

Chăm sóc bà mẹ sinh mổ

Viết bởi Administrator

Thứ hai, 08 Tháng 4 2013 14:31 - Lần cập nhật cuối Thứ hai, 08 Tháng 4 2013 15:01

Sinh mổ hiện nay, chi phí mất tiền là khá lớn trong tổng số sinh. Đây là những trường hợp giúp cho các bà mẹ “vượt tấc” thành công khi khả năng sinh thường thất bại hoặc có nguy cơ tai biến khi phải sinh thường. Việc chăm sóc các bà mẹ sau khi sinh mổ cũng rất cần thiết và quan trọng, nhằm giúp các bà mẹ sớm trở về với hoạt động bình thường.

Chăm sóc ngày đầu sau sinh mổ

Sau khi được sinh mổ, thời gian nằm tại phòng hồi sức các bà mẹ được các bác sĩ và nhân viên y tế chăm sóc, theo dõi nên y lệnh như dùng thuốc giảm đau, thuốc kháng sinh, truyền dịch... Vì phải nằm bất động vô trùng tuyệt đối nên trong thời gian này, thân nhân không được vào thăm nuôi.



Khi tình trạng sức khỏe bà mẹ ổn định, tình hình hoàn toàn, cần đỡ nâng chân tay từ từ để cơ chuyển n ra phòng chăm sóc tiếp. Lúc này thân nhân có thể vô thăm và hỗ trợ cho nhân viên y tế cùng chăm sóc bà mẹ. Cần theo dõi các dấu hiệu sau: vết mổ sưng, ngứa, kích thích bà mẹ vết mổ càng sưng càng tốt. Để vết mổ khô ráo, không gây tê ngứa, không ngứa trong vòng 12 giờ đầu mà chỉ có dấu hiệu chân và có thể nằm nghiêng trái hay nghiêng phải từ giờ đầu, để tránh bị chèn ép vết mổ gây áp lực vết mổ sưng và nhức đầu sau mổ.

Chăm sóc ăn uống: sinh mổ không liên quan đến hệ tiêu hóa, nên việc ăn uống có thể được, giờ đầu có thể uống nước lọc, uống nước để đỡ ngứa và ăn cháo loãng hay xúp.

Chăm sóc vú và cho con bú: để vết mổ khô ráo, sưng lên sưng các bà mẹ thường xuyên massage là sinh mổ. Việc cho bé bú sữa mẹ ngay ngày đầu tiên sau mổ cũng rất tốt, có thể cho con bú từ 1-2 giờ nằm nghiêng, chú ý tránh khi cho bé bú sữa mẹ, cần vệ sinh sạch đầu núm vú và rửa tay kỹ trước khi cho bú. Cho bú sữa mẹ từ đầu ngày ngủ nên sữa non quý báu, cũng như giúp sưng lên sưng nhanh và giảm đau.

Chăm sóc tiếp nhận ngày sau sinh mổ

Sang ngày thứ hai sau mổ và nhận ngày kế tiếp, cần khuyến khích cho các bà mẹ vết mổ nhẹ nhàng có thể đứng dậy, bước chân xuống giường và đi lại trong phòng, ngày thứ 3 có thể ra ngoài, tắm nước cùng với bé, khoảng 30 phút.

Theo dõi sức trung tâm, trạng thái hợp của trung tâm mà bệnh trạng, có thể nằm đầu cao, để nằm nằm, nằm nghiêng, dùng tay mát-xa vùng bệnh theo chiều kim đồng hồ, nhẹ nhàng giúp kích thích nhu động ruột hoạt động từ đầu trạng thái ra ngoài tránh trạng thái bệnh.

Chăm sóc dinh dưỡng: cần theo dõi bà mẹ cần mức độ calo cao, vì thời kỳ đầu phải ăn phải tăng thêm vết sưng ngứa và vết ngứa. Hai thành phần chính cần lưu ý là protein và canxi. Protein có nguồn gốc động vật (thịt, cá, trứng và sữa) là nguồn protein tốt (đầu hũ, các loại đậu và ngũ cốc). Canxi có nhiều trong sữa, trứng, tôm, tép và các loại hải sản.

Các bà mẹ cần ăn uống đầy đủ, nên dùng thức ăn chín và nóng. Không nên dùng thức ăn lạnh hay đồ nguội vì dễ gây rối loạn tiêu hóa. Ăn 3 bữa chính (sáng - trưa - chiều) xen kẽ 3 bữa chính là uống sữa, ăn bánh ăn trái cây loại ngọt và các loại chè đậu. Giai đoạn cho con bú cần thêm viên sắt và acid folic. Cần ăn thêm rau xanh để tránh táo bón. Uống nước đầy đủ.

Sau sinh khoảng 2 - 3 ngày là các bà mẹ đã có thể gội đầu và tắm toàn thân được: nên gội với thời gian nhanh 5 - 7 phút, không nên ngâm tóc lâu. Sau khi gội xong cần dùng máy sấy tóc, sấy tóc khô ngay. Dùng nước tắm ấm sạch dùng vòi hoa sen, hay nước tắm đun nóng. Không được dùng bồn tắm và ngâm mình vào bồn tắm. Nên tắm nhanh sau tắm cần lau khô toàn thân mặc quần áo và mang vớ chân.

