



دانشگاه علوم پزشکی سمنان
بیمارستان ۱۵ خرداد مهدیشهر

PLP



تهیه شده در کارگروه آموزش بخش لیبر

کد فرم Hos-pam-ob-3

تاریخ ابلاغ : ۱۴۰۲/۱۲/۱

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۴/۱۲/۱

اگر در فشار روحی و استرس زیاد هستید از
یک روانشناس کمک بگیرید.

از مقاربت بخصوص در سه ماه آخر بارداری
پرهیز کنید

باید هر دو ساعت یکبار مثانه را تخلیه نموده
و در صورت مشاهده علائم عفونت ادراری
مانند درد پهلوی درد زیر شکم سوزش ادرار
قطره قطره خارج شدن ادرار وجود خون
و چرک در ادرار و تب هرچه زودتر به پزشک
مراجعه کنید و هر سه ماه یکبار آزمایش ادرار
خود را در طول بارداری تکرار کنید

گاهها در مورد مادرانی که در مرحله فاز زایمانی
وارد نشده اند . یعنی اینکه هنوز دهانه رحم
باز نشده باشد و یا دهانه رحم نرم نشده اند
می توان با توصیه های پزشک به بارداری
ادامه داد

پیشگیری

مادران باردار در معرض خطر باید اقدامات
پیشگیرانه جهت جلوگیری از زایمان زودرس
را انجام دهند برخی از این اقدامات عبارتند از
از کار سنگین پرهیزید و استراحت کنید
بدن تن جهت تغذیه جنین ورشد او بیشتر از
اندازه کار میکنند بنابراین به استراحت بیشتری
نیاز دارد. انجام امور خانه و شغلی را تا حد
امکان کم کنید خواب نیمروزی داشته باشید.

تعریف زایمان زودرس

زایمان زودرس به تولد قبل از اتمام ۳۷ هفتگی یا وزن کمتر از ۲۵۰۰ گرم نوزاد به هنگام تولد می‌گویند

علل زایمان زودرس

در حدود ۶۰ تا ۷۰ درصد تولد های زود هنگام ناشی از زایمان زودرس پارگی پرده های جنینی می باشد.

سایر موارد شامل علل طبی زیر میباشد:

- فشارخون حاملگی یا فشار خون مزمن
- دیابت
- بیماریهای کلیوی
- خون ریزی جفتی به علت کنده شدن زودرس جفت یا جفت سرراهی،
- فشار بر روی لگن و انقباضات دردناک

- عفونت های واژینال و عفونت مایع آمنیون
- عوامل ارثی از جمله سابقه زایمان زودرس

- بارداری در سن کم یا بالا
- داشتن چند قلبی و بارداری پشت سر هم کشیدن سیگار و مصرف الکل

علائم زایمان زودرس

انقباضات منظم رحمی گاهی این انقباضات بدون درد می باشد و فقط سفتی و فشردگی در عضلات رحم ایجاد می شود.

در صورت داشتن این علائم به پزشک مراجعه کنید:

- درد و فشار شکمی مانند دردهای دوران پرینود در قسمت انتهای کمر
- ترشحات ابکی یا خونی از واژن

تشخیص

روش های تشخیصی موجود برای کسانی که خطر بیشتری از نظر زایمان زودرس دارند:

- معاینه و اندازه گیری طول دهانه رحم توسط ماما یا پزشک
- اندازه گیری نوعی پروتئین که توسط غشای جنین ترشح می شود در ترشحات رحم و واژن
- نوار قلب جنین (NST) انجام
- جهت چک ضربان قلب جنین و انقباضات رحمی

