

# زایمان فیزیولوژیک

## ملاحظات حین بستری

- خوش آمدگویی به مادر، معرفی فرد و یا افراد مراقبت کننده حین لیبر
- آشنا نمودن مادر به فضای فیزیکی بخش زایمان
- توجه به سلیقه و علاقه مادر در استفاده از وسایل شخصی
- رنگ لباس، ملحفه و بالش، آوا و موسیقی، وسایلی برای تزئین اتاق و.....
- اخذ رضایت نامه کتبی برای انجام روش کاهش درد و سایر مداخلات
- توجه به باورها، هنجارهای فرهنگی و مذهبی

# ملاحظات حین بستری

- حفظ حریم شخصی مادرتختها
- برقراری ارتباط عاطفی و چشمی و کلامی مناسب
- آگاه کردن مادر و کسب اجازه از وی برای انجام هر اقدامی
- آموزش مختصر به مادر در خصوص روند زایمان و روش کاهش درد زایمان و تشویق وی به مشارکت در زایمان با رعایت حق انتخاب

# ملاحظات حین بستری

- استفاده از همراه آموزش دیده طی لیبر و زایمان (همراه لباس خود را تعویض و با مادر وارد اتاق زایمان گردد)
- اجازه دیدار با همسر بنا به درخواست مادر
- تشویق به راه رفتن و تغییر وضعیت





# ملاحظات حین بستری

- پوشاندن وسایل استرس زا از دید مادر
- مانند کپسول اکسیژن، وسایل زایمان، ترایلی اورژانس
- فراهم کردن امکان استفاده از دوش برای ایجاد آرامش، انحراف فکر، تن آرامی و استفاده از وضعیت up right
- گرفتن نمونه خون برای تعیین هموگلوبین و هماتوکریت



# کنترل علائم حیاتی

## ● مرحله اول

- فاز نهفته غیر بستری: هر 4 ساعت یکبار
- فاز نهفته بستری: فشارخون، تنفس و نبض هر یک ساعت، T، هر 4 ساعت
- فاز فعال: فشارخون، تنفس و نبض هر یک ساعت، T، هر 4 ساعت

## مرحله دوم:

- حداقل یکبار

# کنترل صدای قلب جنین

● مرحله اول:

- فاز نهفته غیر بستری: هر 4 ساعت یکبار
- فاز نهفته بستری: هر 30-60 دقیقه یکبار
- فاز فعال: هر 30 دقیقه یکبار

● مرحله دوم:

- هر 15 دقیقه یکبار

# معاینه واژینال

● مرحله اول:

● فاز نهفته بستری: هر 4 ساعت یکبار

● فاز فعال: هر 2 ساعت یکبار

● مرحله دوم:

● هر 30 دقیقه یکبار



# مداخلات غیر ضروری

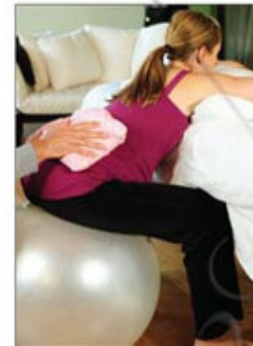
- ناشتا بودن
- رگ گرفتن
- شیو
- انما
- محدود کردن حرکت در لیبر
- انجام زایمان به روش لیتاتومی
- اینداکشن
- استیمولیشن
- اپیزیاتومی

# فاز نهفته بستری

- ماساژ نواحی کمر، شکم، پاها، پرینه
- استفاده از وضعیت راه رفتن، ایستادن، نشستن و پوزیشن های مورد علاقه مادر
- تنفس آگاهانه: تنفس شکمی، دم و بازدم آرام و طولانی با آگاهی به تعداد 6-9 تنفس در دقیقه

## Positions for Labor

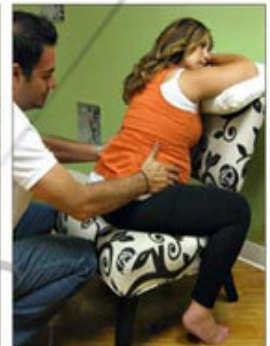
These positions may be beneficial at any point in labor to help provide comfort and rest, while opening the pelvis and allowing labor to progress. They may be especially helpful in the event of back labor. For added comfort, use heat, massage, counter pressure or hip squeezes during contractions.



Sitting on birth ball



Kneeling over birth ball



Sitting backwards on chair or toilet

## Pushing Positions



### Gravity Neutral

These positions are less challenging for tired mothers while still allowing maximum opening of the pelvis.

- Hands and knees
- Side lying



### Using Gravity

These positions provide maximum opening of the pelvis and may help bring baby down more effectively.

- Asymmetric kneel
- Full squat
- Dangle/semi-squat

Please note: lying back in a recumbent or lithotomy position (not pictured) opposes gravity and may increase the likelihood of tearing and make the pushing stage longer.

