

מידע ליולדת

לקראת ניתוח קיסרי

יולדת יקרה,

הנך מועמדת ללדת בלידה קיסרית בימים הקרובים.
 דף מידע זה נועד להבהיר את המצב ולהקל על ההתמודדות עם הלידה ועל שהותך במרכז הרפואי.

מדוע מבצעים לידה קיסרית?

סיבות שונות מביאות את הרופא להמליץ לך ללדת בעזרת ניתוח קיסרי:

- * נושאים הנוגעים להריון עצמו: מצג עכוז, מצג רוחב, שליית פתח מרכזית, עובר במשקל גדול
- * היסטוריה רפואית: ניתוחים קודמים, הרפס פעיל בתעלת הלידה
- * סיבות נוספות כגון גילך ורצונך

מהי לידה קיסרית?

לידה קיסרית הינה פעולה כירורגית, ניתוח מתוכנן מראש, בה הוצאת התינוק מהרחם נעשית דרך חתך בדופן הבטן. לרוב, החתך הינו רוחבי וסגירת העור נעשית בעזרת תפרים או סיכות על פי החלטת הרופא המנתח. חשוב שתדעי: לידה קיסרית אחת אינה בהכרח התוויה לניתוח קיסרי בלידות חוזרות. הרופא ינחה אותך לאחר הלידה הקרובה כיצד לתכנן ולהתכונן להריונות והלידות הבאים, אם תהיי חפצה בכך.

הכנה ללידה קיסרית

עלייך להיות בצום החל מחצות (24:00 בלילה שלפני הלידה). מותר לשתות מים או תה עם סוכר (בלי חלב) עד השעה 6:00 בבוקר. מומלץ לשתות בשעה 6:00 בבוקר כוס תה עם סוכר (בלי חלב) או מיץ צלול (ללא חתיכות פרי). אם תהיי צמאה מאוד לפני כניסתך לחדר הניתוח, תוכלי ללגום מעט מים מידי פעם. אנו ממליצים שתביאי אתך סוכריות מציצה/מסטיקים, בהם תוכלי להיעזר עד שעתיים לפני הניתוח ומיד לאחריו.

ביום המתוכנן ללידה

בבוקר הניתוח הגיעי בשעה בה התבקשת להגיע (על ידי מרפאת 'טרומ' ניתוח) למחלקה אליה שובצת. במחלקה מתבצעות מספר הכנות:

- * הסרת תכשיטים (רצוי להשאיר בבית)
- * הורדת כל הבגדים, כולל הבגדים התחתונים: לבישת כתונת ייעודית
- * הסרת לק (רצוי להסיר בבית)
- * גילוח אזור הניתוח ע"י האחות
- * ענידת תג זיהוי
- * החדרת עירווי והתחלת הזלפת נוזלים לווריד
- * מדידת לחץ דם, דופק וחום

לאחר ההכנות תמתיני במחלקה להגעת שליח ייעודי לקחתך לחדר הניתוח. זמן ההמתנה משתנה ותלוי בחדר ניתוח ולכן יכול להתעכב. **אנא האזרי בסבלנות.**

בחדר ניתוח

- * לפני התחלת הניתוח, האחות תכניס קטטר לכיס השתן.
- * בן זוגך או מלווה אחר בו בחרת (אחד בלבד) יוכל להיות נוכח בחדר ניתוח, לאחר הכנסת הקטטר.
- * לידה קיסרית מתבצעת לרוב בהרדמה אזורית (אפידורלית או ספינאלית).

- * חומר ההרדמה מוזרק לחלל בעמוד השדרה ומבטל את תחושת הכאב מאמצע הגב ומטה. את נשאר ערה ושותפה ללידה תינוקך. לא תחושי בכאב, אך קרוב לוודאי שתרגישי לחץ ו/או משיכה.
- * תוכלי לראות ולשמוע את תינוקך, ואף להחזיקו בעזרת המיילדת לאחר הוצאתו מהרחם.
- * לעיתים יש צורך בהרדמה כללית. סוג ההרדמה נקבע על ידי הרופא המרדים, בתאום עם רופא הנשים המנתח ובהתאם לנתונים הרפואיים. במקרה של הרדמה כללית, את ישנה במהלך הלידה, ואת התינוק תוכלי לראות ולהחזיק מאוחר יותר, לאחר שתעוררי ותתאוששי.
- * לידה קיסרית אורכת כשעה.
- * לאחר הלידה (עוד בחדר ניתוח), מתבצעת הערכה ראשונית לילוד על ידי מיילדת הכוללת בדיקה גופנית, בדיקת רפלקסים ועוד. המיילדת תצמיד צמיד זיהוי לשלוש גפיים של היילוד ולאחר מכן תעביר אותו למחלקת תינוקות.
- * בן זוגך/המלווה מוזמן ללוות את התינוק עם המיילדת למחלקה.

