

بدن در جریان ولادت چه کارهائی را انجام میدهد

محتویات فصل 8

137..... علایم نزدیکی ولادت

137..... 1 . طفل به پائین شکم سقوط میکند.

137..... 2 . تقلصات تمرینی قوی تر شده و بیشتر میگردد.

138..... 3 . ظاهر شدن نشانه.

138..... 4 . پاره شدن آبله (خریبه آب).

139..... 5 . تغییرات مواد غایبه.

139..... 6 . احساسات مختلف مادر.

139..... چه کارهائی را بدن در جریان دردهای ولادی و ولادت انجام میدهد.

139..... 1 . صفحه 1 باز شدن عنق رحم.

141..... 2 . صفحه 2 تبلیه شدن طفل به خارج.

144..... 3 . صفحه 3 تبلیه شدن پلاستنا به خارج.

145..... 4 . 2 تا 6 ساعت اول بعد از ولادت- سخت شدن رحم.

145..... 2 هفته اول بعد از ولادت- کوچکتر شدن رحم.

بدن در جریان ولادت چه کارهائی را انجام میدهد

علائم نزدیک بودن ولادت



1. طفل به پائین سقوط می نماید:

طفل اول اغلباً حدود دو هفته قبل از ولادت به پائین شکم سقوط می نماید. زمانیکه این کار واقع شد مادر برای تنفس نمودن احساس راحت مینماید. در صورتیکه اول باری نبوده و مادر قبلاً نیز ولادت کرده باشد، ممکن است سقوط طفل تا شروع درد های ولادت صورت نگیرد.

2. تقلصات تمرینی قوی تر شده و بیشتر میشود:

در جریان حاملگی و ولادت، رحم بعضی اوقات فشرده شده و سخت میگردد. به این حالت تقلص گفته میشود زیرا رحم تقلص می کند و یا خوردرتر میشود.

دو نوع تقلص وجود دارد:

تقلصات تمرینی که در جریان حاملگی صورت می گیرد. اینها اکثراً در قسمت بالائی شکم احساس میشود (یا در تمام شکم)، خفیف بوده و غیر منظم می باشند. بسیاری خانم ها حتی نمی توانند بگویند که چه وقت واقع شده است.

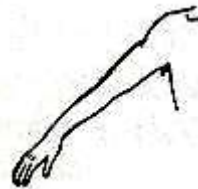
تقلصات ولادتی در زمان نزدیک ولادت آغاز میشود (صفحه 139) این تقلصات اکثراً در پائین شکم یا پشت احساس شده و از تقلصات تمرینی بسیار قوی تر خواهد بود.

یادداشت : ما کلمه تقلص را بعوض درد استفاده میکنیم. در بسیاری نقاط جهان مردم برای تشریح تقلصات ولادت کلمه درد را به کار میبرند. این بخاطر بیست که تقلصات اغلباً بسیار دردناک است. مگر تقلصات جریان ولادت همیشه دردناک نیست. یکتعداد کم خانمها ولادت های را دارند که قوی بوده مگر بی درد است. کلمات با قدرت میباشند. اگر ما کلمه درد را استفاده می نمائیم، مادر انتظار درد را میکشد، این میتواند سبب ناراحتی و ترس بیشتر آن گردد و ولادت حتی ممکن است دردناک شود. اگر کلمات دیگری بکار می رود، مادر ممکن است از درد کمتری رنج ببرد.

برای فهمیدن اینکه چطور تقلصات عمل می نمایند، فکر نمائید زمانیکه شما بازوی خود را قبض مینمائید چه رخ میدهد.



زمانیکه بازو را قبض مینمائید، عضلات محکم شده ضعیف و سخت میکند



قبل از قبض بازوی شما به حالت رخوت بوده عضلات آن طولانی و نرم است.

رحم بيك طريقه مشابه تقلص مينمايد. شما ميتوانيد آنرا مثل رسم ذيل ببينيد.



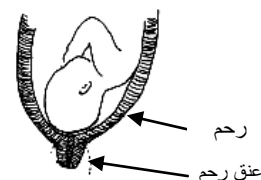
تقلصات تمريني چند روز قبل از اينكه تقلصات ولادت شروع گردد، قويتر شده و بيشتري ميگردد. تقلصات تمريني چندين مرتبه ممكن است شروع شده و توقف نمايد. اين ها ممكن است در صورتيكه مادر كاري را كه انجام ميدهد تغيير دهد برطرف گردد، طور مثال اگر مادر از قدم زدن توقف کرده و استراحت نمايد، تقلصات تمريني نيز توقف خواهد نمود.