# فاز نهفته بستری

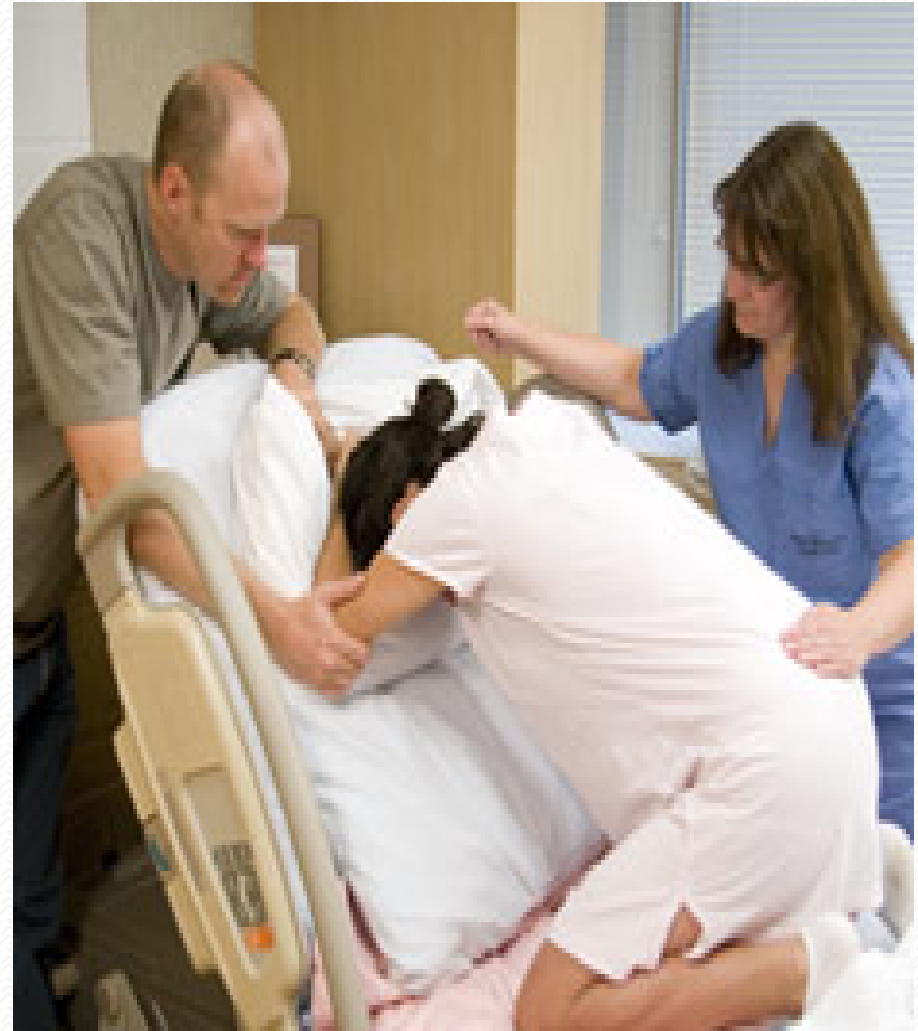
- آموزش و یادآوری تکنیکهای تنفس، تن آرامی، تصویرسازی و تجسم مثبت در مراحل مختلف زایمان
- تشویق به شنیدن آوای مذهبی و یا موسیقی مورد علاقه مادر
  - استفاده از حمام و دوش
- گرما و سرما درمانی سطحی





# فاز فعال

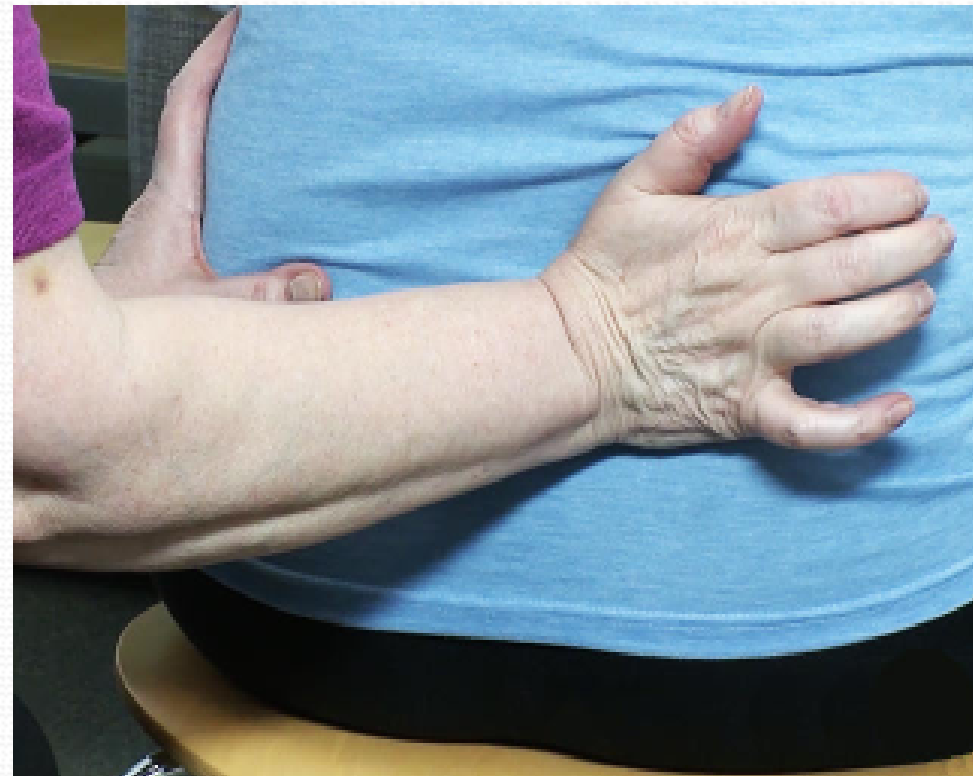
- برقراری محیط ساکت، نور طبیعی روز، حریم شخصی مادر
- حمام کردن و دوش گرفتن
- استفاده از پوزیشن های مناسب و مورد علاقه مادر
- ماساژ کمر، شکم، پاها
- استفاده از دستگاه TENS





