

آشنایی با اهمیت زایمان طبیعی وعوارض سزارین



معصومه حاجی پور

مدیر مرکز آموزش بهورزی
دانشکده علوم پزشکی تربت جام



مریم السادات شجاعی

مربی مرکز آموزش بهورزی
دانشکده علوم پزشکی تربت جام



رامش نشاط

کارشناس ارشد مامایی و
کارشناس مسوول دفتر فصلنامه بهورز

مقدمه

زایمان طبیعی یکی از موهبت‌های الهی برای تولید نسل بشر بر روی زمین است که از بدو آفرینش آدم تاکنون همواره ادامه داشته است. مکانیسم انجام زایمان یک فرآیند خود به خودی و بدون نیاز به مداخله بوده که سال‌های سال با سیر طبیعی خود انجام شده است. با پیشرفت علم و فناوری طی دهه‌های اخیر بشر به راه‌هایی دست یافته که به وسیله جراحی در مواردی که

اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه:

- فواید زایمان طبیعی برای مادر و نوزاد را توضیح دهند.
- فرآیند زایمان طبیعی و سزارین و عوارض ناشی از هر کدام را مقایسه کنند.
- با توجه به شرایط زندگی، منطقه و وضعیت مادر، بتوانند یک زایمان مطمئن و ایمن را پیشنهاد کنند.

سزارین

سزارین تولد جنین از راه برش دیواره شکم و دیواره رحم تحت عمل بیهوشی یا بی حسی تعریف می شود.

فواید زایمان طبیعی برای مادر در مقایسه با سزارین

* **پیشگیری از خطر مرگ:** احتمالاً بزرگترین فایده زایمان طبیعی کاهش مرگ مادر است؛ زیرا جراحی سزارین مانند تمام جراحی‌ها دارای خطر مرگ ناشی از عوامل بیهوشی است به طوری که نسبت مرگ و میر پری ناتال زنان در سزارین بیشتر از زایمان طبیعی است.

* **پیشگیری از خطر عفونت:** در واقع شایع‌ترین انواع عفونت پس از سزارین، عفونت رحم و عفونت محل زخم جراحی و عفونت مثانه است، ولی در زایمان طبیعی عفونت رحم بندرت دیده می شود و خطر زخم شدن و ایجاد عفونت و مشکلات دیگر، در زایمان بعدی هم وجود نخواهد داشت.

جان مادر یا جنین در خطر باشد به کمک آن‌ها بشتابد. کشف داروهای جدید و استفاده از دستگاه‌ها و تجهیزات پیشرفته نیز در این زمینه به یاری این عمل شتافته است. حفظ و ارتقای سلامت مادران و نوزادان به عنوان دو گروه آسیب پذیر اهمیت ویژه‌ای دارد، از این رو ترویج زایمان طبیعی در تمام سطوح خدمات بهداشتی درمانی کشور به عنوان سیاستی اساسی همواره مورد توجه قرار گرفته است. مادران در دوره پس از زایمان ممکن است از خستگی، بی حالی، مشکلات خواب، درد پستان، درد جسمانی، هموروئید، یبوست، مشکلات جنسی و افسردگی پس از زایمان احساس ناراحتی کنند، در حالی که به دنبال عمل سزارین به لحاظ جراحی و افزایش مدت بستری در بیمارستان ممکن است مشکلات بیشتری از جمله عفونت، خونریزی، ترومبوز، آسیب لگنی، مشکلات زخم سزارین و... وجود داشته باشد.

زایمان طبیعی

زایمان طبیعی روندی فیزیولوژیک و طبیعی برای تولد جنین است که نیازی به مداخله پزشکی ندارد و بدون هیچ مداخله‌ای انجام می شود و پزشک و ماما به عنوان حمایتگر در موارد احتمال خطر همراه مادر هستند.

بزرگترین فایده زایمان طبیعی کاهش مرگ مادر است؛ زیرا جراحی سزارین مانند تمام جراحی‌ها دارای خطر مرگ ناشی از عوامل بیهوشی است به طوری که نسبت مرگ و میر پری ناتال زنان در سزارین بیشتر از زایمان طبیعی است.

پیامبر اکرم ﷺ: نگاه محبت آمیز فرزند پرور و مادرش عبادت است.