3. ظاهر شدن نشانه:

در روز های اخير حاملگی
عنق رحم شروع به باز شدن
می نماید. درين وقت گاهی
مخاط و چند قطره خون خارج
ميشود اينرا نشانه ميگویند



در جريان اكثر حاملگي ها سوراخ كوچك
عنق رحم با مخاط بسته ميشود. درروز
هاي اخير حاملگي عنق رحم نرمتر و
نازكتر شده شروع به باز شدن مي نمايد.
بعد از اين نشانه ممكن است در ظرف يك
يا دو روز ولادت شروع شود.



بايد مطمئن باشيد كه اين نشانه با افزايات (ترشدن از مهبل) كه بسياري خانم ها در دو هفته قبل
از ولادت دارند مغالطه نشود. اين افزايات اكثر مخاط روشن بوده و با خون رنگ شده اند.



4. پاره شدن آبله يا خريطه آب:

خريطه آبيكه اطراف طفل را گرفته است اكثرأ بعد از شروع تقلصات
ولادت پاره ميشود. اگر خريطه پيش از شروع ولادت پاره شود، اكثرأ
بدان معني است كه ولادت در همين چند ساعت شروع خواهد شد، درين
است شما ممكن است بخواهيد كاري را انجام دهيد تا ولادت آغاز شود
(صفحه 377)



در جريان حاملگي اسهال
خفيف معمول است.

5. تغييرات مواد غايطه:

بسياري خانم ها قبل از شروع تقلصات ولادي مواد غايطه آبيگين (اسهال) پيدا ميکنند. اين
كمك مي نمايد تا وجود پاك شده و در جريان ولادت خانم احساس آرامش نمايد.

مگر بعضي اوقات برعكس خانم ها مواد غايطه سخت (قبضيت) پيدا مي کنند. اگر اين حالت
واقع شود، مادر ممكن است زمانيكه تقلصات ولادت شروع ميشود ضرورت به اماله (كه
سبب پاك شدن بدن از مواد غايطه ميگردد)، داشته باشد. (صفحه 174)

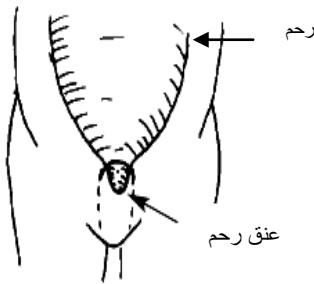
6. احساسات مختلف مادر:



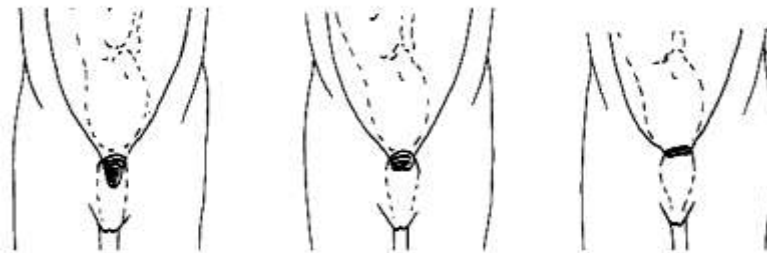
بعضی اوقات يك خانم میتواند احساس کند که ولادت نزدیک است. او ممکن است در رویا ها بوده، بسیار خاموش و باخبر از جسم خود باشد. یا ممکن است خانم بسادگی فکر کند و قویاً اصرار داشته باشد که در خانه باقیمانده و انتظار بکشد. تمام این احساسات نارمل اند. بعضی اوقات خانم ها احساس مینمایند که قویاً علاقه دارند تا خانه های خود را پاک و تنظیم نمایند حتی اگر نصف شب هم باشد. این علاقمندی ها خطرناک نمی باشد- در صورتیکه خانم بسیار کار ثقیل را انجام ندهد. از آنجائیکه ولادتش ممکن است هر لحظه شروع شود او ضرورت دارد تا قوای خود را حفظ کند. خانواده اش میتوانند او را در کارهای خانه کمک نمایند تا وی استراحت نماید.