# فاز فعال

- رایحه درمانی: گل سرخ، بهارنارنج، یاسمین یا اسطوخدوس به شکل استنشاقی، دستگاه بخور و اسپری داخل اتاق یا ماساژ
- گرما و سرما درمانی
- تن آرامی و تنفس
- تزریق داخل جلدی آب مقطر استریل
- موسیقی و آوا



# پوزیشن های حین لیبر

# مزایای پوزیشن های مختلف

- افزایش راحتی
- کاهش درد و بیقراری
- بالا بردن کنترل بر احساسات
- تغییر شکل و سایز لگن
- کمک به بهتر شدن حرکت و پوزیشن سر جنین در مرحله اول لیبر
- کمک به چرخش و نزول جنین در مرحله دوم لیبر
- کمک به افزایش شدت، طول و اثر بخشی انقباضات
- اثر بر جاذبه که میتواند به حرکت سریعتر جنین به سمت پایین کمک کند
- اطمینان از اکسیژن رسانی مداوم به جنین
- کاهش طول لیبر

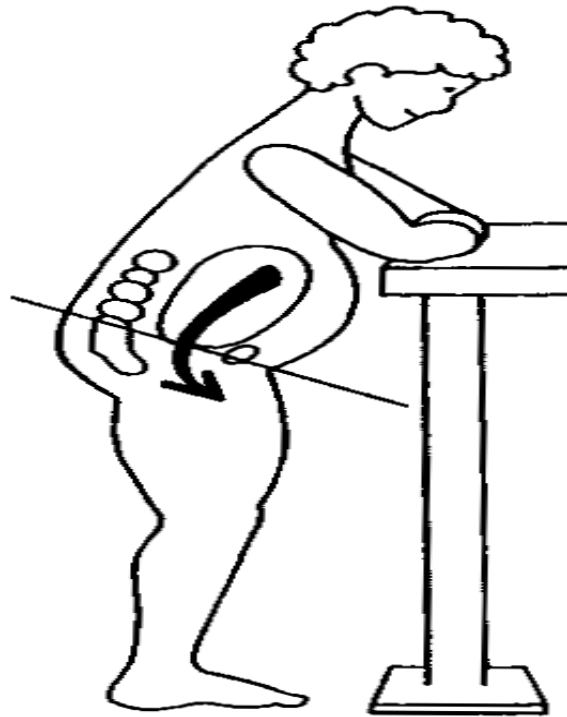
Changes in the woman's position may have beneficial effects on the following:

- (1) Alignment of pelvic bones and resulting shape and capacity of the pelvis<sup>11</sup>.
- (2) Frequency, length, and efficiency of contractions<sup>10</sup>.
- (3) 'Drive angle' (Figs 2.2a, b), that is, the angle formed by the axis of the fetus' spine and the axis of the birth canal<sup>12</sup>.
- (4) Effects of gravity<sup>10</sup>.
- (5) Oxygen supply to fetus<sup>10</sup>.

(a)



