

آموزش در زمینه مراقبتهای پس از زایمان:

آموزش زمان خروج از تخت:

- ۱- بدون اطلاع پرسنل برای اولین بار از تخت خارج نشود.
- ۲- همراه به مادر کمک کند تا به تدریج از تخت برخاسته و راه برود و به صورت ناگهانی از تخت پایی نیاید زیرا موجب افت فشار خون و از هوش رفتن مادر میشود.

آموزش علائم خطر پس از زایمان:

- ۱- در صورت مشاهده خونریزی شدید به پرسنل اطلاع دهد.
- ۲- در صورت عدم توانایی در دفع ادرار به پرسنل اطلاع دهد.
- ۳- در صورت بروز درد یا تورم در ناحیه بخیه ها پرسنل را مطلع کند.
- ۴- در صورت بروز هرگونه مشکل اعم از سرگیجه-تهوع-استفراغ-سردرد-تاری دیدو.... پرسنل را مطلع سازد.

آموزش بهداشت فردی و مراقبت از محل اپیزیاتومی:

- ۱- تعویض مکرر پوشك
- ۲- شستشوی محل بخیه ها با آب گرم
- ۳- در صورت اجابت مزاج شستشوی پرینه از جلو به عقب
- ۴- استفاده از سرم شستشو یا بتادین جهت ضد عفونی پرینه

آموزش میزان فعالیت و تغذیه:

- ۱- در صورت عدم سرگیجه راه برود.
- ۲- داشتن تحرك به میزان کافی جهت جلوگیری از لخته شدن خون در عروق اندام تحتانی
- ۳- مصرف مایعات در ساعات اول بعد از زایمان