در جریان تقلصات ولادی و تولد طفل بدن چه کارهایی را انجام میدهد

1. صفحه اول- باز شدن عنق رحم:



عنق رحم در جریان حاملگی طولانی و مانند يك انگشت کلان پا است. همچنان مانند يك عضله منقبض شده سخت است. اکثراً چیزی داخل یا خارج رحم شده نمی تواند زیرا سوراخ کوچک عنق رحم با کتله مخاطی بسته شده میباشد. از آن جائیکه عنق رحم، طفل را از مهبل جدا میسازد پس باید در هنگام تولد طفل عنق باز گردد، هر قدر که بطرف خاتمه حاملگی میرویم، تقلصات تمرینی سبب کوتاه شدن و نرم شدن عنق رحم میشود (به خاطریکه به آسانی بتواند باز شود). ممکن است عنق رحم اندکی باز شده و کتله مخاطی خارج گردد.



درینجا عنق رحم طولانی و سخت است.

درینجا عنق رحم شروع به کوتاه شدن و نرم شدن شروع نموده است

درینجا عنق رحم نرمتر و کوتاهتر شده لذا طفل میتواند خارج شود

زمانیکه تقلصات ولادت شروع شود دوکار را انجام میدهد:

1. تقلصات ولادت سر طفل را بطرف پائین عنق رحم به سختی تیله میکند. این کمک میکند تا عنق رحم باز گردد.

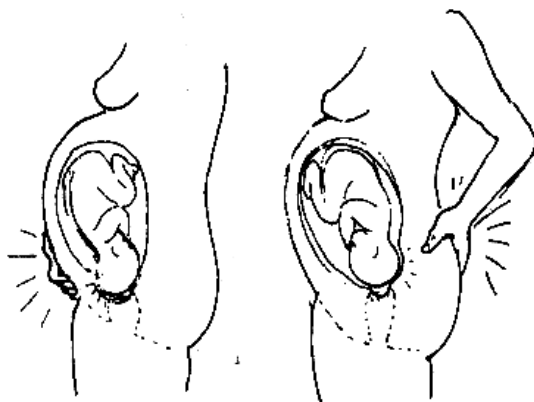


2. تقلصات ولادت به آهستگی عنق رحم را باز می نماید. در هر مرتبه تقلص يك اندازه کمی عنق رحم را بطرف بالا خارج از مهبل و بطرف خود کش می نماید. در فاصله بین تقلصات عنق رحم دوباره بحالت رخوت آمده و بیشتر همان قسمت کش شده (مگر نه تمام آن) دوباره داخل مهبل میشود. این پروسه ادامه می یابد (اکثراً بسیار آهسته) تا اینکه کاملاً عنق رحم باز گردد.



تقلصات باید بسیار شدید شود تا عنق رحم را کاملاً باز نماید. سوراخ کوچک عنق رحم باید تا حدود 10 سانتی متر و یا 4 انچ باز شود تا اینکه طفل با آن تثبیت شده بتواند.

چگونه صفحه اول ولادت پیشرفت مینماید.



در صورتیکه روی طفل به طرف پیش روی مادر باشد در ها در پائین کمر احساس خواهد شد

در صورت که روی طفل به طرف پشت یا یک پهلوئی مادر باشد درد ها اکثرأ در پیش روی احساس میشود

صفحه اول ولادت به سه مرحله تقسیم میشود، خفیف، فعال و صفحه موخر ولادت. در صفحه خفیف ولادت تقلصات اکثرأ کوتاه (حدود 30 ثانیه) بوده و هر 15 تا 20 دقیقه تکرار میشود. تقلصات اکثرأ بسیار خفیف اند اینها اکثرأ در قسمت پائین شکم احساس میشوند ممکن در قدام یا خلف. تقلصات ممکن است اندکی دردناک باشند. مانند گرفتگی های زمان عادت ماهوار و یا اسهالات خفیف. و یا ممکن است تقلصات کاملاً دردناک نباشند. اینها ممکن است بیشتر مشابه احساس فشار یا گرفتگی باشند. مادر اکثرأ میتواند در جریان این تقلصات قدم بزند، صحبت نموده و حتی کار کند.