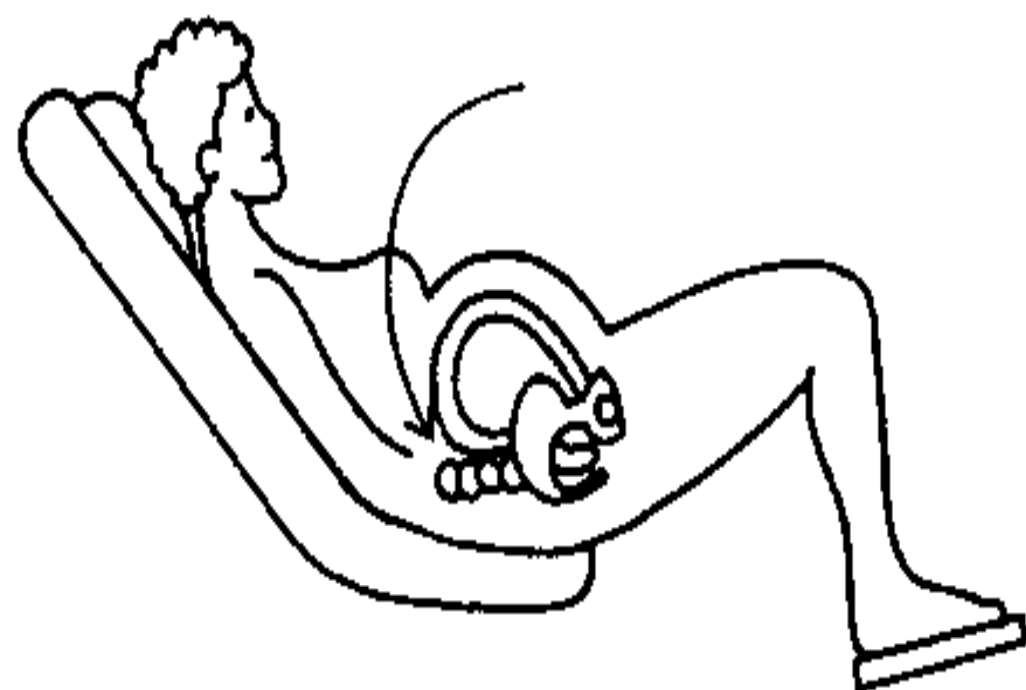
(b)



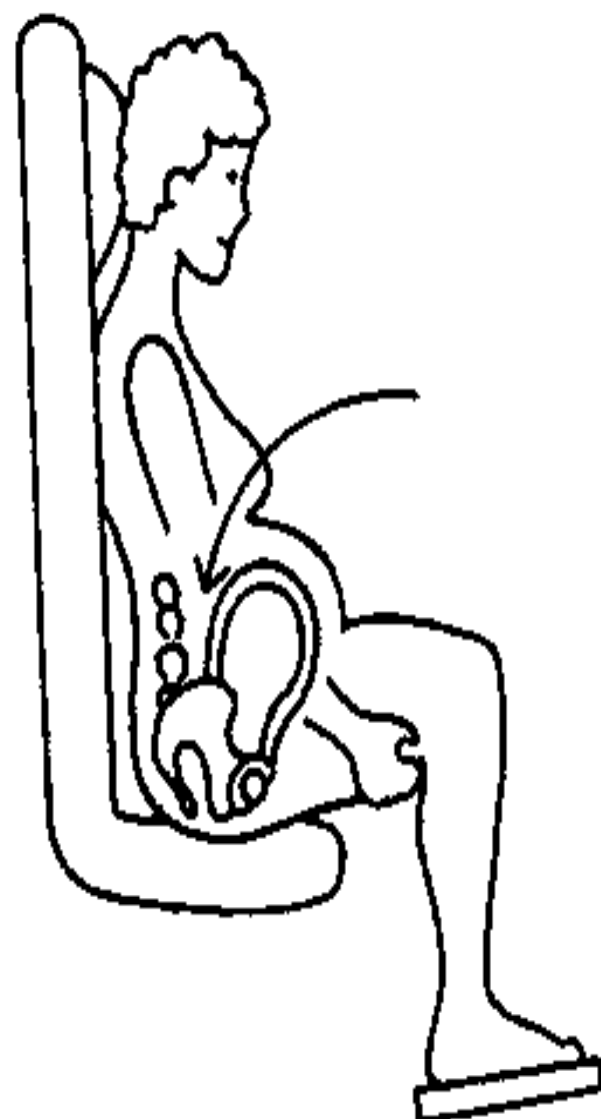
**Fig. 2.2** Drive angle – (a) supine, (b) standing. Adapted from reference 12.



