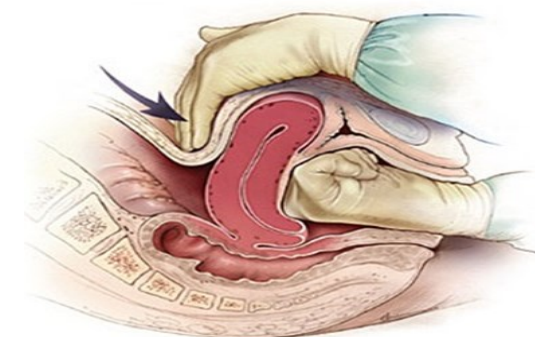




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی البرز
مرکز آموزشی و درمانی سردار سپهر شهید حاج قاسم سلیمانی



مرکز آموزشی و درمانی

سردار سپهر شهید حاج قاسم سلیمانی

جمع نشدن رحم

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: ۱۴۰۴

شماره واحد آموزش به بیمار: ۰۲۶۳۵۷۷۱۱۲۵

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic

شرح بیماری:

آتونی رحم وضعیتی است که پس از زایمان رخ می دهد. این وضعیت زمانی اتفاق می افتد که رحم پس از زایمان قادر به منقبض شدن یا جمع شدن نباشد و این شرایط منجر به خونریزی پس از زایمان می شود.

پس از زایمان، به طور طبیعی عضلات رحم سفت و منقبض می شوند تا جفت خارج شود. این انقباضات همچنین رگ های خونی که به جفت متصل بودند را فشرده می کند. این فشرده سازی به پیشگیری از خونریزی کمک می کند. چنانچه عضلات رحم به اندازه کافی منقبض نشوند، رگ های خونی می توانند آزادانه خونریزی کنند. این امر منجر به خونریزی بیش از حد پس از زایمان می شود.

علائم:

خونریزی بیش از حد و غیر قابل کنترل پس از تولد
افت فشار خون
افزایش ضربان قلب
درد
کمر درد

علل شایع:

زایمانی که بیش تر از حد طبیعی طول بکشد
زایمانی که بسیار سریع رخ دهد.
بزرگ شدن بیش از حد رحم
استفاده از اکسی توسین، دیگر داروها یا بیهوشی
عمومی در طول زایمان

زایمان طبیعی که با استفاده از تزریقات منجر به تسهیل تولد کودک شود.

عوامل خطر:

در صورتی که شما چند قلو باردار باشید.
در صورتی که کودک شما درشت تر از حد معمول باشد.
در صورتی که سن مادر بیش تر از 35 سال باشد.
در صورتی که مادر چاق باشد.
در صورتی که میزان مایع درون رحمی یا مایع آمنیوتیک شما بیش از حد باشد.
در صورتی که زایمان های قبلی بسیاری داشته باشید.

عوارض احتمالی:

خونریزی شدید پس از زایمان
کم خونی
خستگی
احساس سبکی سر و سرگیجه ناشی از کاهش فشار خون
امکان خونریزی های بعد از زایمان در زایمان های بعدی

تشخیص:

تشخیص پس از اخذ شرح حال و معاینه دقیق صورت می گیرد و در صورت نیاز از دیگر روش های تشخیصی ذکر شده در زیر استفاده می شود.
چک کردن منظم ضربان نبض، فشار خون
شمارش سلول های قرمز خون
بررسی فاکتورهای انعقادی خون



درمان:

- درمان این وضعیت بر متوقف کردن خونریزی و جایگزینی خون از دست رفته تمرکز دارد. ممکن است به مادر مایعات وریدی، خون و فراورده های خونی تزریق شود. دیگر روش های درمانی شامل موارد زیر می باشند.
- ماساژ رحم
- انتقال خون
- مصرف داروهایی مانند اکسی توسین، متیل ارگونوین و پروستوگلاندین ها
- در موارد شدیدتر درمان شامل موارد زیر می باشد:
- جراحی جهت مسدود کردن عروق خونی
- آمبولیزاسیون که از طریق آن ذراتی وارد شریان رحم می شوند تا مانع رسیدن جریان خون به رحم شوند.
- انجام هیستریکتومی یا خارج کردن رحم از بدن



مراقبت:

خونریزی بعد از زایمان ممکن است 2 تا 3 و یا تا 6 هفته ادامه پیدا کند. میزان ترشحات به تدریج کم می شود. ترشحات قرمز رنگ نباید بیش از 2 هفته باقی بمانند. هر چند اگر استراحت کافی نبوده و فعالیت بدنی زود شروع شود و زیاد باشد خونریزی ممکن است دوباره شروع شود. پس حتما استراحت کنید.

از بلند کردن اشیاء سنگین خودداری کنید.

محل بخیه ها را خشک و تمیز نگه دارید.

رژیم غذایی:

خونریزی بعد از زایمان را با مصرف مواد غذایی حاوی آهن خون و امگا 3 و پروتئین جبران کنید، تخم مرغ، شیر، لبنیات، گوشت، آب گوشت، کباب مرغ، سوپ مرغ، ماهی فراوان مواد حاوی پروتئین هستند. مواد غذایی حاوی آهن عبارتند از: انواع گوشت ها (مخصوصا بوقلمون)، جگر، عدس، زرده تخم مرغ، اسفناج، کشمش و آلو خشک.

خوردن چای بعد از غذا جزو عادات غلط است زیرا باعث می شود جذب آهن کمتر شود.

بهتر است همزمان با مصرف مواد آهن دار، میوه ها و سبزیجاتی که ویتامین C دارند (مانند: پرتقال، لیمو شیرین، سبزی خوردن، گوجه فرنگی، فلفل دلمه ای و نارنگی) و موادی که کلسیم دارند بیشتر مصرف شود تا جذب آهن بیشتر شود.

جهت جلوگیری از یبوست رژیم غذایی پرفیبر و مایعات مصرف کنید

از مصرف غذاهای نفاخ و دیر هضم اجتناب کنید.

یک برنامه غذایی سالم و مناسب داشته باشید و از مصرف غذاهای پر کالری و با ارزش غذایی کم خودداری کنید.



در چه شرایطی به پزشك مراجعه نمایید؟

- خیس شدن کامل بیش از يك پد در هر ساعت
- ادامه خونریزی شدید و قرمز روشن بعد از هفته اول
- تغییر رنگ مجدد خونریزی به قرمز روشن بعد از روز چهارم پس از زایمان و برطرف نشدن آن با استراحت
- خونریزی همراه با تکه های بزرگ لخته بزرگتر از يك سکه
- احساس ضعف
- تب و لرز، ترشحات بد بو
- در صورت مشاهده دیگر علائم نگران کننده