

شماره سند: H04B1E100/W16

تاریخ ویرایش: ۱۴۰۴/۰۵/۳۰

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۶/۱۲/۲۵



## آموزش به بیمار

# پارگی زودرس کیسه آب



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی  
شهید هاشمی نژاد مشهد  
واحد آموزش به بیمار

## علائم هشدار و خطر:

مهم‌ترین علائم هشدار دهنده که باید توسط شما فوراً به تیم پزشکی گزارش شوند:

- تب و لرز
- تغییر در ترشحات واژن
- درد شکم و لگن
- کاهش حرکت جنین
- خونریزی از واژن
- درد، سفتی، گرمی و ورم یکطرفه پاها ( نشانه تشکیل لخته خون)



منبع: سایت [www.medlineplus.gov](http://www.medlineplus.gov)

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۵۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹ تماس گرفته و شماره بخش زنان و مامائی ۲۲۵۰ را وارد نمایید.  
سایت بیمارستان: [hasheminejad.mums.ac.ir](http://hasheminejad.mums.ac.ir)  
کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.  
جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



## بین ۳۴ تا ۳۷ هفته

اگر بین ۳۴ تا ۳۷ هفته هستید که کیسه آب شما پاره می‌شود، پزشک احتمالاً القای زایمان را پیشنهاد می‌کند. برای نوزاد، چند هفته زودتر به دنیا آمدن امن‌تر از خطر ابتلا به عفونت است.

## قبل از ۳۴ هفته

اگر کیسه آب شما قبل از ۳۴ هفته پاره شود، جدی‌تر است. اگر هیچ نشانه‌ای از عفونت وجود نداشته باشد، پزشک ممکن است با استراحت مطلق، زایمان شما را به تعویق بیندازد. ممکن است داروهای استروئیدی برای کمک به رشد سریع ریه‌های نوزاد تجویز شود.

## خودمراقبتی در پارگی زودهنگام کیسه آب:

**فعالیت:** فعالیت باید کاملاً تحت نظر پزشک باشد و معمولاً در این شرایط، استراحت مطلق یا استراحت نسبی شدید توصیه می‌شود. در طی استراحت مطلق توصیه می‌شود که در تخت اندام‌های خود را حرکت دهید و سفت و شل کردن عضلات پا از تشکیل لخته در پاها پیشگیری کنید.

**تغذیه:** هدف اصلی در تغذیه، تأمین مواد مغذی کافی برای مادر و حمایت از رشد جنین در شرایط استرس‌زای بستری، و مهم‌تر از آن، جلوگیری از یبوست و عفونت است.

- مصرف مواد غذایی پر فیبر مانند میوه و سبزی
- مصرف مایعات فراوان در صورت عدم محدودیت مصرف
- مصرف مواد مغذی تقویت‌کننده ایمنی مهم است. ویتامین C و روی (زینک) برای ترمیم بافت و عملکرد ایمنی مناسب هستند. منابع شامل مرکبات، فلفل دلمه‌ای، مغزها و دانه‌ها.

## مادر عزیز:

دوران بارداری یکی از شیرین ترین دوران زندگی و تجربه ای شیرین برای شماست. مادران در این دوران با مشکلاتی مواجه هستند که می توان جهت مدیریت آنها اقدام نمود.



## پارگی زودرس کیسه آب چگونه رخ می دهد؟

در دوران بارداری، جنین در داخل یک کیسه پر از مایع (مایع آمنیوتیک) قرار دارد. این کیسه مانند یک ضربه گیر عمل می کند و از جنین در برابر ضربه ها محافظت می کند، دمای مناسب را فراهم می آورد و به رشد ریه ها و عضلات جنین کمک می کند. در زمان زایمان طبیعی (معمولاً بعد از هفته ۳۷)، پارگی کیسه آب یک رویداد طبیعی است و اغلب نشان می دهد که زایمان به زودی شروع می شود. اگر این کیسه پاره شود و مایع آن شروع به نشت کند، به آن "پارگی کیسه آب" می گویند. اگر این اتفاق قبل از اتمام کامل دوره بارداری نرمال (معمولاً قبل از هفته ۳۷) بیفتد، آن را "پارگی زودرس" می نامیم.