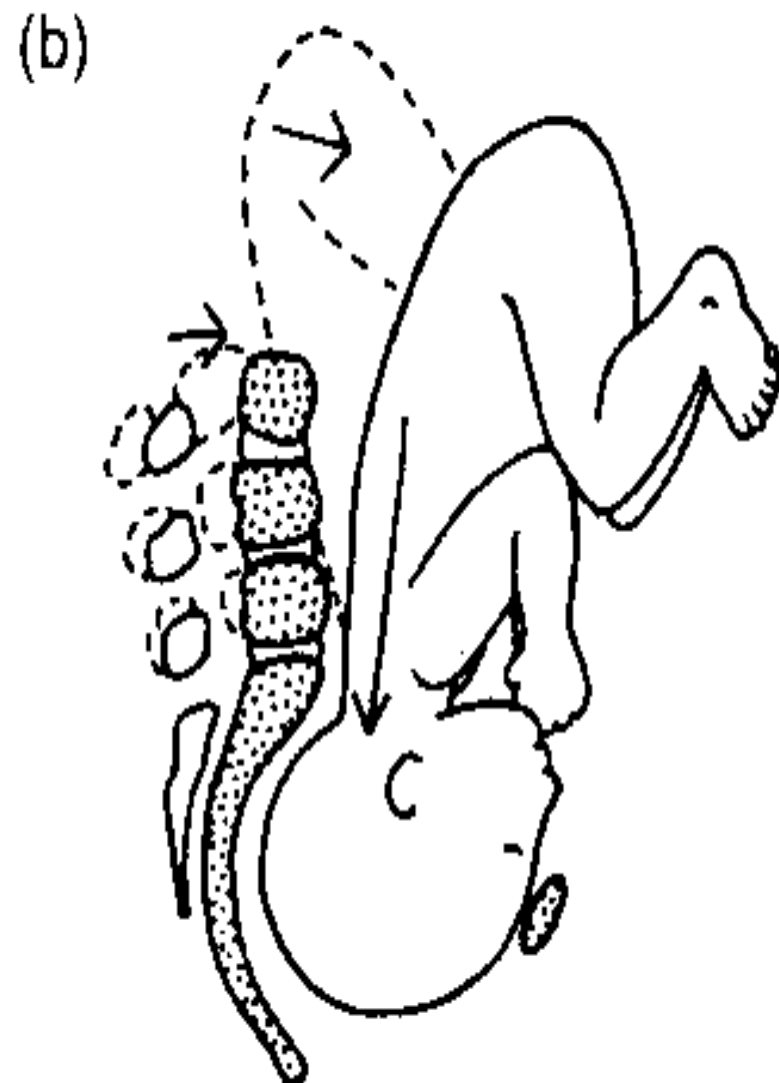
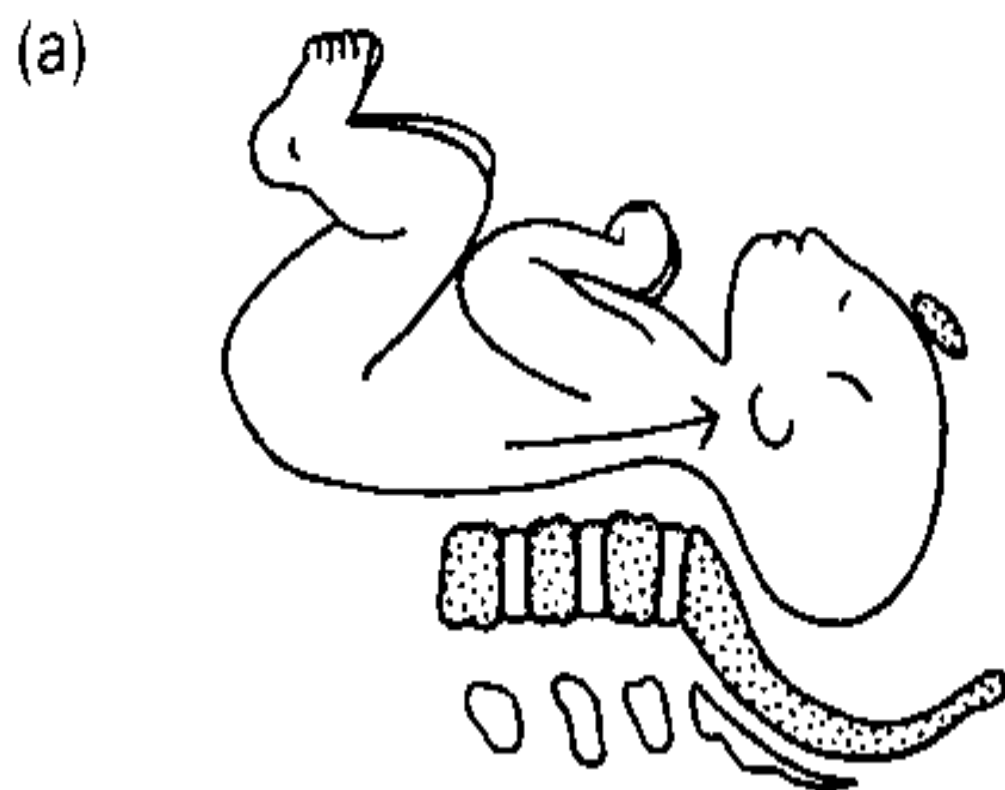
(a)



(b)



**Fig. 4.25** (a) Woman reclining. Weight of uterus rests on her spine. Adapted from reference 10. (b) Woman upright. Fundus tilts forward. Adapted from reference 10.



**Fig. 4.26** (a) Woman reclining. Head of OP fetus directed toward pubic bone. Adapted from reference 10. (b) Woman upright. Head directed into pelvic basin. Adapted from reference 10.