بدن به فرم طبیعی، باعث بازگشت سریع تر او به محیط خانواده و شروع زندگی عادی می شود.

- * **بهبود وضعیت روحی و روانی مادر:** احساس خوشایند از توانایی در زایمان طبیعی، احساس مشارکت در زایمان و درک نحوه تولد نوزاد، احساس تسلط و حاکم بودن بر اتفاقات حین زایمان، احساس برقراری ارتباط فوری و پیوند احساسی با نوزاد پس از وضع حمل، احساس رضایت از پذیرفتن مسؤولیت های مادرانه و مراقبت از نوزاد، احساس قدرت و رضایت ولدت بردن از نقش مادری از جمله دیگر آثار مثبت زایمان طبیعی است.
- * **زایمان طبیعی مقرون به صرفه تر است.**

فواید زایمان طبیعی برای نوزاد

- * کاهش مشکلات تنفسی: فشاری که در حین زایمان طبیعی به قفسه سینه نوزاد وارد می آید کمک زیادی به تمیز شدن ریه های او از ترشحات و مایعات می کند که باعث برقراری یک فعالیت تنفسی عادی برای نوزاد می شود. البته باز هم باید تأکید کرد در صورتی که ماما یا پزشک تشخیص دهد که عمل سزارین

* **پیشگیری از «از دست دادن خون»:** به طور متوسط، خونی که در زایمان طبیعی از دست می رود حدود ۵۰۰ تا ۷۰۰ میلی لیتر و در سزارین به طور متوسط، حدود ۱۰۰۰ میلی لیتر است.

* **پیشگیری از لخته شدن خون در پاها:** ترومبوفلیت حالتی است که در آن خون داخل سیاهرگ لخته می شود و معمول ترین محل تشکیل لخته، سیاهرگ های پا است. خطر ایجاد ترومبوفلیت پس از سزارین بیشتر از زایمان طبیعی است.

* **شیردهی آسان تر و زودتر:** انقباضات زایمان در روش طبیعی موجب ترشح هورمون شیردهی شده و شیردهی راحت انجام می شود. مادرانی که زایمان طبیعی داشته اند می توانند شیردهی زودرسی برای نوزادشان داشته باشند و آغوز را که به عنوان اولین واکسن برای نوزاد است زودتر به بدن او برسانند و این مادران در شیردهی به نوزاد خود موفق تر از مادرانی هستند که سزارین شده اند.

* **بهبودی سریع تر:** درد زایمان طبیعی نسبت به سزارین، زودتر بهبود پیدا می کند و مادر مدت زمان کوتاه تری را در زایشگاه می ماند و همچنین بازگشت سریع عضلات

علاوه بر مزایای بسیار زیاد زایمان طبیعی که به پاره‌ای از آن‌ها نیز اشاره شد، بر خلاف عمل سزارین، بازیابی پس از زایمان طبیعی سریع‌تر است و از این رو مادر و کودک می‌توانند به زودی به خانه بروند و با توجه به بهبود سریع، مادر می‌تواند خود را در فعالیت‌های روزانه درگیر کند.

اما سزارین در شرایطی امن‌تر از زایمان طبیعی است:

- * در صورتی که زایمان قبلی سزارین بوده باشد.
- * تولد دوقلو یا چندقلو
- * مسایلی از قبیل انقباض جفت و جراحی قبلی
- * کودک بیش از حد بزرگ باشد یا چرخیده باشد.
- * اضطراب جنین
- * پارگی رحم
- * شرایط پزشکی مادر، مانند؛ فشار خون بالا، دیابت و عفونت
- * به استثنای موارد بیان شده و موارد اضطراری زایمان طبیعی را باید انتخاب کرد.

عوارض کوتاه مدت سزارین

- * میزان خونریزی: در خانم‌هایی که دوقلو یا چندقلو باردار بوده‌اند، خونریزی بیشتر اتفاق می‌افتد. برای این خانم‌ها همیشه باید خون آماده در اتاق عمل وجود داشته باشد.

برای مادر و نوزاد مفیدتر است، باید سزارین انجام شود و عوارض آن در مقایسه با عوارض مربوط به یک زایمان طبیعی مشکل، باید سنجیده شود.

