



تفاوت زایمان طبیعی با فیزیولوژیک

بیمارستان و زایشگاه بنت الهدی
کمیته آموزش به بیمار

کاهش درد در زایمان فیزیولوژیک

در روش زایمان فیزیولوژیک با ایجاد شرایط مناسب و استفاده از روش های زیر درد مادر را به میزان زیادی کنترل کرده و با حذف بسیاری از عوامل موثر بر درد زایمان شرایط کم دردی را ایجاد می نماییم :

طب فشاری که با تحریک گیرنده های مکانیکی منجر به کاهش درد می شود .

تحرك مادر در لیبر : منجر به نزول جنین و برطرف شدن وضعیت نامناسب جنین و منجر به افزایش سرعت زایمان می شود
استفاده از آروماتراپی و رایحه درمانی ، با افزایش تولید اندروفین و کاهش ادراک درد

تکنیک های تنفسی و تمرکز : با افزایش خون رسانی رحم و تولید اندروفین و کاهش ادراک درد

- تمرکز و منحرف کردن حواس ، تجسم خلاق ، با کاهش ادراک درد .- مصرف مایعات و غذای کم حجم : مانع دهیدراسیون و کاهش قند خون و کاهش خستگی و کاهش تولید کاکتول آمین ها می شود
- حضور همراه در کنار مادر : با حمایت عاطفی و روانی باعث افزایش اعتماد به نفس مادر و کاهش ترس می شود.

BENTOLHODA HOSPITAL

زایمان فیزیولوژیک با مشارکت کامل مادر در فرآیند زایمان صورت می گیرد. این زایمان در وضعیت های مختلف مادر مثل ایستاده، روی زانو، چهار دست و پا، چمباتمه ،لیناتومی و نشسته متمایل به جلو ، در وان آب گرم و ... انجام می شود و آگاهی مادر از روند این پدیده خارق العاده بسیار اهمیت دارد. انواع روشهای کاهش درد زایمان " غیر دارویی" مثل ماساژتراپی، آروماتراپی، گرمادرمانی سرمادرمانی، طب فشاری، موسیقی درمانی رفلکسولوژی، تن آرامی، تکنیک های تنفسی و ... نه تنها میزان احساس درد مادر را کاهش می دهد بلکه سرعت زایمان و رضایت مادر را افزایش می دهد و سلامت کامل جنین را تضمین می کند.



آدرس : مشهد ، خیابان بهار

تلفن : ۵ - ۵۱۳۸۵۹۰۰۵۱

www.bentolhodahospital@yahoo.com

کانال تلگرامی : @benthospital

مددجوی عزیز ضمن آرزوی سلامتی امیدواریم مطالعه ی این پمفلت آموزشی به افزایش آگاهی شما در زمینه بیماری و پیشگیری از عوارض آن کمک کند.

تفاوت زایمان طبیعی با فیزیولوژیک

غالباً در روند زایمان طبیعی انواع دخالت های پزشکی و دارویی انجام می گیرد . بخصوص در کشور ما در دو دهه ی اخیر این دخالتها بی رويه بوده و عوارضی را نیز به دنبال داشته که باعث تخریب جلوه ی زایمان طبیعی در برخی موارد شده است . القای زایمان بصورت روتین برای همه با سرم اکسی توسین ، که همه خانمها با وحشت از آن به عنوان "سرم فشار" یاد میکنند ، نمونه ای از این مداخلات است . اگرچه من منکر مزیت های این مداخلات نیستم ، اما بهتر است این مداخلات فقط و فقط در موارد ضروری انجام شدند تا شاهد عوارض ناخواسته نباشیم

اما زایمان فیزیولوژیک چیست ؟

زایمان فیزیولوژیک یعنی طی شدن روند طبیعی زایمان، بدون هر گونه دخالت دارویی و پزشکی !

در زایمان فیزیولوژیک ، خانم باردار با دردهای کاملاً طبیعی خود مراجعه میکند و پرونده بستری در بلوک زایمان تشکیل میشود . اما دیگر از وصل کردن سرم و خوابیدن روی تخت و غذا نخوردن و ... خبری نیست !

در زایمان فیزیولوژیک تمام سعی مان بر این است که فرد احساس راحتی کند . همه کس و همه چیز در اختیار مادر باردار قرار دارد که فقط راحت باشد . احساس غریبی نکند . وجود همراه زایمان (معمولاً همسر یا مامای همراه) نیز از اصول زایمان فیزیولوژیک است . در این نوه زایمان ، سرم تراپی اجباری و آنژیوکت و ... ممنوع است . همه چیز فقط و فقط در صورت "لزوم" انجام می شود . مادر می تواند مایعات و غذاهای سبک استفاده کند . لزومی هم به دراز کشیدن روی تخت و تکان نخورن نیست ! اتفاقاً در زایمان فیزیولوژیک سعی میکنیم از نیروهای طبیعی شکم و لگن برای پیشرفت زایمان استفاده کنیم . بهتر است به طور خلاصه بدانید ، چهار هورمون اصلی در زایمان نقش دارند که عبارتند از :

اکسی توسین (هورمون عشق) ، اندورفین (هورمون خشنودی و آرامش) ، اپی نفرین ، نوراپی نفرین (هورمون تهیج و استرس) پرولاکتین (هورمون شیر).

چهار هورمون فوق با هم سمفونی زیبایی را در بدن اجرا می کنند و هماهنگی جالبی با هم دارند . این سیستم در بدن همه پستانداران وجود دارد و به عنوان سیستم لیمیک یا مرکز عاطفی مغز شناخته شده است که در قسمت میانی مغز قرار دارد .