# در طول لیبر

- از آمنیوتومی دوری کنید
- به روشهای زیر کمک کنید فضای لگن افزایش یابد:
- اصلاح سطح هیپ مادر
- جنباندن و چرخاندن به طرفین (rocking from side to side)
- زانو زدن روی یک زانو و بلند شدن روی یک پا
- زیاد راه رفتن و قدم زدن
- بالا و پایین رفتن از پله ها
- بلند شدن و نشستن بر صندلی
- فشار دادن دوطرفه هیپ
- پوزیشن های نامتقارن در لیبر

# Positions For Labor



Lean Forward



Side-Lying



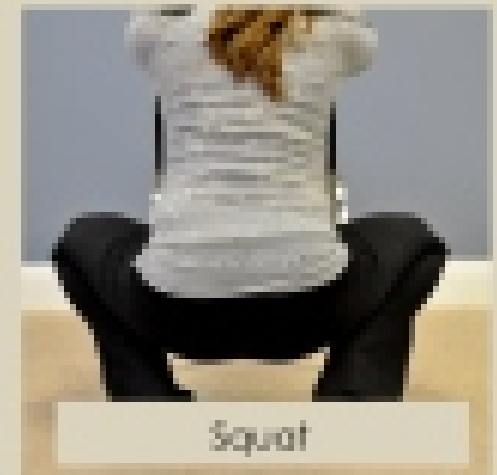
Lean Forward - Inclined



Lean Forward - Seated



Hands and Knees



Squat

















*SB*  
SEANA BERGEUND  
PHOTOGRAPHY





# Kneeling



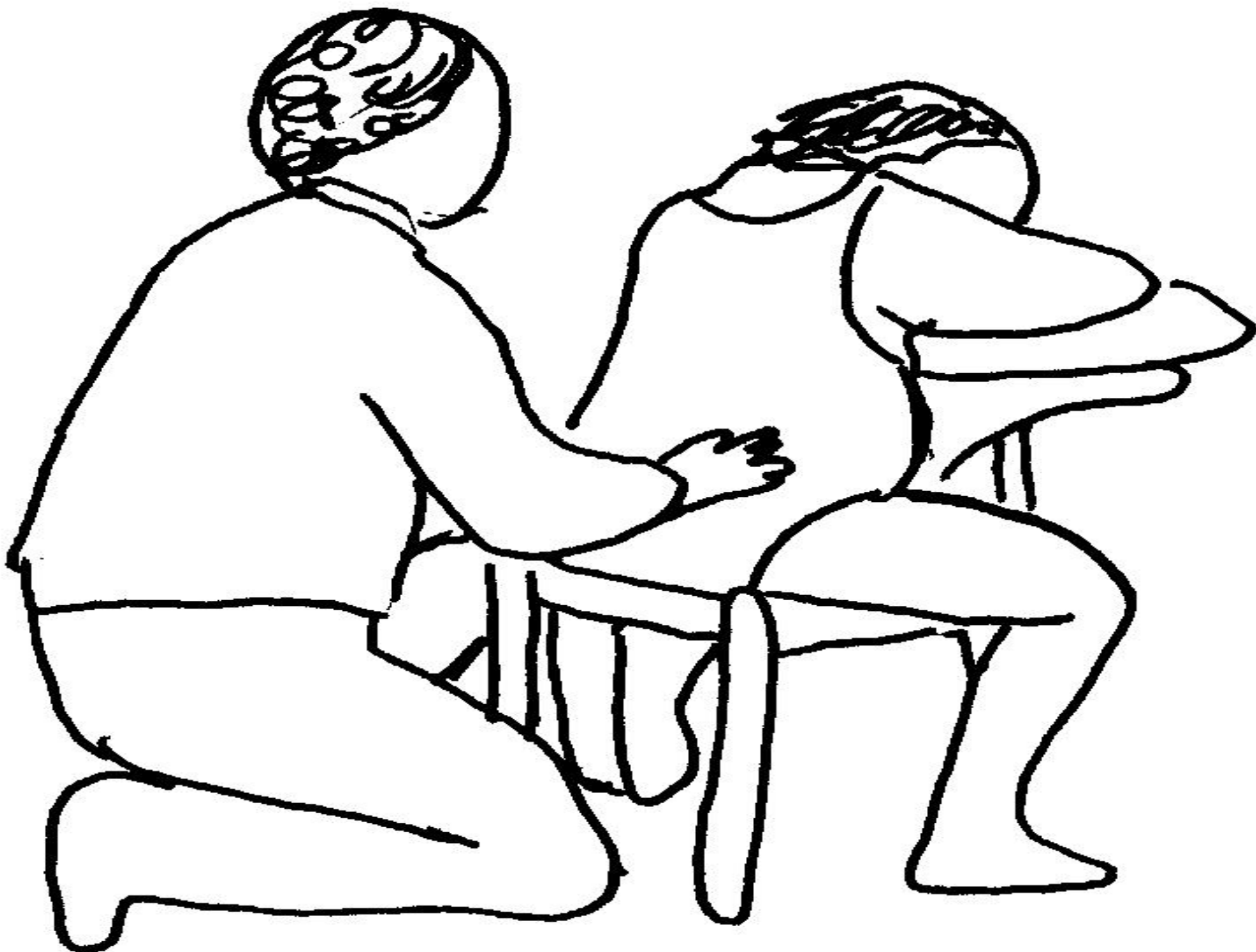


© Mayo Foundation for Medical Education and Research. All rights reserved.



