



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی بیمارستان حضرت ولی عصر (عج)

مراقبت از بخیه ها

بعد از زایمان طبیعی

وامد آموزش سلامت

تهیه : فاطمه فتحی (کارشناسی مامایی)

تنظیم : خانم جرجانی (سوپروایزر آموزش سلامت)

شهر یور 1404

بیمارستان حضرت ولیعصر (عج) فسا

آدرس : میدان ابن سینا

تلفن : 071-53315018

وب سایت : vh.fums.ac.ir



بخیه های زایمان طبیعی و مراقبت های لازم از آنها:

بخیه های زایمان طبیعی چند بخیه سطحی است و اصلاً قابل مقایسه با بخیه جراحی های سنگین (مثل سزارین) نیست.

بافت واژن یک بافت پرچین و چروک است که اصولاً جای هیچ چیزی رویش نمی ماند از جمله بخیه ها.

محل بخیه زایمان طبیعی:

روی سطح پوست پرینه چیزی حدود یک الی دو بند انگشت بخیه می خورد که جذبی است و ظرف چند روز (بسته به بافت بدن افراد)

جذب می شود و ردی از آن باقی نمی ماند. اپی زیاتومی (برش پرینه) در هنگام زایمان طبیعی برای این صورت می گیرد که احیاناً به هنگام خروج نوزاد پارگی غیرطبیعی رخ ندهد.

بخیه های زایمان طبیعی سطحی بوده و درد چندانی ندارد و در نهایت با استفاده از مسکن (مثل مفنایک اسید) درد ساکت خواهد شد.

بعد از زایمان کافی است تا چند روز روی بخیه ها ننشینید و به هنگام شیردهی در حالت چهارزانو نباشید و برای اینکه به بخیه ها فشار وارد نشود زیاد از حد نایستید.

بعد از هربار اجابت مزاج ناحیه بخیه زده را تمیزشسته و خشک کنید از سشوار هم می توانید استفاده کنید.

از نوربهداشتی که لایه های جاذب و مواد شیمیایی دارند استفاده نکنید تا دچار حساسیت نشوید.

احساس درد و سوزش خفیف در محل بخیه به طور طبیعی بعد از زایمان وجود دارد که قابل تحمل است در طی ساعات اولیه بعد از زایمان و در بیمارستان کنترل دقیق توسط ماما و پرستار انجام می شود و در صورت لزوم می توان از مسکن نیز استفاده نمود.

مادر می بایست در حال دراز کشیده استراحت نماید و از نشستن طولانی برروی محل بخیه ها پرهیز نماید.

چنانچه مادری در ساعات اولیه فشار شدید مثل زور زدن و احساس دفع مدفوع را در محل واژن یا مقعد داشت بلافاصله به ماما اطلاع دهد زیرا ممکن است به دلیل ایجاد خونریزی مخفی در محل زیر بخیه ایجاد هماتوم و ورم شدید همراه با درد ایجاد نماید که باید سریعاً پیگیری شود.

علاوه براین اغلب مادران در ساعات اولیه بعد از زایمان در بیمارستان از تخلیه ترس داشته و نگران باز شدن بخیه ها هستند که هرگز با هم تداخلی نداشته و بهتر است دفع ادرار به موقع و سریع انجام شود تا احتمال

خونریزی و عفونت ادراری کاهش یابد.

شستشوی محل بخیه چه در بیمارستان و چه در منزل باید بعد از هر بار دفع ادرار و مدفوع دقیق و از قسمت جلو به عقب انجام شود که شستشو با آب ولرم و بتادین رقیق شده و یا با سرم شستشو مناسب است و بعد از هر بار طهارت گرفتن بهتر است محل بخیه ها با دستمال تمیز خشک شود.

تعویض به موقع نواربهداشتی خیس شده و مرطوب به ترمیم زودتر بخیه ها کمک می کند.

جهت خشک نگه داشتن محل بخیه ها و بهبود جریان خون محل می توانیم از حرارت متوسط سشوار استفاده نمود برای این منظور سه بار به مدت 15 دقیقه محل بخیه را بدون پوشش از فاصله نیم متری در معرض جریان هوای آزاد قرار می دهیم این کار باعث بهبود سریع و کاهش میزان عفونت در محل بخیه می شود.

مصرف آنتی بیوتیک گاهی طبق نظر پزشک توصیه می شود اما اگر فردی

بهداشت محل بخیه را به خوبی رعایت نماید نیاز به مصرف آنتی بیوتیک ندارد.

لباس های زیر نخی و گشاد در کاهش درد و حساسیت های جانبی مناسب هستند.

تغذیه مناسب و مصرف مواد غذایی سرشار از پروتئین مثل گوشت و تخم مرغ و سرشار از ویتامین مثل انواع میوه ها و سبزیجات غیرنفاخ-انبه-آناناس و شربت آلو در بهبود سریع زخم مناسب هستند.

علاوه بر این تغذیه خانم زائو باید طوری تنظیم شود که روزانه یک نوبت غذای ملین مصرف شود تا از یبوست پیشگیری شود زیرا در صورت بروز یبوست درد شدید در محل بخیه احساس شده و گاهی نیز در یبوست های طولانی باعث باز شدن بخیه ها می شود.

