



تعریف خونریزی پس از زایمان

از دست دادن 500 سی سی یا بیشتر خون طی 24 ساعت اول بعد از وضع حمل می باشد که در سزارین این مقدار دو برابر خواهد بود.

خونریزی بعد از زایمان به انواع زودرس و دیررس طبقه بندی می شود که اولی طی 24 ساعت اول رخ می دهد و خونریزی ثانویه بعد از 24 ساعت تا 16 هفته بعد از زایمان می تواند رخ دهد.

شایع ترین علت خونریزی آتونی رحمی (شلی رحم) می باشد. علت شلی رحمی می تواند چند قلوبی، چند زایی، زایمان طول کشیده، افزایش مایع آمنیوتیک، و... باشد. از عوامل دیگر خونریزی می توان پارگی مجرای تناسلی، باقی ماندن محصولات حاملگی و اختلالات انعقادی اشاره کرد. علت اختلالات انعقادی جدا شدگی جفت، عفونت، مرگ جنین، درمان ضدانعقادی می تواند باشد.

چه کاری باید برای خونریزی پس از زایمان انجام داد؟

اگر در هر مقطعی از زمان نشانه هایی از اتلاف بیش از حد خون وجود داشته باشد نکته اساسی برای تیم درمان شناسایی علت خونریزی می باشد من جمله باقی ماندن قطعات جفت، پارگی های مجرای تناسلی، آتونی رحمی (شلی رحمی) و عدم برگشت رحم به حالت اولیه) و اختلالات انعقادی.

تشخیص خونریزی بعد از زایمان بر اساس قضاوت بالینی (تغییر سطح هوشیاری، فشار خون، تعداد تنفس زیاد، ضربان قلب، کاهش برون ده ادراری و...) صورت می گیرد.

درمان خونریزی

در درمان خونریزی زودرس ابتدا تخلیه مثانه، فشردن رحم، (ماساژ رحمی) انجام می گیرد. درمان طبی برای آتونی رحمی استفاده از داروی اکسی توسین می باشد. داروهای دیگر در صورت عدم پاسخ به اکسی توسین، مشتقات پروستاگلاندین می باشد.

در صورت عدم کنترل خونریزی از راه حل های جراحی استفاده می شود. که بسته به علت خونریزی نوع عمل متفاوت خواهد بود.

احتمالاً بعد از ترخیص با پدهای بهداشتی بسیار ضخیم که قدرت جذب بالایی دارند به خانه فرستاده می شوید. وقتی به خانه می روید مقدار زیادی پد بهداشتی تهیه کنید. در شش هفته اول نباید از تامپون استفاده کرد زیرا ممکن است سبب عفونت شود (تامپون: توده پنبه و غیره که در سوراخ بدن یا واژن می گذارند تا خون و غیره را جذب کند).

در بعضی موارد نادر بعضی زنان دچار خونریزی تأخیری پس از زایمان می شوند. در صورت وجود خونریزی شدید (در حدی که پد بهداشتی ظرف یک ساعت کاملاً از ترشحات اشباع شود) باید بلافاصله به پزشک مراجعه کرد زیرا ممکن است علائمی از باقی ماندن تکه ای از جفت در درون رحم و یا انقباض ناکافی رحم باشد.

در صورتی که خونریزی خیلی شدید باشد و احساس ضعف، سرگیجه و تاری دید بوجود آید بلافاصله باید به اورژانس مراجعه کرد.

در صفحه بعد علائم هشدار توضیح داده خواهد شد.

خونریزی در حد نرمال

خونریزی پس از زایمان که به مدت 2 تا 3 هفته در حد پریودی (خونریزی ماهانه) و تا 6 هفته به صورت زرد رنگادامه می‌یابد، طبیعی تلقی می‌شود، ابتدا قرمز روشن و حاوی لخته‌هایی می‌باشد. بعداً رنگ آن صورتی و سپس قهوه‌ای می‌شود. به تدریج از حجم آن کاسته می‌شود، ولی جریان آن ممکن است سه تا شش هفته بعد از زایمان ادامه داشته باشد. (هر چند اگر استراحت کافی نبوده و فعالیت بدنی زود شروع شود و زیاد باشد خونریزی ممکن است دوباره شروع شود).

حتی ممکن است خونریزی زمانی که بعد از مدتی ماندن در تخت، می‌ایستید بیشتر شود. این خونریزی بیشتر، تنها به این خاطر است که خون در حالی که دراز می‌کشید در رحم و واژن جمع می‌شود و هنگامی که می‌ایستید نیروی جاذبه آن را به پایین می‌کشد.

اقدامات لازم در خونریزی زایمان

اگر خونریزی شما در حد نرمال است بهترین راه کنار آمدن با خونریزی بعد از زایمان، استفاده از نوار بهداشتی است. نوار بهداشتی با قطره‌های مختلف برای جذب هر مقدار خونریزی که دارید در دسترس است. از تامپون استفاده نکنید، زیرا ممکن است در مدت زمانی که رحم شما هنوز در حال بهبودی است

موجب بروز عفونت شود. اگرچه خونریزی معمولاً بعد از دو هفته متوقف می‌شود، اما ممکن است به مدت شش هفته ادامه یابد. گاهی تکه‌های ریزی از بافت جفت در رحم باقی می‌ماند که این وضعیت می‌تواند موجب خونریزی شدید شود. میزان ترشحات بسیار تدریجی کم می‌شود. ترشحات قرمز رنگ نباید بیش از 2 هفته باقی بمانند. جهت حمام و استفاده از وان نظر پزشک خود را بپرسید.

علائم هشدار

مراجعه زود هنگام قبل از اینکه مقدار زیاد خون از دست رود بهترین اقدام است. در صورت مواجهه با مشکلات زیر مراقب بهداشتی خود را در جریان بگذارید و یا اگر در منزل هستید هرچه سریعتر به اورژانس مراجعه کنید:

- 1) تغییر رنگ مجدد خونریزی به قرمز روشن بعد از روز چهارم پس از زایمان و برطرف نشدن آن با استراحت
- 2) خونریزی همراه با تکه‌های بزرگ لخته با اندازه‌های بزرگ‌تر از یک سکه
- 3) بوی بد ترشحات، تب و یا لرز
- 4) اختلال در دفع ادرار و مدفوع
- 5) داشتن دست و پاهای سرد، گیجی، سردرد

6) عطش به آب

7) لرز و بی‌قراری

8) جریان خون مداوم

9) احساس درد در لمس پریینه

10) ادم (ورم) و اریتم (قرمزی) در اندام‌ها

11) سفیدی پوست پریینه یا محل ترمیم

12) سر درد و تاری دید

13) درد پشت زانو یا بدون تورم

14) احساس فشار در شکم و رکتوم (مقعد)

15) خیس شدن کامل بیش از یک پد در هر ساعت

16) ادامه خونریزی شدید و قرمز روشن بعد از هفته اول

در صورت نیاز به سایر مطالب آموزشی اسکن نمایید