© Mayo Foundation for Medical Education and Research. All rights reserved.





# Lunging



© Mayo Foundation for Medical Education and Research. All rights reserved.



Lunge





# Swaying







# Counter Pressure





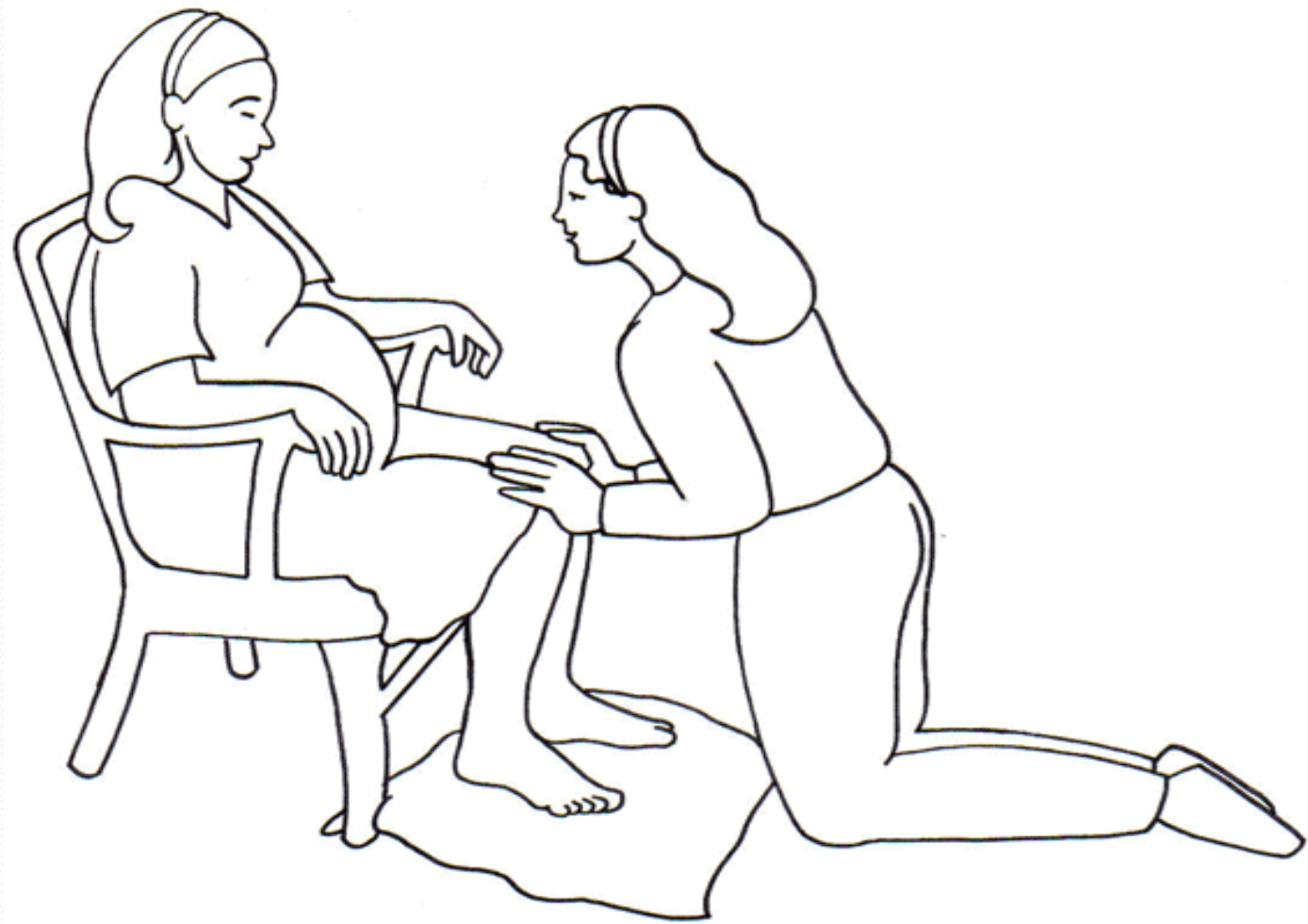




# Hands and knees



# Knee press setting





# On hands and knees

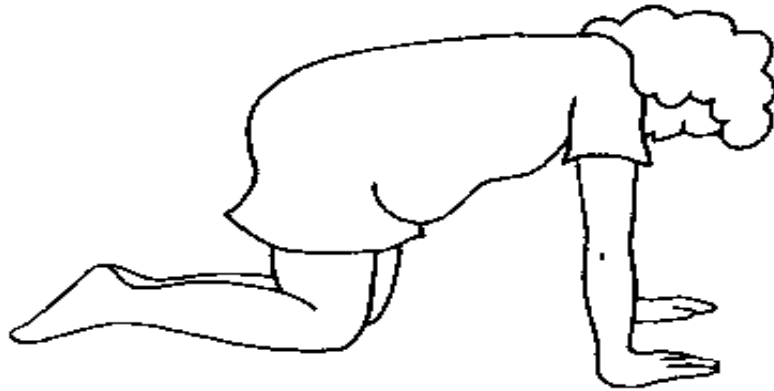