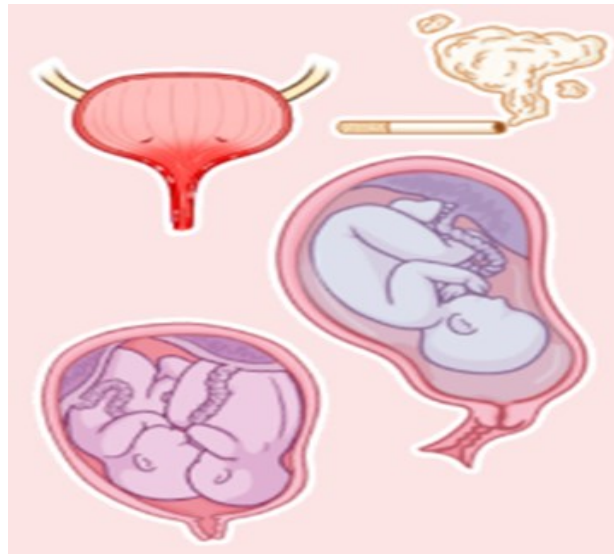


## علل بروز پارگی زود هنگام چیست؟

- عفونت های رحم و دهانه رحم
- افزایش فشار داخل رحمی بدنبال بارداری چندقلویی، بزرگ بودن جثه جنین و ...

## • سابقه پارگی کیسه آب در بارداری های قبلی

- آسیب شکمی: ضربه شدید به شکم (مانند سقوط یا تصادف).
- فعالیت فیزیکی شدید: بلند کردن اجسام سنگین یا فعالیت های بدنی سنگین.
- مصرف سیگار و مواد مخدر.



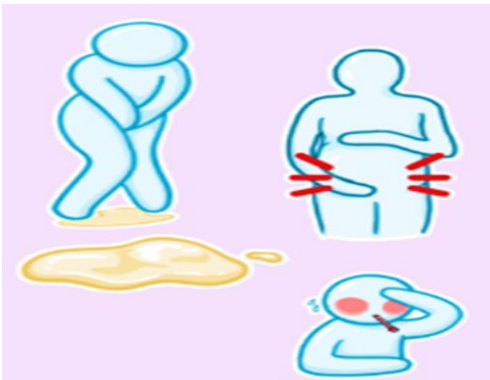
## پارگی زود هنگام کیسه چه علائمی دارد؟

- نشت یا فوران مایع: بزرگترین نشانه ای که باید مراقب آن باشید، نشت مایع از واژن است. ممکن است به آرامی نشت کند یا فوران کند. گاهی اوقات وقتی مایع به آرامی نشت می کند، زنان آن را با ادرار اشتباه می گیرند. اگر متوجه نشت مایع شدید، از یک پد برای جذب مقداری از آن استفاده کنید. به آن نگاه کنید و بو کنید. مایع آمنیوتیک معمولاً رنگی ندارد و بوی ادرار نمی دهد (بوی بسیار شیرین تری دارد).

- کاهش حرکت جنین: چون مایع محافظ کاهش یافته است، جنین فضای کمتری دارد و ممکن است کمتر حرکت کند یا شما کمتر متوجه حرکات او شوید.

- احساس فشار در ناحیه لگن: احساس می کنید چیزی در پایین لگن شما فشار می آورد، زیرا بالش محافظ (مایع آمنیوتیک) کمتر شده است و سر جنین پائین تر آمده است.

- افزایش دمای بدن: اگر پارگی منجر به ورود باکتری شود، تب، لرز، و ترشحات بدبو از واژن ممکن است بروز کند. این علامت نشان دهنده عفونت است و وضعیت اورژانسی محسوب می شود.



## درمان پارگی زود هنگام کیسه آب چیست؟

اگر پزشک شما تشخیص دهد که پارگی پرده آمنیوتیک دارید، باید تا زمان تولد نوزادتان در بیمارستان بستری شوید.

### بعد از ۳۷ هفته

اگر بارداری شما از ۳۷ هفته گذشته باشد، نوزاد شما آماده تولد است. شما باید به زودی زایمان کنید. هر چه شروع زایمان بیشتر طول بکشد، احتمال ابتلا به عفونت بیشتر می شود. می توانید برای مدت کوتاهی سبر کنید تا خودتان زایمان کنید، یا می توانید القای زایمان (دارو برای شروع زایمان) دریافت کنید. زنانی که ظرف ۲۴ ساعت پس از پارگی کیسه آب زایمان می کنند، احتمال کمتری دارد که به عفونت مبتلا شوند