همانطوریکه ولادت ادامه می یابد تقلصات طولانی تر، قویتر و نزدیکتر به همدیگر میشوند. این مرحله ولادت فعال گفته

میشود. برای بسیار خانم ها ولادت بسیار دردناک میشود. مادر اکثرأ ضرورت خواهد داشت که همه چیز را بگذارد و در جریان يك تقلص توجه کامل به آن داشته باشد. ممکن خانم بخواهد که حرکت نماید. بین تقلصات بسیار خسته بوده و ضرورت داشته باشد که کاملاً خاموش و آرام باشد. در مرحله موخر ولادت تقلصات تا 1.5 دقیقه دوام کرده و تنها 2 تا 3 دقیقه بین آن ها فاصله خواهد بود. بعضی اوقات مادران طوری احساس می نمایند که تقلصات هیچ توقف نمی نمایند. اما اگر شما دست خود را بالای شکم بگذارید میتوانید احساس کنید که رحم نرم شده و بعد دوباره سخت میشود.

طرح های ولادت:

ولادت ها میتوانند با وجودیکه نارمل باشند طرح های مختلف را تعقیب نمایند.

- بعضی ولادت ها با تقلصات ضعیف شروع شده و در ظرف چندین ساعت بصورت آهسته و ثابت قویتر شده میرود.
- بعضی ولادت ها به آهستگی شروع شده و دفعتهاً شدت می یابند.
- بعضی ولادت ها با قوت شروع شده بعداً ضعیفتر شده وبعد دوباره قوی میشوند.
- بعضی ولادت ها برای 2 تا 3 روز بسیار خفیف بوده بعداً دفعتهاً شدید شده و طفل ولادت میشود.
- بعضی ولادت ها طرح های دیگری را تعقیب می نمایند.

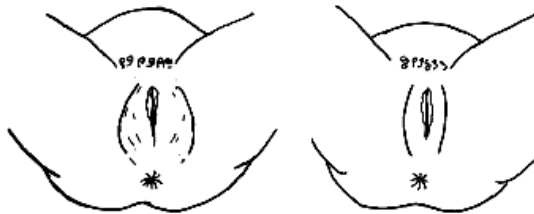
تمام این ولادت ها اگر به اندازه قوی باشند که عنق رحم را کاملاً باز نمایند نارمل میباشند.

2. صفحه 2- طفل بطرف خارج تيله میشود.

زمانیکه عنق رحم باز گردید تقلصات میتوانند سبب تيله شدن طفل به خارج و بداخل مهبل شوند. همچنان مادر میتواند کمک نماید تا طفل بطرف خارج تيله شود.

هر تقلص جدید (با زور زدن مادر) سر طفل را اندکی بطرف پائین حرکت میدهد دربین تقلصات رحم مادر بحالت رخاوت آمده و اندکی سر طفل را دوباره به بالا میکشاند (مگر نه به اندازه ایکه قبل از تقلص بوده است).

صفحه دوم چگونه معلوم میشود.



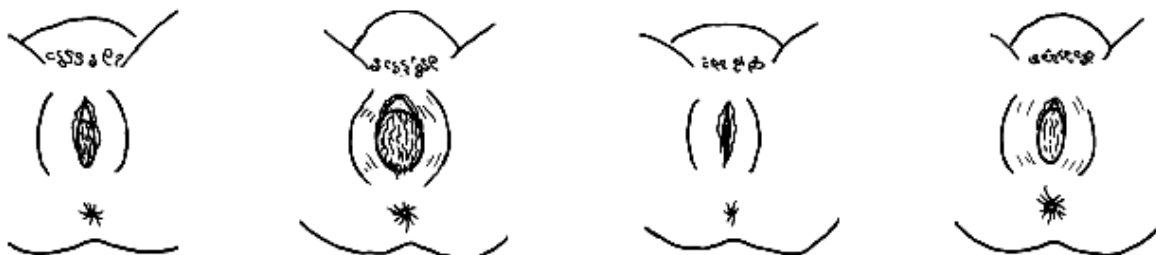
برجستگی ناحیه
تناسلی در
هنگام تقلص

رخاوت ناحیه
تناسلی در بین
تقلصات

در شروع زمانیکه طفل هنوز در قسمت بالایی مهبل میباشد تنها شما میتوانید در ناحیه تناسلی خانم در هنگام تقلص يك برجستگی را ببینید.

مقعد خانم نیز اندکی باز خواهد شد. دربین تقلصات شما میتوانید ناحیه تناسلی را به حالت رخاوت ببینید.

