



زایمان دیرتر از موعد یا پست ترم



ویژه: بیماران

تاریخ آخرین بازنگری: ۱۴۰۳/۰۹/۰۱

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۰۹/۰۱

کد پمفلت: PA-۳۰-۱۰۰۱

شماره بازنگری: ۰۱

جهت دسترسی به اطلاعات آموزشی، بارکد زیر را اسکن نمایید.



معاونت آموزش و سلامت

تهیه کننده: بخش زایشگاه - واحد آموزش سلامت

سخن آخر

دوران حاملگی و بارداری بسیار خاص و متفاوت تر از سایر مقاطع زندگی است. سعی کنید تا حد امکان به خود سخت نگیرید و از داشتن تجربه آن لذت ببرید. برای گرفتن بهترین تصمیمات در حفظ سلامت خود و کودکان، حتما با پزشکتان مشورت کنید.



منبع:

کتاب بارداری و زایمان ویلیامز - ۲۰۲۲

<https://www.wolterskluwer.com/en/solutions/uptodate>

در صورت سؤال یا مشکل در زمینه بیماری خود می توانید بصورت **رایگان** همه روزه از ساعت ۸ الی ۱۲ بجز تعطیلات به کلینیک آموزش سلامت مراجعه یا تماس حاصل فرمائید.

آدرس: مشهد - چهارراه ابن سینا - میدان امام رضا (ع)

تلفن: ۰۵۱۳۸۵۸۳۸۵۰

وبسایت: emamreza.mums.ac.ir

* در صورت نیاز و عدم شروع نشانه های زایمانی، با توجه به شرایط مادر پزشک تصمیم به ختم بارداری و القای زایمان می کند. جهت القای زایمان پزشک از دارو استفاده می کند که در این مدت مادر تحت مراقبت دقیق ماما و پزشک خواهد بود.

مادر محترم صبور باشید

شما در مراحل آخر بارداری هستید! در این میان،

سعی کنید از آخرین روزهای حاملگی لذت ببرید.



ممدجوی گرامی:

با آرزوی سلامتی برای شما

این مطالب به منظور آشنایی با زایمان دیرتر از موعد یا پست ترم و مراقبت لازم در مورد آن تهیه شده است. امید است با مطالعه مطالب قادر باشید دوره درمان خود را به خوبی مدیریت نمایید.

زایمان دیرتر از موعد یا پست ترم:

اگر زایمان بعد از هفته ۴۲ بارداری انجام شود، زایمان دیرتر از موعد یا پست ترم نام می گیرد.

حاملگی در حالت طبیعی ۴۰ هفته را شامل می شود. به عبارت دیگر این دوران از روز لقاح تا روز زایمان چیزی در حدود ۲۸۰ روز طول می کشد. با این حال زایمان تا هفته چهل و دوم نیز در بسیاری از موارد نرمال محسوب می شود. اما اگر فرد بیش از ۴۲ هفته باردار باشد پزشکان تشخیص بارداری دیرتر از موعد را برای او در نظر می گیرند. این وضعیت می تواند خطراتی برای جنین به همراه داشته باشد و نیاز به مراقبت های خاص در این دوران می باشد.

عوامل مستعد کننده:

* عدم کنترل وزن مادر در دوران بارداری

* سابقه زایمان دیر هنگام در مادر



گذشتن از موعد زایمان چه علائمی دارد؟

احساس کاهش حرکات جنین توسط مادر و کاهش مایع آمنیوتیک

ویژگی های این نوزادان شامل:

داشتن پوست چروکیده و در حال پوسته ریزی، داشت بدن لاغر، بلوغ پیشرفته مثل چشمان باز نوزاد، داشتن ناخن بلند و موی زیاد سر

گذشتن از موعد زایمان چگونه تشخیص

داده می شود؟

کاهش مایع آمنیون (الیگو هیدروآمنیوس) با سونوگرافی

درمان:

بعد از تعیین سن حاملگی اگر شما بیان کنید که حرکات جنین کاهش یافته است طبق دستور پزشک و با توجه به وضعیت جنین ختم بارداری صورت می گیرد.

در صورت عدم رضایت مادر جهت ختم بارداری و تمایل شما جهت ادامه بارداری باید آموزش های لازم را دریافت کنید.



آموزش های خود مراقبتی در منزل:

* مادر محترم شما باید به حرکات روزانه جنین دقت کنید و چنانچه حرکات کاهش یافت به مراکز اورژانس مراجعه نمایید.

* کنترل دقیق ضربان قلب جنین (تست NST) باید هفته ای دوبار انجام شود و ادامه مراقبت ها بر اساس نتیجه آن ادامه یابد.

* پیاده روی روزانه به مدت حداقل ۲۰ دقیقه صبح و عصر داشته باشید و نرمش های مجاز را انجام دهید.

* روزانه استحمام کنید.

* داشتن رابطه جنسی با همسر بدون ضربه و آسیب در کمک به شروع زایمان توصیه می شود.

* رایحه درمانی و ماساژ توسط ماما یا همراه دوره دیده طبق اصول صحیح توصیه می گردد.

* رعایت رژیم غذایی حاوی فیبر فراوان و همچنین استفاده از ملین ها در غذای روزانه توصیه می شود.

* در صورت شروع درد و نشانه های زایمانی با ماما و یا پزشک خود تماس گرفته و در صورت تشخیص پزشک، بستری در بیمارستان ضروری می باشد.