# Lying on your side





# Presistent Cervical lip or a Swollen Cervix



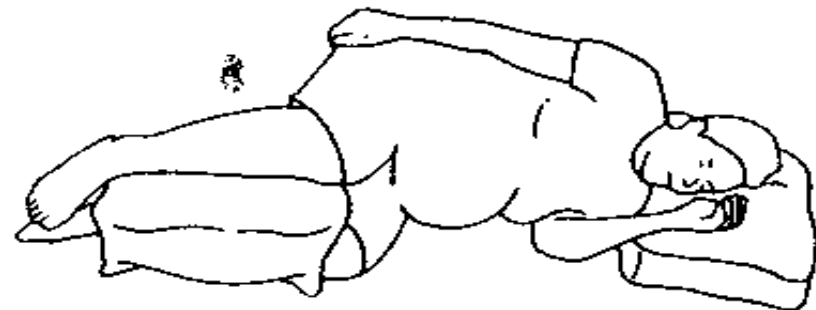
**Fig. 4.37** Hands and knees.



**Fig. 4.38** Kneeling with a ball.

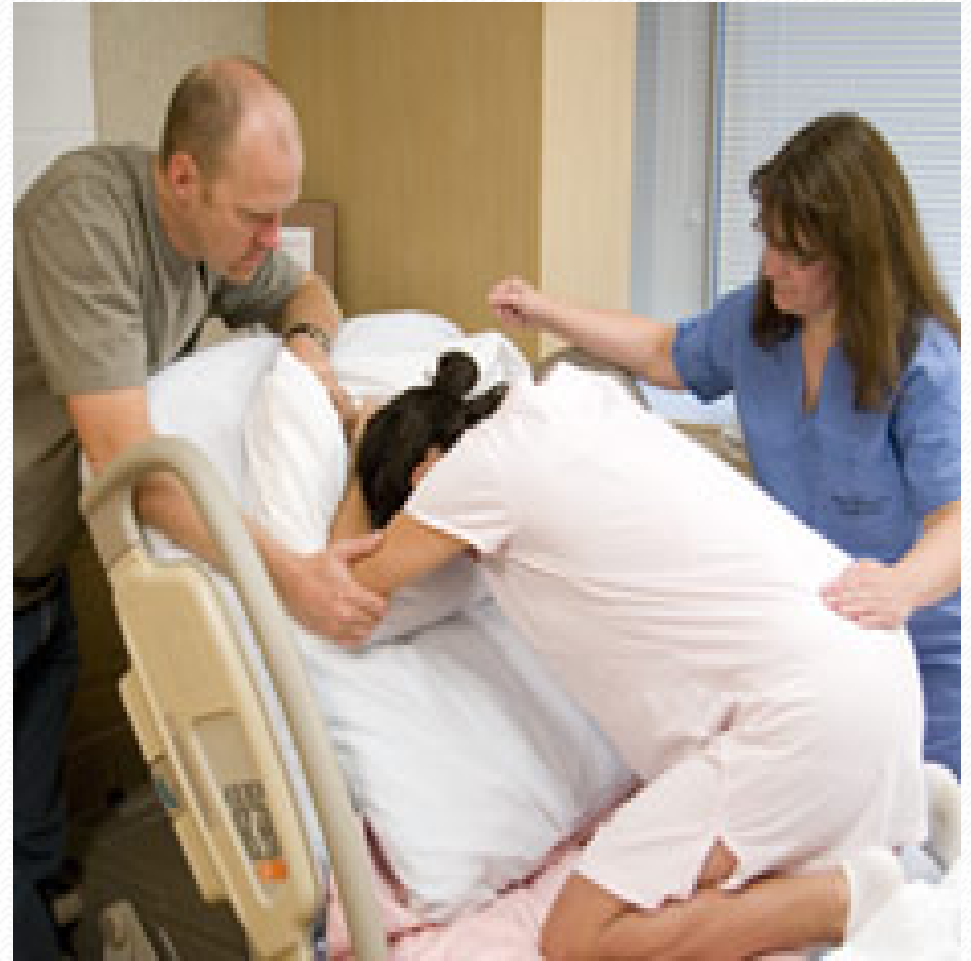


**Fig. 4.39** Open knee-chest position.



**Fig. 4.40** Lateral.

# Squatting



# Semi sitting





[www.borcad.cz](http://www.borcad.cz)



# پوزیشن مناسب برای مرحله دوم زایمان





# Kneeling



# Sitting





# Dangle



# Squatting / Supported Squat