بعد از چند لحظه شما يك اندازه کمی از سر طفل را هنگامیکه به خارج تيله می شود در جریان تقلصات خواهید دید. در فاصله بین تقلصات سر دوباره داخل بدن مادر خواهد شد. هر تقلص اندکی بیشتر از سر طفل را نمایان می سازد.



سر طفل در فاصله
بین تقلصات

نمایان شدن بیشتر سر
طفل با هر تيله شدن

داخل شدن دوباره سر
طفل

شروع نمایان شدن سر
طفل



زمانیکه سر طفل فوحه خارجی مهبل را به اندازه کف دست شما باز نمود، سر حتی در بین تقلصات نیز در آنجا باقی میماند. به این حالت تاجگذاری (Crowning) گفته میشود. در این زمان باید مادر زور نزنند (ویا با ملایمت زور بزنند) تا سر طفل بتواند به آهستگی خارج شود. اینکار میتواند از پاره شدن ناحیه تناسلی جلوگیری نماید.

زمانیکه سر تولد شد، قسمت باقیمانده بدن طفل اکثراً به آسانی با یک یا دو تقلص دیگر بیرون می لغزد. در واقعات نادر ممکن است یک مشکلی در قسمت شانه ها نیز موجود باشد (صفحه 259).

زمانیکه سر تاجگذاری شد فوحه خروجی به اندازه کف دست شما خواهد بود

چگونه طفل از طریق مهبل حرکت می نماید:

اطفال همانطوریکه از طریق مهبل حرکت مینمایند وضعیت آنها تغییر مینماید. بیشتر اطفال طور ذیل حرکت می نمایند:





یادداشت : بسیاری اطفال به این طریق حرکت می نمایند، مگر یکتعداد به این شکل حرکت نمی نمایند. برای اطفالی که روی شان بطرف قدام مادر است صفحه 240 دیده شود.

برای يك طفل بريچ (به پا) صفحه 262 دیده شود.



3. صفحه سوم - تيله شدن پلاستنا (همراه) به خارج:



زمانیکه طفل ولادت یافت، حبل سروی آن هنوز به پلاستنا (همراه) در داخل رحم مادر اتصال دارد. حبل سروی ضخیم، آبی و نبضان دار دیده خواهد شد. بخاطري که هنوز طفل از پلاستنا خون میگیرد. این چند دقیقه را در بر میگیرد تا طفل بیاموزد که تنفس نماید.

مگر بزودي طفل خودش شروع به تنفس نموده و بیشتر به پلاستنا ضرورت نخواهد داشت، حالا پلاستنا باید دو عمل را انجام دهد:

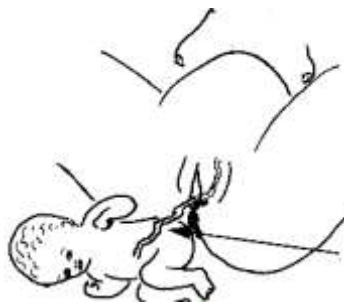
- جدا شدن از جدار رحم مادر.

- خارج شدن از طریق مجرای مهبل.

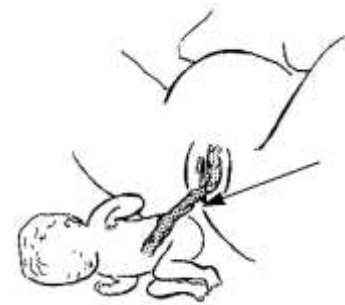
1. پلاستنا چند دقیقه بعد از ولادت جدا میشود. درین قسمت اغلباً يك جریان كم خون از مهبل موجود خواهد بود. حبل سروی نازك و سفید شده، نبضان آن توقف می نماید (این بدان معنی است که طفل بیشتر ازین اکسیجن مورد ضرورت خود را از مادر نمیگیرد، همچنان حبل سروی اندکی طولانی تر میشود زمانیکه حبل سروی نازك و سفید شد میتواند قطع گردد.
2. پلاستنا ممکن است در همین وقت خارج شود یا يك مدت زمانی را در بر گیرد. تقلصات مادر (که تا يك مدتی بعد از ولادت نیز ادامه می یابد) ممکن کمک نماید تا پلاستنا به خارج تيله شود. یا ممکن است ضرورت باشد که مادر روی هر دوپا بنشیند و اندکی زور بزند اغلباً يك مقدار علقات خون نیز خارج میگردد. مادر اکثراً زمانیکه پلاستنا خارج میشود، درد زیادی احساس نمی نماید.



