

## تعریف

زایمان زودرس به صورت زایمان قبل از ۳۷ هفته کامل حاملگی تعریف می شود زایمان زودرس یا پره ترم به شروع زایمان بین هفته های ۲۰-۳۷ حاملگی گفته می شود وشایع ترین علت مرگ نوزادانی می باشد که فاقد ناهنجاری مادرزادی هستند

## عوارض زایمان زودرس

زایمان زودرس می تواند باعث عقب افتادگی ذهنی نوزاد اختلالات شنوایی و بینایی و حرکتی در نوزاد شود و سن بارداری به طور معکوس با خطر مرگ و میر نوزادان در ارتباط است مرگ و میر نوزادان به میزان قابل توجهی در ارتباط با اختلالات نورولوژیک است ناپایداری درجه حرارت بیماری های قلبی و عروقی مانند مجرای شریانی باز

## علل زایمان زودرس یا پره ترم

اگرچه علت آن دقیقاً مشخص نیست ولی عوامل زیر نقش اساسی در زایمان زودرس دارند:

- ◆ عفونت های واژینال به خصوص باکتریال
  - ◆ ناهنجاری هایی در رحم
  - ◆ مشکلات جفت مانند جفت سرراهی و یا کننده شدن جفت
  - ◆ بزرگی بیش از حد رحم مانند چندقلویی و افزایش مایع آمنیوتیک
  - ◆ ضربه به شکم و جراحی شکم
  - ◆ سن کمتر از ۱۸ سال و بالاتر از ۴۰ سال مادر
  - ◆ کوتاهی قد
  - ◆ مصرف دخانیات
  - ◆ دیابت حاملگی و افزایش فشار خون در حاملگی
  - ◆ پاره شدن زودرس کیسه آب
  - ◆ عوامل ژنتیک
- عفونت های ادراری شدید

## علائم زایمان زودرس

- انقباضات منظم رحمی، گاهی این انقباضات بدون درد می باشد و فقط سفتی و فشردگی در عضلات رحم ایجاد می کند.
- ◆ دردهای شکمی مانند دردهای دوران پرئود
  - ◆ افزایش یا تغییر واضح در ترشحات واژینال، پارگی کیسه آب و دفع مایع روشن از واژن
  - ◆ درد و فشار در قسمت انتهایی کمر
  - ◆ تورم ناگهانی یا شدید در پا، دست و صورت
  - ◆ تغییر واضح در حرکت جنین
  - ◆ تب و لرز، استفراغ و سردرد شدید



بیمارستان شهید محمد منتظری

## پره ترم لیبر



تاریخ تدوین: ۱۴۰۲/۰۲/۲۰

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۴/۰۹/۲۸

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۷/۰۹/۲۸

کد: MH.BR.PE.LA.۲۲۲

واحد آموزش به بیمار

## درمان

در برخی موارد پزشکان سعی می کنند درد زودرس را متوقف سازند.

\* اما گاهی نیز اجازه‌ی به پیشروی و زایمان می دهند. زمانی که شرایط رو به وخامت می گذارد مانند مسمومیت بارداری یا جنین در وضعیتی غیر قابل درمان در داخل رحم باشد به دنیا آمدن زودتر نوزاد بهترین انتخاب است.

\* بسته به میزان زمان باقی مانده از بارداری پزشکان برای جلوگیری و کاهش مشکلات تنفسی از استروئیدها استفاده می کنند.

\* برای جلوگیری از انقباضات رحمی از توکولیتیک‌ها (داروهای سرکوب کننده‌ی انقباضات رحمی) استفاده می نمایند.



## راه های پیشگیری از زایمان زودرس

- در طول دوران بارداری پزشک باید روند رشد جنین و علائم عمومی بدن خود و جنین تان را بررسی کند تا بتوان با کنترل بیماری‌های مادر و کنترل تغذیه و تأمین شرایط از تولد نوزاد نارس تا حدی جلوگیری کرد.
- قبل از مصرف هر گونه دارو حتی مسکن با پزشک تان مشورت کنید.
- رژیم غذایی خود را دست کم نگیرید و مصرف خوراکی‌ها و مواد غذایی سالم به ویژه گوشت ماهی که سرشار از امگا ۳ است را فراموش نکنید.
- وزن خود را در شرایط طبیعی نگه دارید در دوران بارداری بیش از حد دچار اضافه وزن و چاقی نشوید.
- از استعمال سیگار و قرار گرفتن در محیطی که در آن افراد سیگاری حضور دارند پرهیز کنید.
- مادران افسرده و مضطرب می توانند با پزشک متخصص گفتگو کنند و ترس و اضطراب آن‌ها را به حداقل برسانند.
- درمان عفونت‌های دهان و دندان توصیه می شود.
- در افرادی که سابقه‌ی زایمان زودرس داشته‌اند، محدودیت فعالیت و استراحت در وضعیت خوابیده به پهلو توصیه می شود.

