

درد زایمان:

زایمان کار راحتی نیست و مسلماً درد هم دارد، اما لازم نیست از این درد بترسید. بسیاری از خانمها آن قدر از درد زایمان وحشت دارند که ترجیح میدهند بیهوش شوند و زیر تیغ جراحی سزارین بروند اما زایمان طبیعی را تجربه نکنند؛ اما متخصصان بارها از مزایای زایمان طبیعی نسبت به سزارین گفته اند و این روزها هم روشهایی برای کنترل درد زایمان پیشنهاد شده است. شما به عنوان یک زن باردار می توانید با رعایت روش های ساده که یکی از آنها زایمان در آب است، به راحتی از زایمان طبیعی خود لذت برده و به سادگی نوزاد خود را در آغوش بگیرید.

زایمان در آب:

زایمان در آب یک زایمان طبیعی است که ضمن درد کمتر نیازی به استفاده از داروهای بی حسی ندارد.

در روش زایمان در آب با استفاده از آب با دمای 37-34 درجه و حالت شل شدن عضلات، یک زایمان طبیعی اما بدون درد در آبگرم صورت میگیرد.

مزایای زایمان در آب چیست؟

☞ کاهش احتمال نیاز به انجام اپیزیوتومی یا

همان برش پرینه در زایمان طبیعی

☞ انجام شدن زایمان بصورت طبیعی که قطعا

سالم تر از سزارین است

☞ زایمان طبیعی در آب می تواند دردهای

انقباضی شکم را کاهش دهد (این روش از

زایمان، تفاوتی با زایمان طبیعی نداشته و تنها

در کاستن از درد موثر است و نباید توقع

زایمان بدون درد داشت.)

☞ زنانی که در آب زایمان می کنند، نسبت به

سایر افراد کمتر نیاز به آرام بخش و مسکن

دارند.

☞ در این روش مادر می تواند در هر حالتی که راحت تر است قرار بگیرد که این امر برای زایمان راحت تر است.

☞ با کاهش استرس، هورمون های استرس (که موجب افزایش فشار خون می گردند) کمتر در بدن مادر تولید می شود و فشار خون مادر در حین تولد کاهش می یابد.

☞ خوابیدن و نشستن در آب باعث تولید اندورفین می شود که مهارکننده درد است.

چه موقع انجام زایمان در آب امکان پذیر است؟

زایمان در آب برای همه خانمها قابل انجام نیست. شرایط کلی برای این عمل به شرح زیر است:

☞ در طول دوران بارداری نباید هیچ

عارضه ای در مادر وجود داشته باشد

☞ ضربان قلب نوزاد باید خوب باشد و

پیش از زایمان مدفوع نکرده باشد

هواالمحبوبه



مرکز پزشکی امین

زایمان در آب



در صورت علاقمند بودن به دانستن مطالب بیشتر به درمانگاه
مامایی در روزهای غیر تعطیل مراجعه نمایید یا با شماره تلفن زیر
تماس بگیرید:
31122020 داخلی

روش های انجام زایمان زیر آب

زایمان در آب به دو روش انجام می گیرد:

روش اول: خانم باردار قبل از زایمان، تمام مراحل زایمان را در زیر آب انجام می دهد و زمانی که دهانه رحم کاملا باز شده و برای بیرون آمدن بچه آماده می شود، روی تخت زایمان رفته و مرحله آخر زایمان را روی تخت انجام می دهد.

روش دوم: خانم باردار تمام مراحل زایمان و دردهای زایمانی را داخل آب تجربه کرده و نوزاد نیز در آب متولد و در آب رها می شود. پرسنل اتاق زایمان بچه را از زیر آب گرفته و به مراحل دیگر زایمان کمک و رسیدگی می کنند.

شناسنامه پمفلت آموزشی	
موضوع	زایمان در آب
تهیه کننده	خانم تاشی
تأیید کننده علمی	خانم دکتر مراد قلی
سمت	مدیر گروه زنان
تاریخ تهیه	1401
کد پمفلت	PE-per-18

☞ مادر باید عفونت یا پارگی طولانی مدت کیسه آب نداشته باشد

☞ لگن مادر باید در شرایط مناسب باشد و بچه هم خیلی درشت نباشد

☞ زنانی که مایل به انجام زایمان در آب می باشند نباید به بیماری دیابت، بیماری قلبی، کلیوی و نیز به بیماری هرپس مبتلا باشند.

آموزش زایمان در آب

معمولا زنان قبل از آموزش از انجام زایمان در آب احساس نگرانی دارند، به همین دلیل به خانم هایی که می خواهند از این روش به عنوان یک روش کمکی برای کم کردن به دردهای زایمانی استفاده کنند توصیه می شود حتما کلاس های آموزشی را گذرانده و از مراکزی که کار زایمان در آب را انجام می دهند، بازدید کنند. این کلاس ها به صورت استاندارد، به مدت 8 هفته و از هفته بیستم بارداری زنان شروع می شود؛