پلاستنای خارج شده است



حبل سروی نازک، سفید و بدون نبضان می باشد. پلاستنا از جدار رحم جدا شده است.

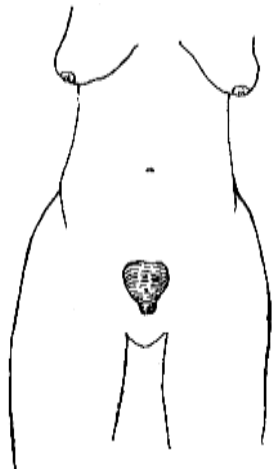
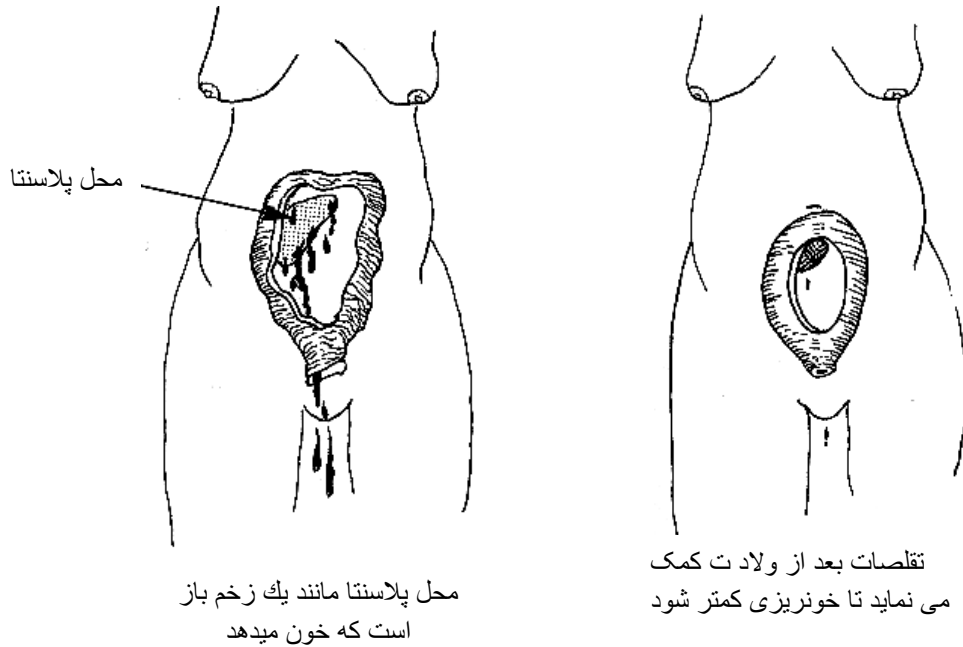


حبل سروی ضخیم آبی و نبضانی میباشد پلاستنا هنوز به جدار رحم اتصال دارد.

4. دو تا شش ساعت اول بعد از ولادت - رحم سخت میشود.

جائیکه پلاسنتا به جدار رحم التصاق دارد بنام موقعیت پلاسنتا یاد میشود. بعد از خارج شدن پلاسنتا موقعیت پلاسنتا در داخل عضویت مادر مانند يك زخم باز می باشد. حالا این موقعیت پلاسنتا باید بسته شود، در غیر آن مادر خونریزی خواهد داشت.

تقلصاتی که بعد از تولد می آید (بعضی اوقات پس درد گفته میشود)، کمک مینماید که با کش شدن و سخت شدن رحم زخم آن بسته شود. مادران اولبار اغلباً این درد ها را احساس نمی نمایند، دیگر مادران اکثراً این درد هارا دارند.



5. دو هفته اول بعد از ولادت - خورد شدن رحم:

در يك یا دو روز اول بعد از ولادت مادر به اندازه يك عادت ماهوار شدید، خونریزی خواهد داشت. در يك تا دو هفته بعدی خونریزی کم شده رفته و بعداً کاملاً خاتمه می یابد.

رحم مادر در جریان این دو هفته به آهستگی خورد شده میرود و رحم اکثراً به اندازه ای که قبل از حاملگی بوده است کوچک میشود.

رحم دوباره کوچک شده است