



بیمارستان مادر و کودک شوشتری

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی شیراز

اپیزیاتومی

شماره سند:



تهیه و تنظیم: فهیمه باغبانی

کارشناس ارشد مشاوره در مامایی

تایید کننده علمی:

دکتر طیبه عزیزی، متخصص زنان و زایمان

زیر نظر واحد آموزش سلامت-تابستان ۱۴۰۱

منبع: American Pregnancy Association

اپیزیاتومی چیست؟

اپیزیاتومی روشی است که در آن یک برش کوچک برای باز کردن دهانه واژن در هنگام زایمان ایجاد می‌شود. ممکن است برای جلوگیری از پارگی پوست در دهانه واژن انجام شود. همچنین ممکن است برای کمک به زایمان نوزاد انجام شود.

زمانی لازم است که:

زایمان قریب الوقوع است و پرینه زمانی برای کشش آهسته نداشته است.

سر جنین برای دهانه واژن خیلی بزرگ است.

اضطراب جنینی (در صورت دیسترس جنین)

نوزاد در حالت بریچ (پا) است و در هنگام زایمان عارضه ای وجود دارد.

مادر قادر به کنترل هل دادن (زور زدن هنگام زایمان) نیست.

اپیزیاتومی چگونه انجام می‌شود؟

در صورت دریافت بی حسی اپیدورال (بی حسی از کمر) احتمالاً نیاز به بیهوشی بیشتری نیست. در غیر این صورت استفاده از یک بی حسی موضعی ضروری است.

برش میانی جانبی به سمت پایین به دور از واژن و پرینه به سمت عضله قرار می‌گیرد. برش خط وسط با برش مستقیم به داخل پرینه، بین واژن و مقعد انجام می‌شود.

چگونه می‌توانم از نیاز به انجام اپیزیاتومی جلوگیری کنم؟

درست قبل یا در مرحله دوم زایمان، ماساژ پرینه می‌تواند مقاومت عضلانی را کاهش دهد و احتمال پارگی را کاهش دهد.

علاوه بر این استفاده از کمپرس گرم روی پرینه در حین هل دادن (زور زدن مادر) می‌تواند پارگی‌های درجه سه و چهارم را کاهش دهد.

تغذیه خوب، پوست سالم راحت تر کشیده می‌شود.

انجام ورزش کگل (ورزش برای عضلات کف لگن)

مرحله دوم آهسته زایمان (زمانی که زور زدن ها کنترل می شود)

از خوابیدن به پشت هنگام هل دادن خودداری کنید.

آیا اپیزیاتومی می تواند مضر باشد؟

عوارض جانبی بالقوه زیر را دارد:

عفونت / کبودی / تورم / خونریزی / طولانی شدن زمان بهبودی / جای زخم دردناک که ممکن است نیاز به یک دوره پرهیز از رابطه جنسی داشته باشد / مشکلات آینده با بی اختیاری

در صورت درد ناشی از پارگی پرینه چه باید بکنم؟

با بهبودی از زایمان طبیعی، احتمالاً چند هفته تورم و درد در پرینه (ناحیه بین واژن و مقعد) تجربه خواهید کرد. اگر پارگی پرینه با اپیزیاتومی داشتید، درد ممکن است شدیدتر باشد و بهبودی ناحیه ممکن است زمان بیشتری ببرد. این نکات برای تسکین ناراحتی است:

یک کیسه یخ یا بسته ژل سرد را هر بار به مدت ۱۰ تا ۲۰ دقیقه در ناحیه پرینه بمالید. این بیشترین تاثیر را در ۲۴ تا ۷۲ ساعت اول پس از تولد را دارد.

ایبوپروفن مصرف کنید.

اگر نشستن ناراحت کننده است روی بالش بنشینید.

نشستن در آب گرم و کم عمق را امتحان کنید

هنگامی که در توالی هستید، اندام تناسلی خود را با آب گرم تمیز کنید. این امر همچنین می تواند به تحریک جریان ادرار کمک کند. (سپس خود را خشک کنید).

سعی کنید به پهلو دراز بکشید (این موقعیت ممکن است راحت تر باشد، زیرا به پرینه شما فشار نمی آورد)

اگر بخواهم از انجام اپیزیاتومی اجتناب کنم چه؟

در یکی از ویزیت های مراقبت های دوران بارداری خود با پزشک متخصص زنان خود در مورد اپی زیاتومی صحبت کنید، البته توصیه می شود که اپیزیاتومی فقط در صورت لزوم انجام شود. این ممکن است شامل موقعیت هایی باشد که جنین استرس دارد و باید سریع تر به دنیا بیاید، یا برای جلوگیری از پارگی های بزرگتر که ممکن است در حین زایمان اتفاق بیفتد.