התאוששות

לאחר הניתוח תועברי ליחידת התאוששות שם תתבצע השגחה הכוללת: מעקב לחץ דם ודופק, רווי חמצן בדם, מידת כיווץ הרחם, כמות דימום, חזרת תחושה ברגליים ויכולת להזיזן, ורמת הכאב. כשעתיים לאחר שהייתך בחדר התאוששות תועברי למחלקת היולדות.

השעות הראשונות במחלקה

- * לחומרי ההרדמה תופעות לוואי מוכרות: רעד, בחילות, הקאות וגרד. תוכלי לקבל נגד תופעות אלו טיפול תרופתי.
- * האחות תיגש אליך לעיתים תכופות ותעקוב אחר מצבך על ידי ביצוע אומדנים ומדידות שונות.
- * בכל מקרה בו את רוצה את עזרת האחיות או עצתה, קראי לה בפעמון הקריאה הצמוד למיטתך.
- * לאחר הניתוח ייתכנו כאבים באזור החתך בבטן וכתוצאה מהתכווצות הרחם. חשוב ליידיע את האחיות עם התחלת הכאבים על מנת למנוע התגברות הכאב. טיפול תרופתי נגד כאבים ניתן בשלב זה בעירווי לווריד.
- * כ 6 שעות לאחר הגעתך למחלקה האחיות תעזור לך לעבור לשיבה בכורסה. הירידה הראשונה מהמיטה תתבצע רק בעזרת אחות. אם ברצונך לרדת מהמיטה לפני הגעת האחיות אלייך, אנא קראי לה בעזרת פעמון הקריאה.
- * את הקסטור המנקז את השתן נוציא כ- 12 שעות לאחר הניתוח.
- * חשוב שתגבירי את מידת התנועתיות שלך בהתאם ליכולתך והרגשתך האישית. תנועה חשובה לשם אוורור הריאות, עידוד זרימת מחזור הדם וזירוז החלמתך הכללית.
- * תוכלי לשתות נוזלים צלולים כמו תה או מים כ-6 שעות לאחר הגעתך למחלקה. במשך 6 השעות הראשונות תוכלי להרטיב את שפתייך במעט מים. בשעות אלו תקבלי נוזלים בעירווי לווריד (בתוספת פוטוצין- תרופה המזרזת את כיווץ הרחם).
- * לאחר כ-12 שעות תוכלי להתחיל לאכול מזונות רכים (מעדן, דייסה, גבינה לבנה).
- * למחרת, לאחר כ-24 שעות, תוכלי לאכול תזונה רגילה.
- * השעות הראשונות לאחר הלידה נחשבות כתקופה משמעותית ליצירת קשר בין האם לתינוק. לאחר לידה קיסרית, בשל הצורך בהתאוששות שלך, את ותינוקך מופרדים לזמן מה. על מנת שלא לעכב את הקשר הראשוני, רצוי שתפגשי את תינוקך קרוב ללידה ככל המתאפשר. ככל שאת מרגישה מוכנה לכך, וככל שמצבך הרפואי יאפשר, אנו ממליצים על שהייה ממושכת של תינוקך בצדך. תינוקך יכול לשהות בחדרך בכל שעה בשעות היום, וישנה אפשרות לשהיית לילה או ביות גמיש/ מלא בתיאום עם הצוות הסייעודי האחראי לוודא כי התנאים אכן מתאימים לכך.

- * הנקה היא הדרך הטובה ביותר להזנת התינוק ואנו נסייע לך ככל הנדרש על מנת לממש זאת. תוכלי להניק את תינוקך מיד בהגעתך למחלקה מחדר התאוששות. לעיתים יש צורך בעזרה ייעודית בניהול ההנקה לאחר לידה קיסרית: האחיות במחלקה ויועצות ההנקה יסייעו לך ככל שתרצי.

