



کد سند: PEBRO196-01

تاریخ تدوین: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۵/۰۲/۰۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۱۰

آموزش به بیمار

زایمان دیرتر از موعد یا پست ترم



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سؤالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی، مراقبت های قبل و بعد از زایمان، مراقبت از نوزاد...) می باشد:
05138042027



من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان ولایت

مادر محترم صبور باشید

شما در مراحل آخر بارداری هستید! در این میان، سعی کنید از آخرین روزهای حاملگی لذت ببرید.

توصیه میشود:

در صورت شروع کمر درد، آبریزش یا کاهش حرکات جنین حتما به زایشگاه مراجعه داشته باشید.



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

<https://velayat.mums.ac.ir/>

منبع:

راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی وزایمان

(بازنگری چهارم)

<http://www.nlm.nih.gov/medlineplus>



* 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.

* در صورت نیاز و عدم شروع نشانه های زایمانی، با توجه به شرایط مادر

پزشک تصمیم به ختم بارداری و القای زایمان

درمان:

بعد از تعیین سن حاملگی اگر شما بیا ن 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.



زایمان دیرتر از موعد یا پست ترم:

اگر زایمان بعد از هفته ۴۰ بارداری انجام شود، زایمان دیرتر از موعد یا پست ترم نام می گیرد.

حاملگی در حالت طبیعی ۲۲ هفته را شامل می شود. به

عبارت دیگر این دوره از روز لقاح تا روز زایمان 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 ۴۰ 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 دوره 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

کاهش مایع آمنیوتیک

گذشتن از موعد زایمان چگونه تشخیص داده می

شود:

کاهش مایع آمنیوتیک (الیگو هیدروآمنیوس) با سونوگرافی

در صورت عدم تمایل مادر به ختم

بارداری، ارزیابی سلامت جنین حداکثر تا ۴۱ هفته

و ۶ روز انجام میشود.



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 ضربات قلب جنین (تست NST) باید هفته

ای دوبار انجام شود و ادامه مراقبتها 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.

