

پره ترم لیبر (زایمان زودرس)

ویژه مادران و همراهیان



کارگروه درون بخشی بخش مامایی و زایشگاه

کد سند Bh-Mn/Pat Edu Pam//doc-04/06

بازنگری: ۱۴۰۴

دفعات بازنگری: ۶

Www.bohloul.gmu.ac.ir

← تغذیه با شیر مادر:

شیر مادر برای نوزاد نارس حیاتی است. در صورت عدم توانایی مکیدن، از شیردوش استفاده کنید و پستانهای خود را تخلیه کنید. بسته به سن و وضعیت نوزاد، ممکن است از طریق لوله یا به تدریج از طریق شیر مادر یا شیر خشک مخصوص نوزادان نارس تغذیه شوند.

شیر مادر به دلیل داشتن آنتی‌بادی‌ها و مواد مغذی ضروری، بهترین گزینه برای تغذیه نوزادان نارس است.

← پایش سلامت نوزاد:

نوزادان نارس در معرض خطر زردی، عفونت و مشکلات تنفسی هستند. پیگیری منظم با پزشک ضروری است.

<https://www.mayoclinic.org/Chatgbt.com>
شماره تماس: ۵۷۲۳۶۸۳۳-۵۱
داخلی ۱۱۰۰-۱۲۲۲

جهت دریافت فایل می‌توانید
بارکد روبرو را با تلفن همراه خود
اسکن نمایید.

← حمایت تنفسی نوزاد:

بسیاری از نوزادان نارس به دلیل عدم تکامل کافی ریه‌ها، نیاز به حمایت تنفسی دارند. این حمایت می‌تواند شامل اکسیژن مکمل، CPAP (فشار مثبت مداوم راه هوایی) یا دستگاه تنفس مصنوعی (ونتیلاتور) باشد.

← مانیتورینگ:

نوزادان نارس به طور مداوم از نظر علائم حیاتی (ضربان قلب، تنفس، فشار خون، دما) و سطح اکسیژن خون تحت نظر هستند.

← جلوگیری از عفونت:

نوزادان نارس سیستم ایمنی ضعیف‌تری دارند و بیشتر در معرض خطر عفونت هستند. رعایت بهداشت دقیق و محدود کردن تماس با افراد بیمار برای جلوگیری از عفونت ضروری است.

← مراقبت‌های رشدی:

تحریک مناسب حواس نوزاد (مانند لمس ملایم، صحبت کردن و لالایی خواندن) و فراهم کردن محیطی آرام و کم نور به رشد و تکامل مغزی نوزاد کمک می‌کند.

زایمان زودرس، به زایمان قبل از هفته ۳۷ بارداری گفته می‌شود.

یعنی انقباضات منظم رحمی باعث گشاد شدن دهانه رحم و نازک شدن آن می‌شود و در نتیجه به زایمان زودرس منجر می‌شود. این وضعیت می‌تواند برای مادر و جنین بسیار خطرناک باشد، زیرا جنین هنوز به طور کامل رشد نکرده است و ممکن است اندام‌های حیاتی آن هنوز به طور کامل تکامل نیافته باشند.

علائم زایمان زودرس می‌توانند شامل موارد زیر باشند:

انقباضات رحمی: انقباضات منظم که با فاصله زمانی کمتر از ۱۰ دقیقه رخ می‌دهند و در طول زمان شدت می‌یابند. این انقباضات ممکن است شبیه به گرفتگی قاعدگی باشند.

فشار در لگن: احساس فشار یا سنگینی در لگن.

درد کمر: درد کمر مداوم و شدید.

ترشحات واژینال: افزایش ترشحات واژینال یا تغییر رنگ و بافت آن.

پارگی کیسه آب: نشت مایع آمنیوتیک (مایع اطراف جنین).

هر یک از این علائم لزوماً نشان دهنده زایمان زودرس نیستند، اما اگر هر یک از این علائم را تجربه کردید، بلافاصله با پزشک یا ماما خود تماس بگیرید تا ارزیابی لازم انجام شود.

تشخیص زود هنگام و درمان مناسب می‌تواند از بسیاری از عوارض جدی جلوگیری کند.

اقدامات ضروری در صورت شک به زایمان زودرس:

۱. استراحت مطلق در حالت درازکش به پهلو (چپ) برای بهبود جریان خون به جنین.

۲. خوردن آب برای جلوگیری از کم‌آبی (ممکن است انقباضات را کاهش دهد).

۱. تماس با پزشک یا ماما و توضیح دقیق علائم.



مراقبت‌های پزشکی احتمالی که برای مادر انجام می‌شود:

۱. تزریق کورتیکواستروئیدها (بتمازون): برای تقویت ریه‌های جنین (اگر زایمان بین هفته‌های ۲۴-۳۴ باشد).

۲. تجویز داروهای توکولیتیک (مانند نیفدپین):

برای کاهش انقباضات رحمی و به تأخیر انداختن زایمان.

۳. آنتی‌بیوتیک‌ها (در صورت پاره شدن کیسه آب):

برای پیشگیری از عفونت.

مراقبت‌های پس از زایمان زودرس:

تماس پوست با پوست:

حتی اگر نوزاد در NICU است، این کار به تنظیم دمای بدن و بهبود رشد کمک می‌کند.

کنترل دمای بدن نوزاد:

نوزادان نارس به راحتی گرمای بدن خود را از دست می‌دهند، بنابراین در انکوباتور نگهداری می‌شوند تا دمای بدنشان ثابت بماند.