



## مزایای زایمان طبیعی



کمیته آموزشی بیمارستان حکیم  
سهیلا احمدآبادی  
سوپروایزر آموزشی

چشم انداز بیمارستان حکیم:

ما میخواهیم با توکل به خداوند متعال و بهره گیری از سربلندی های ارزشمند نیروی انسانی به عنوان بیمارستانی

سرآمد در ارائه خدمات بهداشتی و درمانی در اقیانوس ۱۴۰۴ شمال شرق کشور باشیم

هرگز به دلیل ترس از  
درد زایمان که امری طبیعی است  
داوطلب سزارین نمی شوم.



یکی از دلایلی که مادران روش سزارین را به زایمان طبیعی ترجیح می دهند ترس از درد زایمانی است. تحقیقات نشان می دهد مادرانی که مراحل زایمان طبیعی را پشت سر گذاشته اند و در هوشیاری کامل متوجه به دنیا آمدن نوزادشان شده اند و حتی اولین گریه نوزاد را شنیده اند از آن به عنوان تجربه ای بسیار شیرین و غیرقابل وصف یاد کرده اند و آن را مرحله سختی از زندگی که توانسته اند با موفقیت پشت سر بگذارند دانسته اند که این تجربه باعث افزایش اعتماد به نفس ایشان شده و توانسته اند در شیردهی و بعدها در تربیت کودکان به مادران کمک کند.



## مادر گرامی:

زایمان یک امر طبیعی است که براساس یک سری تغییرات منظم که خود به خود انجام میشود شروع شده و با همکاری مادر و فرد انجام دهنده زایمان به راحتی انجام می شود.

شما به عنوان یک مادر باردار حتما تا به حال در مورد زایمان و نحوه انجام آن فکر کرده اید ، حتما از خود پرسیده اید کجا و چگونه زایمان کنم؟

کدام روش زایمان برای من مناسب تر است؟

همانطور که می دانید زایمان به دو روش صورت می گیرد:

۱- طبیعی

۲- سزارین



زایمان طبیعی نسبت به سزارین مزایای فراوانی برای مادران و نوزادشان دارد:

## مزایای مادری:

- مدت بستری شدن و بازیابی توانایی بازگشت به کارهای عادی و روزمره بعد از زایمان طبیعی خیلی کمتر از سزارین است.
- حجم خونی که مادر طی زایمان طبیعی از دست می دهد تقریبا نصف یک عمل سزارین است.
- زایمان طبیعی عوارض و خطرات بیهوشی زایمان به طریق سزارین را ندارد.
- درصد ابتلا به عفونت در بین مادران سزارین شده بیشتر از مادرانی است که زایمان طبیعی داشته اند.
- زایمان طبیعی از نظر اقتصادی به نفع خانواده و جامعه می باشد.
- در زایمان طبیعی ، خانم ها تناسب اندام خود را با انجام ورزش های مناسب سریعتر از مادران سزارین شده بدست می آورند.



## مزایای نوزادی:

مادرانی که زایمان طبیعی می کنند در شیر دهی و دادن آغوز به نوزاد خود موفق تر هستند زیرا مادر بلافاصله پس از زایمان نوزاد خود را در آغوش می گیرد و ارتباط مستقیم با پوست مادر برقرار شده و این امر در ایجاد رابطه عمیق عاطفی بین مادر و نوزاد و همچنین کمک به برقراری سریعتر شیر دهی کمک می کند. این در حالی است که در مادرانی که سزارین می شوند نوزاد تا چندین ساعت از مادر دور می ماند.

اکثر خانم ها می توانند زایمان را

به روش طبیعی انجام دهند و

فقط محدودی از زایمان ها نیاز به سزارین دارد.