Ngay để giúp cho bà mẹ là điều hết sức quan trọng. Trung bình mỗi ngày thời gian ngủ 8 - 9 tiếng. Trong thời gian ngủ các bà mẹ, cần thay đổi tư thế, năng lượng.

Các biến chứng thường gặp sau sinh mổ

Sốt: sốt không phải là một biến chứng trong thời gian sau sinh mổ, nhưng đây là triệu chứng thường gặp và là dấu hiệu báo động của những biến chứng khác. Trong vòng 24 - 48 giờ sau sinh mổ, sốt nhẹ là do nguyên nhân chuyển hóa. Nhưng triệu chứng sốt trên 48 giờ, cần tìm nguyên nhân để xử trí.

Hội chứng căng cứng sữa: sau sinh mổ, vào ngày thứ 3 - 4 trở đi hai vú căng sữa, nên căng đau, có sốt cao và kèm theo nổi hạch hai bên nách. Xử trí: dùng tay mát-xa vú, cần gội rửa và kiên nhẫn mát-xa mềm hai vú để cho sữa chảy ra nhiều, dùng tác mát-xa hai vú nhẹ nhàng giúp cho sữa tiết sữa ra dễ dàng, tránh để sữa căng tắc các tuyến vú.

Viêm vết mổ hoặc tụ máu vết mổ: nguyên nhân thường do một khi bà mẹ đã có nhiễm trùng vết mổ do cầm máu không tốt trong lúc mổ. Các dấu hiệu xác định, sốt cao, vùng da viêm đỏ đau, phù nề hoặc bầm tím quanh vết mổ. Cần siêu âm để đánh giá mức độ lan rộng của tụ máu. Điều trị: dùng thuốc kháng sinh, kháng viêm và thuốc tăng sức bền thành mạch. Tránh ngừng hợp khi tụ máu lớn cần rửa sạch tháo khỏi máu tụ và để thuốc đông máu.

Tổ chức lòng tử cung hay còn gọi là biến sản nở ch. trong những ngày đầu sản nở ch có thể tự ra âm đạo, sau đó ngừng hẳn, hoặc kéo dài dai dẳng, có thể kèm sốt, căng tức trên vùng hạ v, khi sản nở trên bề mặt, thấy đáy tử cung còn ở trên cao, nên có thể căng tức và đau. Siêu âm tử cung và hai phần phụ, thấy tử cung lớn, lòng tử cung có ổ dịch. Hiện tượng này trên là do cổ tử cung đóng kín làm cho sản nở ch không thoát ra ngoài được, gây ứ đọng trong lòng tử cung, nên không xử trí khi ổ dịch hóa mủ có thể gây viêm nhiễm mô tử cung và gây nhiễm trùng huyết. Xử trí, dùng ống hút karmant hút dịch ra, hay có thể dùng tay nong cổ tử cung để dịch thoát ra ngoài dễ dàng, kết hợp dùng thuốc co hồi tử cung như Oxytocin tiêm bắp với liều 10 - 20 đơn vị, ngày dùng 1 - 2 lần. Kết hợp với thuốc kháng sinh chống nhiễm trùng và trợ sức.

Làm gì để tránh những biến chứng?

Những bà mẹ sinh mổ, một khi thấy hiện tượng theo sự chẩn đoán của người thầy thuốc, những biến chứng sau sinh mổ hầu hết không xảy ra.

Việc theo dõi theo những chẩn đoán sau: không nên nằm bất động một chỗ trên giường, cần xoay trở nằm nghiêng phải hoặc nghiêng trái, trong ngày đầu tiên sau mổ. Sang đến ngày thứ 2 trở đi, nên ngồi dậy và đi lại. Có thể nằm sấp một ngày 20 - 30 phút, giúp cho sản nở ch được thoát ra dễ dàng, đồng thời nên mát-xa bụng một ngày giúp cho tử cung co hồi tốt và đẩy sản nở ch ra ngoài nhanh hơn. Cần cho bé bú sớm, đồng tác cho bú cũng làm tăng sự co hồi tử cung, tránh chảy máu sau sinh mổ. Điều quan trọng nữa, khi bé bú mẹ sớm trong 3 ngày đầu, bé được kích thích ngậm sữa non tốt hơn, mà trong sữa non, có rất nhiều chất kháng thể mẹ truyền qua, sau này bé lớn lên, ít bị bệnh đáng kể. Mẹ ăn uống đầy đủ, ăn lỏng dần thì tăng lên, như thịt heo, thịt bò, tim gan cút heo, trứng và sữa, nhằm giúp cho vết mổ liền sẹo tốt và mẹ tăng sức đề kháng cơ thể. Điều quan trọng hơn nữa, đó là sự chăm sóc tinh thần của ông bố và người thân trong gia đình, đồng viên, khích lệ cho bà mẹ, đây là liều thuốc bổ quý giá hơn bất kỳ loại thuốc nào dành cho bà mẹ.

BS. CKII. NGUYỄN HỮU THUẬN

Chăm sóc bà mẹ sinh mổ

Viết bởi Administrator

Thứ hai, 08 Tháng 4 2013 14:31 - Lần cập nhật cuối Thứ hai, 08 Tháng 4 2013 15:01

Theo SKDS