



زایمان زودرس



واحد آموزش و ارتقاء سلامت
بیمارستان حکیم

درمان:

اگر فکر می کنید زایمان زودرس دارید، بلافاصله مthane خود را خالی کنید و به پهلو چپ دراز بکشید و مایعات بخورید و در اسرع وقت با پزشک خود تماس حاصل نمایید.
استراحت و تزریق مایعات داخل ورید و استفاده از دارو جهت قطع دردهای رحمی از اقدام های اولیه است. بررسی علت شروع زایمان زودرس توسط پزشک ضروری است.

عادت های زندگی که خانم باردار را

مستعد به زایمان زودرس می کند:

استفاده از مواد مخدر- سیگاری یا الکی بودن- شرایط کاری سخت مثل ایستادن طولانی، شب کاری- نداشتن مسکن و تغذیه خوب- دعوای خانوادگی، مرگ و میر و یا بیماری اقوام نزدیک- آزارهای جنسی
توجه: پرهیز از افزایش وزن غیر طبیعی در حین بارداری و داشتن تغذیه خوب، میزان زایمان زودرس را کم می کند.
جالب است که وجود سابقه زایمان زودرس در خانم باردار، میزان زایمان زودتر را در حاملگی های بعدی سه برابر می کند.



مهمترین علائم زایمان زودرس :

- ۱-درد منظم شبیه دردهای پیروید، فشار لگنی و یا درد کمر قابل ذکر است انقباضات رحمی به طور طبیعی از هفته های اول بارداری تا آخر وجود دارد ولی با شدت کم و نا منظم که فقط بعضی از حامله ها آن را احساس می کنند. این انقباضات در موقع فعالیت، عمل زناشویی و غیره ایجاد می شود، ولی منجر به باز شدن دهانه رحم نمی شود.
- ۲- پارگی کیسه آب
- ۳- علائم مشابه سرماخوردگی مثل تهوع، استفراغ و اسهال
- ۴- افزایش ناگهانی ترشحات واژن
- ۵- خونریزی مهلبی
- ۶- کاهش حرکات جنین
- ۷- عفونت ادراری که شایع است



یک مادر چگونه میتواند بفهمد در خطر زایمان زودرس است؟

علائم زایمان عبارتند از درد و گرفتگی کمر، باز شدن دهانه رحم، خونریزی، پاره شدن کیسه آب، احساس سنگینی کردن، دردهای فشار دهنده زایمانی اگر تعداد آنها از بیش از ۶ بار در ساعت باشد و دردهایی مانند دردهای عادات ماهیانه و درد شکم؛ همه این نشانه‌ها می‌توانند خبر از زایمان زودرس بدهند. در ضمن خوب است بدانید در زایمان های زودرس احتمال زنده ماندن نوزدان دختر بیش از پسران است چون دخترها رشد سریعتری در درون رحم دارند و کاملتر هستند



علل زایمان زودرس:

عواملی از قبیل بیماری های خود مادر مثل ناهنجاری بارداری که باعث می‌شود مادر قدرت نگهداری جنین را تا زمان موعده نداشته باشد، مسمومیت حاملگی یا عفونت، کم یا زیاد شدن مقدار آب کیسه بچه یا پاره شدن آن، رشد کم جنین یا تپش غیر نرمال قلب جنین و همچنین کار بیش از اندازه که منجر به خستگی مادر شود، استرس، مصرف خودسرانه داروها که علاوه بر تاثیرات منفی بر جنین احتمال زایمان زودرس را افزایش می‌دهند. همچنین قرار گرفتن در معرض دخانیات، چاقی مفرط نیز موارد مهمی هستند که باید مورد توجه قرار بگیرند



دوران بارداری شرایط بسیار خاصی است که مادران باید در آن مراقب خود و جنین‌شان باشند البته اطرافیان نیز در مهیا کردن این شرایط نقش بسیار مهمی دارند. اما گاهی اوقات آن قدر به مادران باردار توصیه می‌کنند که باید مراقب خودت باشی که همین زمینه ساز ایجاد نگرانی و در نتیجه استرس می‌شود که عامل ایجاد خطر هم برای مادر و هم برای جنین است سعی کنید در این دوران محیط آرامی را برای آنها فراهم کنید. مادران هم باید به توصیه های پزشکی زیر توجه کنند تا زودتر از موعد زایمان نشوند و ۹ ماه را به سلامتی طی کنند

