



خودمراقبتی بیماران با خطر زایمان زودرس

(پره ترم لیبر)



تهیه و تنظیم: فرزانه یوسفیان (کارشناس ارشد مامائی)

زیر نظر کارگروه آموزش به بیمار

مرکز آموزشی درمانی الزهراء- تبریز

تابستان ۱۴۰۳

خانواده محترم و پدر عزیز:

با حمایت عاطفی و جسمی از مادر باردار، او را در سپری کردن دوران بارداری و زایمان یاری نمائید. با تشکر

➤ آمپول بتامتازون جهت کمک به رسیدگی ریه‌های جنین روزانه در ۲ نوبت به شما تزریق می‌شود. بنابراین پیگیری نمائید.

➤ آنتی بیوتیک جهت پیشگیری از عفونت رحم و جنین به شما تجویز می‌شود بنابراین در صورت داشتن حساسیت به آنتی‌بیوتیک مراقب خود را مطلع نمائید.

➤ مادر گرمی در صورت ترخیص از بیمارستان، اگر یکی از علائم و نشانه‌های زیر را احساس کردید به نزدیک‌ترین مرکز درمانی مراجعه نمائید:

➤ داشتن کرامپ (درد) رحمی مشابه دردهای دوران قاعدگی

➤ داشتن کرامپ شکمی (با یا بدون استفراغ، تهوع، اسهال شدید)

➤ داشتن هر گونه خونریزی واژینال (مهبلی)

➤ تغییر در حجم و بوی ترشحات واژن (مهبلی)

➤ داشتن احساس فشار در واژن یا لگن

➤ داشتن درد پائین کمر بطور متناوب یا مداوم

➤ داشتن تب و احساس لرز

منبع: راهنمای کشوری ارائه خدمات مامائی و زایمان

شماره تماس با مرکز آموزشی و درمانی الزهراء:

04135539160-61

<http://alzahrahosp.tbzmed.ac.ir>

تعریف زایمان زودرس

زایمان زودرس یا پره ترم لیبر به شروع زایمان بین هفته‌های ۳۷-۲۲ حاملگی گفته می‌شود.

مادر گرامی عوامل خطری که باعث زایمان زودرس می

شوند عبارتند از:

❖ سن مادر (زیر ۱۸ سال و بالای ۳۵ سال)

❖ مراقبت‌های ضعیف دوران بارداری

❖ سابقه پره‌اکلامپسی (مسمومیت حاملگی)

❖ دیابت

❖ عفونت‌های ادراری

❖ پارگی زودرس کیسه آب

❖ استعمال سیگار و اعتیاد

❖ سابقه سقط قبلی و زایمان نوزاد نارس

❖ واژینیت باکتریال (عفونت‌های واژن)

❖ کاهش طول دهانه رحم

❖ چند قلوئی

➤ مادر گرامی در طول بستری در این مرکز، داروهایی برای

کاهش درد زایمان و تکامل ریه جنین و آنتی بیوتیک جهت

پیشگیری از عفونت برای شما تجویز می شود و از نظر درد و

سایر علایم زایمان به مدت حداقل ۴۸ ساعت تحت نظر قرار

می گیرید در صورت قطع درد زایمان و طبیعی بودن وضعیت

شما و جنین تا رسیدن موعد زایمان بطور سرپایی کنترل

می‌شوید. ولی در صورت ادامه و تشدید درد و یا زجر جنین

ختم بارداری صورت می‌گیرد.

مادر عزیز لطفاً در راستای کنترل درد و پیشگیری از

زایمان زودرس و عوارض آن در طول بستری در این

مرکز موارد زیر را رعایت نمایید:

➤ جهت برخورداری از حمایت روحی و عاطفی با مراقبین

خود ارتباط برقرار کنید.

➤ در مورد روند درمانی و وضعیت جنین از مراقبین خود

سوال بپرسید.

➤ از نوع رژیم غذایی و حجم مایعات دریافتی اطلاع داشته

باشید

➤ جهت کاهش درد زایمان و ... بطور مکرر مایعات مصرف
نمایید.

➤ جهت خورسسانی بهتر به جنین در وضعیت پهلوئی چپ
استراحت نمایید.

➤ حرکت و فعالیت خود را کاهش دهید. و به موارد
استرس زا فکر نکنید.

➤ دستگاه‌های مانیتورینگ قلب برای بررسی سلامت

جنین به شما متصل می‌شوند بنابراین در این زمینه

خودتان کوشا باشید و همواره از وجود صدای قلب

جنین مطمئن باشید.

➤ آزمایشات خون و ادرار برای بررسی وضعیت سلامت

شما و علت یابی زایمان زودرس ارسال می‌شود.

➤ انفوزیون سرم و مایع درمانی باعث کاهش درد زایمان

می‌شود بنابراین همکاری لازم را در این زمینه داشته

باشید.

➤ در صورت دریافت آمپول سولفات منیزیم لازم هست که

میزان جذب و دفع مایعات خود را به مراقب خود گزارش

دهید.