- * دریافت باکتری‌های محافظت‌کننده: هنگامی که نوزاد از مجرای زایمان عبور می‌کند، باکتری‌های محافظت‌کننده را برمی‌دارد. این باکتری‌ها وارد روده نوزاد می‌شوند و سیستم ایمنی را شکل می‌دهند.
- * تکامل جنین: وقتی رشد جنین کامل می‌شود، زایمان طبیعی انجام می‌شود.
- * عبور از مجرای زایمان، سیستم قلبی عروقی جنین را تحریک می‌کند و باعث گردش خون بهتر و آماده‌سازی او برای تولد می‌شود.
- * در طی زایمان طبیعی، نوزاد از اثرات هورمون کاتکول آمین استفاده می‌کند. این هورمون‌ها باعث می‌شود نوزاد هوشیار شود و با مادر خود ارتباط برقرار کند.
- * نوزادانی که با زایمان طبیعی به دنیا می‌آیند نسبت به سزارینی‌ها در برابر بیماری و حساسیت‌ها مقاوم‌تر هستند.
- * زایمان طبیعی نسبت به سزارین باعث می‌شود که نوزاد بر استرس، غلبه بیشتری داشته باشد.
- * نوزادانی که با زایمان طبیعی به دنیا می‌آیند، بهره‌هوشی بالاتری دارند و دارای علاقه بیشتری در انجام رفتارهایی مانند مکیدن و گرفتن سینه مادر هستند.
- * بعد از زایمان طبیعی، تماس پوست به پوست در مادر و نوزاد رخ می‌دهد. این تماس دارای فواید روانی بسیاری برای نوزاد است، از جمله: رشد مطلوب مغز و مکیدن بهتر شیرمادر
- * اگر زایمان طبیعی بدون استفاده از داروها باشد، نوزاد عوارض جانبی داروها را تجربه نخواهد کرد.

مقایسه روش سزارین و زایمان طبیعی

در بحث مربوط به این که کدام گزینه ایمن‌تر است، اگر فقط به آمار نگاه کنید، هرگز سزارین را انتخاب نخواهید کرد، برخی تحقیقات نشان می‌دهد، که مرگ در سزارین ۲ تا ۳ برابر بیشتر از زایمان طبیعی است.





لخته درمان نشود، وارد جریان خون شده و آمبولی ریه رخ می‌دهد. در نتیجه آمبولی ریه، بیمار دچار تنگی نفس می‌شود که در خانم‌ها بسیار کشنده است. این لخته در خانم‌های چاق، کسانی که زایمان سزارین زیادی داشته یا زیاد استراحت کرده اند، دیده می‌شود.

* موفقیت ناکافی در شیردهی و گرفتن سینه مادر توسط نوزاد.

عوارض بلند مدت سزارین

* تأخیر در جمع شدن رحم در سزارین بیشتر است و علل مختلفی مانند استفاده از داروهای بیهوشی، داشتن فیبروم‌های رحمی، جنین درشت یا دوقلو و چندقلو زایی در سزارین‌های قبلی دارد.

* عفونت محل سزارین: در کسانی که کیسه آبشان پاره شده است یا درگیر ترشحات عفونت شده‌اند و علائمی مثل تب، قرمزی، تورم و خروج ترشحات چرکی از محل برش دارند. با این عوارض مادر نیاز مجدد به بستری شدن دارد.

* ضایعات پستانی: چون ترشح شیر در مادرانی که سزارین کرده‌اند، دیرتر اتفاق می‌افتد، بنابراین ضایعات پستانی همچون زخم شدن نوک پستان یا التهاب پستان در آن‌ها بیشتر دیده می‌شود.

* افسردگی

* ناباروری ثانویه

* عفونت: در سزارین نسبت به زایمان طبیعی به دلیل وجود محل برش از درصد بالاتری برخوردار است.

* بیهوشی: ممکن است مادر نسبت به داروهای بیهوشی از خود حساسیت نشان دهد، مشکلات ریوی و تنفسی پیدا کند و حتی احتمال دارد دچار سرردهای شدید هم بشود.

* چسبندگی داخل رحمی: در این حالت، در سزارین بعدی، وقتی پزشک، زائو را تحت عمل جراحی قرار می‌دهد، جنین خارج می‌شود اما جفت نه؛ چرا که جفت داخل عضلات رحم فرو رفته است. به همین علت گاهی پزشک مجبور می‌شود رحم را برای جلوگیری از مرگ مادر از شکم خارج کند.

