مستشفى أمراض النساء والتوليد - خروج المرضى بعد الولادة

عزيزي المريض،

نود أن نقدم لك معلومات بخصوص خروجك من المستشفى بعد الولادة واستشارة الخروج.

الخروج:

إمكانية خروجك متاحة في أي وقت بعد ولادة غير معقدة. سنناقش ونخطط لخروجك خلال جولات اليوم السابق لتتمكن من الترتيب وفقًا لذلك. إذا كنت ترغب في إجراء فحص الطفل (U2) لطفلك من قبل أخصائي الأطفال في العيادة، يمكن أن يتم ذلك بعد 48 ساعة على الأقل من ولادة طفلك، مما يسمح أيضًا بخروجك. بعد عملية القيصرية، نوصي بالعلاج المرضي في المستشفى لمدة 3-4 أيام. في يوم خروجك، نخطط لاستكمال العملية في الصباح، حتى الساعة 12:00 ظهرًا. بالنسبة للترتيبات الخاصة بخروجك، يُرجى التوجه إلى ممرضينا المعنيين.

استشارة الخروج:

ضمن فحص الخروج، سيتم فحص انحسار الرحم، وجروح الولادة، والخياطة من عملية القيصرية. أثناء الفحص للخروج، يمكنك توضيح أي استفسارات حول الولادة والمضمون اللاحق. سيتم إجراء فحص الطفل (U2) في غرفتك، وسيتم توفير ورقة معلومات منفصلة بخصوص ذلك. نوصي بالرعاية ما بعد الولادة من قبل القابلة لبداية جيدة في المنزل. ستُغطى تكاليف ذلك من قبل تأمينك الصحي لمدة 8 أسابيع. قائمة بقابلات متاحة في القسم أو على الإنترنت.(www.hebammen-osnabrueck.de)

النظافة بعد الولادة:

- بعد الولادة، يمكنك الاستحمام كالمعتاد. تأكد من عدم استخدام الصابون أو المراهم مباشرة في منطقة المهبل والجرح
- يمكن أن تستمر فترة النزيف (الدم الخارج بعد الولادة) لمدة 4-6 أسابيع، وتصبح تدريجياً أقل وأخف
- من الجيد شطف منطقة المهبل بالماء النقي تحت الدش بعد القطع الشرجي أو التمزق الشرجي
- هناك خطر عدوى الرحم مع الاستحمام الكامل (الدم الخارج بعد الولادة)، لذا تجنب السباحة وزيارات الساونا
- لا تستخدمي السدادات الداخلية لمدة 6 أسابيع واستخدمي الواقيات الذكرية أثناء الجماع.

النشاط البدني:

- في البداية، الراحة البدنية وتجنب ممارسة الرياضة لمدة 8 أسابيع هام
- تقدم العديد من القابلات تمارين ما بعد الولادة؛ من الجيد البدء حوالي 8-10 أسابيع بعد الولادة
- تجنب الأنشطة الثقيلة لمدة 6 أسابيع (رفع الأوزان، حمل ما يصل إلى 5 كجم).

فحص متابعة مع أخصائي النساء المسجل:

موعد مع أخصائي النساء المسجل مهم بعد 6 أسابيع من الولادة. التشاور السريع ضروري للأعراض التالية.

لمزيد من الأسئلة والمعلومات، يمكنك التواصل معنا على:

عيادة أمراض النساء والتوليد

الهاتف: 0541 326-4202

Pour toute question ou information complémentaire, vous pouvez nous contacter à l'adresse suivante:

Klink für Geburtshilfe und Frauenheilkunde
T 0541 326-4202
gynaekologie-mho@nsk.de

البريد الإلكتروني evnaekologie-mho@nsk.de

معلومات للمريضة

- نزيف شديد أو توقف مفاجئ للنزيف
- افرازات مهبلية كريهة الرائحة
- آلام في البطن
- حمى
- بقع حمراء صلبة أو مؤلمة في الثدي
- مشاكل مع خياطة القيصرية أو الإصابات الناتجة عن الولادة

تنظيم الأسرة

على الرغم من عدم حدوث الدورة الشهرية أثناء فترة الرضاعة، لا يزال هناك احتمالية لحدوث حمل جديد. بعد القيصرية، من المستحسن الانتظار لمدة 12 شهرًا قبل الحمل مرة أخرى، حتى تشفى جرح رحم الأم بشكل جيد وتكون قوية. هناك العديد من الخيارات لتنظيم الأسرة بأمان وراحة أثناء فترة الرضاعة. يُفضل استشارة طبيب النساء والتوليد بشكل فردي حول هذا الموضوع.

ملاحظات شخصية

بالطبع، لا تسير كل ولادة / فترة نفاس بنفس الطريقة. سنشير إليك في الفحص اللاحق إلى الأمور الخاصة والسلوك اللاحق المناسب، وندون المعلومات ذات الصلة للقابلة المعالجة لاحقًا ولطبيب النساء والتوليد الخاص بك. كما ندرج هنا الأدوية الضرورية. يُرجى تقديم دفتر الأم عند الرعاية اللاحقة. إذا كانت لديك أي أسئلة إضافية، فلا تتردد في الاتصال بنا، وللأسئلة والتوصيات الخاصة، يُمكنك مخاطبتنا بسهولة خلال الفحص النهائي.

نتمنى لك وقتًا ممتعًا.

فريق التوليد في مستشفى مارين أوسنابروك

Pour toute question ou information complémentaire, vous pouvez nous contacter à l'adresse suivante:

Klink für Geburtshilfe und Frauenheilkunde
T 0541 326-4202
gynaekologie-mho@nsk.de