במהלך האשפוז

- * כלאחר כל לידה, חשוב שתעקבי אחר מצבך הגופני והנפשי, ותיעזרי בצוות האחיות על מנת לקבל הסבר ומענה לכל שאלה:
- * **כאב** - כאבים באזור החתך וכתוצאה מהתכווצות הרחם יכולים להימשך במהלך האשפוז וגם לאחר מכן. מומלץ ליטול משככי כאבים כדי למנוע כאבים חזקים. אל תחכי לכאב חזק! בקשי מהאחות משכך כאבים כאשר הכאב עדיין בשליטה! ככל שתמנעי את הכאב, כך תוכלי להניע את גופך יותר, ותמנעי מסיבוכים מיותרים.
- * **דימום מהנרתיק** - לאחר לידה קיסרית, כמו לאחר לידה רגילה, מופרש דם מהנרתיק הדומה לדימום ויסתי חזק. כמויות הדם יפחתו בהדרגה. חשוב להחליף פדים ולבצע שטיפות לעיתים קרובות. יש להימנע משימוש בטמפונים.
- * **הטיפול באזור החתך** - התחבשות שמונחת מעל החתך, תוסר במחלקה לאחר כ-12 שעות. לאחר מכן חשוב לאורר את המקום (לא להניח פדים), לשטוף היטב במים וסבון (מבלי לשפשף) ולייבש. האחות תבצע מעקב של סימני זיהום ודימום מהפצע בימים בהם תשהי במחלקה.
- * **פעולת מעיים** - עצירות הינה תופעה מוכרת לאחר לידה קיסרית. מומלץ לשתות מיץ שזיפים פעם ביום, לאכול תזונה עשירה בסיבים תזונתיים (פירות, ירקות ודגנים מלאים), להרבות בשתיית מים, ולהיעזר בנרות גליצרין או חוקנים כאשר את מרגישה מלאות (כיומיים- שלושה לאחר הניתוח). תוכלי לבקש מהאחות את כל הני"ל.
- * **תזונה נכונה** - תעזור למנוע טחורים, אשר עלולים להופיע לאחר לידה. במקרה ואת סובלת מטחורים, יש לשטוף את המקום במים קרים ולהיעזר במשחות ונרות להקלה על הכאבים. גם פעילות גופנית בסיסית (להימנע משיבה ושכיבה ממושכים) תעזור במניעת התפתחות טחורים.
- * **מנוחה** - ישנה חשיבות רבה למנוחה והימנעות מפעולות הדורשות מאמץ. אין להרים משקל מעבר למשקל התינוק במשך 6 שבועות.

לקראת שחרור הביתה

- * את התפרים / הסיכות מסירים בד"כ ביום החמישי מהניתוח- ביום השחרור.
- * יש להקפיד לשטוף, ללא שפשוף, את פצע הניתוח פעם ביום עם סבון (אין צורך בסבון מיוחד).
- * יש לעקוב אחר החתך הניתוחי, עד לריפוי המלא. במידה ומופיע אודם מקומי, חום מקומי, הפרשה מוגלתית ו/או עלייה בחום גוף (מעל 38 מעלות) יש לפנות לרופא או לחדר מיון.
- * הדרכה מפורטת ומקיפה בנוגע להחלמה בבית, תקבלי מהאחות לפני שחרורך מהמחלקה.

משכב לידה

- משכב לידה הינה התקופה בה הגוף מתאושש מהלידה, וחוזר למצב שלפני ההיריון.
- משכב הלידה אורך כ-6 שבועות, ועשוי להשתנות מלידה ללידה.
- במהלך משכב הלידה יש להימנע מהרמת משקל העולה על משקל התינוק.
- בתום 6 שבועות מהלידה עלייך לפנות לרופא לביקורת שגרתית אחרי לידה.

צוות מחלקת יולדות עומד לרשותך בכל שאלה

יולדות ד' 02-5645150	יולדות א' 02-6666758	אל תחכי לרגע האחרון: שאלי אותנו עכשיו כדי שתהיי מוכנה ככל האפשר
יולדות ו' 02-6464365	יולדות ב' 02-6666453	ניתן לקבל מענה טלפוני מצוות האחיות 24 שעות ביממה
יולדות ז' 02-6464518	יולדות ג' 02-6666730	בשעה טובה ובמזל טוב
		צוות מחלקות אם ויילוד

חשוב ליטול משככי כאבים בשעת

הצורך, כגון:

OPTALGIN 1 GR – פעם ב- 6 שעות

IBUPROFEN 400 MG - פעם ב- 8

שעות על קיבה מלאה

רשימת תיוג להדרכה לפני ניתוח קיסרי

הנחיה לאחות מדריכה:

יש להדריך באופן מפורט את היולדת בכל סעיף להלן. יש לסמן כל סעיף שהודרך ולחתום בסיום ההדרכה

1. ההכנות לפני ניתוח קיסרי:

- צום
- תכשיטים, תג זיהוי, איפור, ביגוד, גילוח.
- עירו
- להתאזר בסבלנות!

2. חדר ניתוח:

- סוגי הרדמה
- קטטר
- מלווה
- היילוד

3. חדר התאוששות:

- מעקב המודינמי

4. השעות הראשונות לאחר הניתוח - במחלקה:

- מעקב המודינמי
- תופעות לוואי
- כאב
- ניידות
- תזונה
- קשר עם התינוק
- הנקה

5. במהלך האשפוז:

- כאב
- דימום מהנרתיק
- הטיפול בפצע ניתוח
- עצירות
- טחורים
- מנוחה
- משכב לידה

תאריך: _____

שם האחות המדריכה: _____

חתימה: _____