



مرکز آموزشی پژوهشی درمانی امیرالمومنین سمنان
واحد آموزش و ارتقاء سلامت

زایمان زودرس

زایمان زودرس

علائم هشدار



پیشگیری و مدیریت



چه زمانی به اورژانس مراجعه کنید؟

اگر احساس آبریزش داشتید

دچار خونریزی شده اید

حرکات جنین بسیار کمتر از حالت عادی است

شکمتان سفت می شود

دردهایی که هر ۵ دقیقه یکبار در هر ساعت

تکرار می شوند.

عوارض کوتاه مدت زایمان زودرس

مشکلات خونی

خونریزی مغزی

مشکلات گوارشی

مشکلات قلبی یا تنفسی

مشکل در کنترل دمای بدن

پایین بودن سطح قند خون

ضعیف بودن سیستم ایمنی



منابع:

کتاب بارداری و زایمان ۲۰۲۲، راهنمای کشوری ارائه خدمات
مأمایی و زایمان دوستدار مادر ویراست چهارم

جهت رویت پمفلت های بیشتر به سایت

بیمارستان امیرالمومنین مراجعه کنید.

<https://amirhos.semums.ac.ir>

ممکن است نوزاد به علت هر کدام از مشکلات

فوق در بیمارستان بستری و درمان شود.



کد پمفلت: ATF230/5/05.05

تاریخ تهیه: ۱۴۰۵

تایید کننده علمی: خانم دکتر ساتینیک درزی

درد زودرس زایمان

اگر دردهای زایمان قبل از هفته ۳۷ شروع شود، درد زودرس زایمان گفته می‌شود. اهمیت این موضوع از آن جهت است که باعث تولد نوزاد نارس می‌شود.

علامه هشدار دهنده شروع دردهای زودرس

هریک از علائم زیر نشانه زایمان زودرس است:

- درد شکمی شبیه درد پریودی که بیشتر از ۳،۴ بار در یک ساعت باشد
- فشار آوردن جنین به واژن
- آبریزش فراوان از واژن
- تغییر نوع ترشحات، صورتی رنگ، خونی، مخاطی
- خونریزی، لکه بینی
- کمردرد در صورتی که سابقه درد نداشتین

مراقبت ها در دردهای زودرس زایمان

استراحت:

مادر بارداری که درد های زایمان زودرس را دارد، نباید بیشتر از یکساعت به حالت ایستاده و بیشتر از ۲ ساعت به حالت نشسته باشد و بیشتر به روی پهلو چپ استراحت کند و باید از فعالیت روزانه خود کم کرده و از انجام کارهای سنگین مثل: دویدن، پریدن، جابجا کردن و حمل وسایل سنگین، بالا و پایین رفتن از پله خودداری کند.

بهداشت سیستم ادراری:

باید هر دو ساعت یکبار مثانه را تخلیه نموده و در صورت مشاهده علائم عفونت ادراری مانند درد پهلو، درد زیر شکم، سوزش ادرار، قطره قطره خارج شدن ادرار و وجود تب هر چه زودتر به پزشک متخصص مراجعه کند.

در این شرایط چه غذایی خوب است؟

نوشیدن آب مرکبات مثل پرتقال یا شربت آبلیموی رقیق باعث اسیدی شدن ادرار شده و می تواند به کنترل عفونت کمک کند. باید مادران باردار ۸ تا ۱۰ لیوان مایعات در شبانه روز مصرف نمایند.

خودداری از دلشوره و عصبانیت:

استرس و هر گونه عصبانیت و فشار روحی باعث شدید شدن درد های زودرس زایمان می شود. آرام کردن خود، توکل به خدا، تنفس عمیق و کم کردن استرس مهم است.

