



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی کردستان

مرکز آموزشی، پزشکی و درمانی بعثت



پایگاه بهداشتی

واحد آموزش سلامت آبان ۱۴۰۰

تلفن: ۱۵-۰۸۷-۳۳۲۸۵۹۱۰

مادرگرمی:

در صورت داشتن مشکل در شیردهی جهت مشاوره

شیردهی با پایگاه بهداشتی بیمارستان بعثت تماس

حاصل فرمایید.

با آرزوی بهبودی و سلامتی روزافزون

۷- در بخش بعد از زایمان باید حتما نسخه دارویی دریافت نمایید و آنتی بیوتیک خوراکی طبق دستور پزشک مصرف شود.

مراقبت های لازم در نوزادان:

۱- بعد از هر بار شیردهی نوزاد را بغل گرفته طوری که سر نوزاد روی شانه شما قرار بگیرد و به آرامی پشت او را ماساژ بدهید تا هوای معده خارج شود.

۲- نوزاد را به طرف راست بخوابانید که از برگشت شیر جلوگیری شود.

۳- در صورت بروز هر یک از موارد زیر باید به پزشک متخصص کودکان مراجعه شود:

زردی نوزادان- شیر نخوردن- خواب آلودگی

تب و تشنج جهت کنترل ماهیانه -واکسیناسیون

کبود شدن

مراقبت های بعد از زایمان طبیعی در منزل:

۱- توجه به مقدار خونریزی چنانچه تا ۱۰ روز پس از زایمان خونریزی قرمز رنگ و زیاد باشد ، غیر طبیعی است .

۲- تا ۴۰ روز پس از زایمان از تماس زناشویی خودداری شود.

۳- در چند روز اول زایمان اگر دچار سرگیجه ، تب ، عدم هوشیاری و یا درد و تورم و ترشح در محل بخیه ها شدید سریعا به بلوک زایمان مراجعه نمایید.

۴- استحمام روزانه و شستشو محل بخیه ها با شامپو بچه یا سرم شستشو روزی سه بار

۵- خوردن غذاها از انواع متفاوت همراه سبزیجات تازه توصیه میشود و از خوردن آب پرهیز نشود.

۶- ورزش بعد از زایمان به صورت نشسته و در تختخواب پاها دراز شود و روزی سه بار و هر بار ۱۰ دقیقه ناحیه تناسلی را منقبض (جمع شدن) کنید و سپس منبسط (باز) شود.