

## زایمان فیزیولوژیک:

از زمان شروع بارداری، بدن با ترشح هورمون‌ها، خود را برای یک زایمان طبیعی آماده می‌کند. این هورمون‌ها روی عضلاتی مانند عضلات لگن، کمر و شکم تأثیر می‌گذارد تا شما بتوانید بدون دخالت دارو در پایان بارداری، زایمان کنید. این گونه زایمان، زایمان فیزیولوژیک نامیده می‌شود که در آن پزشک و ماما هیچ دارویی به شما تزریق نمی‌کنند، فقط شما را تحت نظر قرار می‌دهند و بدن شما با طی کردن روند زایمان، جنین را به دنیا می‌آورد. زایمان فیزیولوژیک در واقع همان زایمان طبیعی است که بدون آمپول فشار یا دیگر داروها انجام می‌شود.

## مزایای زایمان فیزیولوژیک

در زایمان طبیعی، پزشک یا با تزریق دارو، روند زایمان را کنترل می‌کند یا ممکن است از روش‌های کاهش درد استفاده کند. به این گونه زایمان، زایمان واژینال نیز گفته می‌شود. اما در زایمان فیزیولوژیک، پزشک و ماما تا زمانی که مورد خطرناکی را مشاهده نکنند در روند زایمان شما هیچ دخالتی نخواهند داشت. زایمان فیزیولوژیک نسبت به زایمان واژینال مزایایی دارد که برخی از آنها شامل موارد زیر است:

**زمان زایمان:** وقتی خانم بارداری تصمیم می‌گیرد که به صورت فیزیولوژیک زایمان کند، تا پایان بارداری صبر می‌کند. انجام زایمان در هفته‌های آخر بارداری یعنی ۳۹ و ۴۰، باعث می‌شود که جنین کاملاً رشد کند و پس از زایمان نیازی به مراقبت‌های ویژه نداشته باشد. همچنین در هفته‌های پایانی، رشد مغز جنین نیز کامل می‌شود.

**بهبود سریع‌تر:** دهانه رحم و واژن بسیاری از خانم‌هایی که به صورت فیزیولوژیک زایمان می‌کنند، شکافی برنمی‌دارد و نیازی به بخیه نیست. همچنین معمولاً در زایمان فیزیولوژیک پرینه پاره نمی‌شود. اما هنگامی که پزشک یا ماما، پرینه را شکاف می‌دهند، پس از زایمان این ناحیه را بخیه می‌زنند که احتمال عفونت و خونریزی بعد از زایمان را افزایش می‌دهد.

**کاهش عوارض ناشی از دارو:** داروهایی که هنگام زایمان به منظور سرعت بخشیدن تزریق می‌شود، ممکن است با افزایش انقباضات رحمی، اکسیژن‌رسانی به جنین را با مشکل مواجه کند. همچنین این داروها، احتمال خونریزی شدید مادر پس از زایمان را نیز افزایش می‌دهد. توجه داشته باشید اگر مقدار دارویی که به شما تزریق می‌شود، انقباضات رحم را بیش از اندازه افزایش دهد، احتمال یارگی رحم و کنده شدن زود هنگام جفت نیز بیشتر خواهد شد.

اگر بارداری پرخطر ندارید، از پزشک خود بخواهید که زایمانتان را به صورت فیزیولوژیک برنامه‌ریزی کند. توجه کنید که زودتر از موعد به بیمارستان نروید. اگر در بیمارستان بستری شوید، بهتر است در مورد تمام داروهایی که به شما داده می‌شود سؤال کنید. این حق شماست که زایمانی انجام دهید که کمترین خطر و عارضه را برای شما و کودکتان دارد.

## بلوک زایمان بیمارستان امیرالمومنین علی ابن ابیطالب (ع) آماده ارائه خدمات زیر برای شما مراجعین محترم میباشد.

کلاسهای زایمان فیزیولوژیک برای آموزش زایمان

درمانگاه نوزادان با حضور متخصصین نوزادان

اتاق زایمان ( تک تخته ) با امکان حضور همراه و همسر

اتاقهای ویژه آماده و تزئین شده با فضای وسیع و مناسب

انجام انواع روشهای کاهش درد غیر داروئیدر زمان زایمان طبیعی ( تن آرامی - آروماتراپی - ماساژدرمانی )

حضور کادر مجرب ماماهاى زایمان و نوزادان در تمام کشیکهای صبح و عصر و شب برای انجام پروسه زایمان

شماره تماس: ۰۹-۳۲۸۱۸۱۹۲ داخلی ۳۱۸



تهیه و تنظیم : تیم آموزش سلامت بیمارستان بهار ۱۴۰۲

فهرست منابع:

- دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
- سایت ویکی پدیا دانشنامه آزاد
- دانشنامه رشد
- [www.ir.Teb.com](http://www.ir.Teb.com)

وبسایت بیمارستان: [www.alihospital.ir](http://www.alihospital.ir)

