبق دستور دکتر انجام شود.

نوشیدن آب مرکبات ، ۸-۱۰ لیوان آب ، استفاده از شیر توصیه می شود.

۳) خودداری از فعالیت شدیدی بدنی : خودداری از دویدن ، پریدن، جابجا کردن وسایل سنگین، بالا و پایین رفتن از پله.

۴) خودداری از دلشوره و استرس .



۵) آموزش مادران برای کنترل علائم خطر:

کمردرد های که با استراحت بهتر نشوند و دردهای مانند درد قاعدگی و دل پیچه همراه با اسهال یا زیاد شدن ترشحات واژن و پاره شدن ناگهانی کیسه آب جزو علائمی است که اگر بوجود آمد حتما نیاز به مراجعه به پزشک می باشد.

نکات مهم :

اگر خانم بارداری احساس کرد کیسه آب او پاره شده یا دچار خونریزی شده و یا حرکات جنین وی کم شده است و انقباض های بسیار ناراحت کننده و هر ۵ دقیقه یک بار دارد و تکرار می شود باید به پزشک مراجعه نماید.



در صورت وجود هر گونه سوال یا ابهامی با شماره تلفن زیر تماس بگیرید. ۱۸-۴۴۲۲۴۱۱۴

بخش زنان و زایمان بیمارستان دلیجان.