* صدمه به احشای داخل شکم مادر در هنگام سزارین

* تشکیل لخته در عروق پاها: این لخته همراه با قرمزی و تورم است و عوارض ریوی ایجاد می‌کند. اگر این

روش‌هایی چون بی‌دردی هنگام زایمان از طریق بی‌حسی‌های اپیدورال و گازهای استنشاقی در بیمارستان قابل اجراست که از درد زایمان طبیعی خواهد کاست.

عوارض برای نوزاد

- * عواقب کوتاه مدت سزارین: کم وزنی، نیاز بیشتر به مراقبت‌های ویژه، عدم تکامل دستگاه گوارش، زردی و اختلال تنفسی
- * عوارض درازمدت سزارین: بیشتر به آسم، دیابت و چاقی مبتلا می‌شوند و خود چاقی زمینه‌ساز بروز بیماری‌های قلبی عروقی و انواع سرطان‌ها خواهد بود.

نتیجه‌گیری

مادرانی که زایمان طبیعی می‌کنند در مقایسه با مادران سزارینی، بازگشت سریع‌تری به محیط خانواده داشته و بهتر می‌توانند به نوزاد خود رسیدگی کنند. زایمان طبیعی از نظر اقتصادی نیز به نفع خانواده و جامعه است. با توجه به عوارض سزارین در مادران، فقط گاهی به دلایل پزشکی، زایمان باید از طریق سزارین انجام شود و با توجه به مزایای بی‌شمار زایمان طبیعی می‌توان گفت، تا وقتی مادر می‌تواند زایمان فیزیولوژیک داشته باشد

بهتر است از سزارین پرهیز کند؛ در صورت آگاه بودن مادر از روند طبیعی زایمان و ماهر بودن عامل زایمان و مدیریت درست، روند زایمان چه به لحاظ علمی و چه از نظر حمایت روانی مادر به خوبی انجام می‌شود و یکی از لذت بخش‌ترین تجربیات مادر خواهد بود.

پیشنهادها

زایمان طبیعی، یک هدیه شگفت‌انگیز است که مادر می‌تواند به خود و فرزندش بدهد، در حال حاضر تمهیداتی اندیشیده شده که انجام زایمان طبیعی به روش مطمئن انجام شود، روش‌های آماده‌سازی قبل از زایمان طبیعی با حضور مادر باردار و همسرش از اوایل حاملگی باید آغاز شود و بهره‌گیری از روش‌های مختلف چون روش تنفس ویژه نیز به زنان باردار باید آموزش داده شود. همچنین روش‌هایی چون بی‌دردی هنگام زایمان از طریق بی‌حسی‌های اپیدورال و گازهای استنشاقی در بیمارستان قابل اجراست که از درد زایمان طبیعی خواهد کاست.

پیشنهاد برای بهورزان

- * ترغیب مادران باردار جهت شرکت در کلاس‌های آمادگی برای زایمان
- * آموزش علمی و کاربردی مادران باردار در خصوص واقعیت‌ها و روند زایمان طبیعی و سزارین
- * مراقبت‌های استاندارد و هوشمندانه در دوران بارداری
- * ترویج فرهنگ حمایت و همراهی مادر باردار توسط همسر و خانواده برای یک زایمان ایمن

منابع

1. Cunningham FG, Kenneth Y, Williams Obstetrics, 23rd ed, New York:McGraw-Hill; 2010. p.804-8
2. Mehdizadeh A, Roosta F, Kamali Z, Khoshgoo N. Evaluation of the effectiveness of antenatal preparation for childbirth courses on the health of the mother and the newborn. Iran Univ Med Sci. 2003; 35(10):456-62
3. Thavagnanam S, Fleming J, Bromley A, Shields MD, Cardwell CR. A meta-analysis of the association between caesarean section and childhood asthma. Clin Exp Allergy. 2008; 38(4): 629-33
4. Bahrami N, Araban M, Bahrami S. The impact of antenatal education on postpartum depression, Dezful, Iran. Hormozgan Med J. 2010;13(4):277-83

به این موضوع امتیاز دهید (۱ تا ۱۰). کد موضوع ۱۰۱۲۴. پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۰۱. نحوه امتیازدهی: امتیاز- شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۸۰-۱۰۱۲۴)