

بعد از سزارین مادر و نوزاد به مدت ۴۸ ساعت در بیمارستان تحت نظر قرار گرفته می شوند تا به صورت کامل شما مادر عزیز از نظر علائم حیاتی خونریزی و حجم ادرار بررسی شوید و نوزاد از نظر ویزیت اطفال وضعیت شیردهی و تنفس و... بررسی شود.

توجه داشته باشید که هیچ کاری را در مدت زمان بستری بدون هماهنگی تیم درمانی انجام ندهید.

❖ مسکن ها:

در صورتی که شما در بیمارستان احتیاج به تسکین درد داشته باشید، توسط پزشک شیاف و آمپول تجویز می گردد.

❖ بررسی وضعیت ادرار:

در بیمارستان مرتب وضعیت ادرار شما بررسی می شود . حداقل ۱۲ ساعت به شما سوند وصل است.

بعد از گذشت این مدت با نظر پزشک سوند برداشته می شود و اگر هر گونه اختلالی در رابطه با دفع ادرار وجود داشت، تیم درمانی را در جریان قرار دهید.

❖ تغذیه :

- معمولاً بعد از ۸ ساعت با نظر پزشک شما می توانید اولین تغذیه خود را با خوردن غذاهای نرم و آبکی و سبک شروع کنید.
- یبوست بعد از سزارین شایع است. برای جلوگیری از آن در منزل، آب فراوان و غذاهای پر از فیبر مصرف کنید. رژیم غذایی شما باید از ویتامین ها و مایعات و پروتئین کافی باشد .



❖ فعالیت فیزیکی:

فعالیت بعد از سزارین با خروج سوند و شرایط مددجو شروع شود، زیرا به جلوگیری از لخته شدن خون و یبوست کمک می کند. خروج از تخت باید به کمک همراه و پرسنل درمانی باشد تا از افت فشار خون و زمین خوردن جلوگیری شود.

❖ مراقبت از زخم:

- بخیه ها بعد از باز کردن پاسمان نیاز به مالیدن کرم و شست و شو با بتادین ندارد.
- دوش گرفتن کوتاه مدت بعد از ترخیص از بیمارستان توصیه می شود.
- اگر شکم شما افتاده و چاق می باشد، توصیه می شود با شکم بند یا پارچه نخی شکم را بالا نگه دارید که روی بخیه های محل عمل نیافتد و موجب تعریق و رطوبت نشود.



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا
شهرستان زرند



مراقبت بعد از سزارین

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری : زمستان ۱۴۰۳

- حداقل ۳ هفته مقاربت نداشته باشید. بعد از این مدت بستگی به شرایط روحی و جسمی و عدم خونریزی می تواند فعالیت جنسی را از سر بگیرید.

- مصرف قرص آهن حداقل تا ۶ هفته بعد از سزارین ضروری می باشد.

❖ در صورت بروز علائم زیر، فوراً به اورژانس مراجعه نمایید:

- تب ناگهانی و شدید
- تکرر، اضطراب یا سوزش ادرار
- تغییر در ترشحات واژن
- درد یا حساسیت شکم یا لگن
- درد، قرمزی، تورم یا گرما در محل عضله پشت پا

منبع:

درسنامه پرستاری مادر و نوزاد لیفر

- محل بخیه ها نیاز به لیف و صابون ندارد فقط به آرامی خشک گردد.

- در صورت بروز التهاب و قرمزی به پزشک مراجعه کنید.

❖ توصیه ها :

- از بلند کردن بار سنگین به علت کشیدگی و باز شدن بخیه ها خودداری کنید.

- بی حرکتی بعد از ترخیص از بیمارستان مضر است، لذا در منزل راه بروید و محدود به بستر نباشید.

- از تماس با افراد بیمار و مبتلا به تبخال لب و دهان و سرماخوردگی پرهیز کنید و به محیط های آلوده و شلوغ نروید.

