

# گزینه های مربوط به زایمان برای زنانی که قبلاً سزارین کرده اند

## اطلاعاتی برای زنان

### مقدمه

در صورتی که قبلاً از طریق سزارین زایمان کرده اید، این بروشور اطلاعاتی در مورد گزینه های مربوط به زایمان را فراهم می سازد. در تمامی موارد، پزشک و یا ماما در مورد گزینه هایی که در اختیار دارید به شما توضیح می دهد و به سؤالات احتمالی شما پاسخ خواهد داد.

### زایمان شما، انتخاب شما

اگر سؤال یا نگرانی دارید، لطفاً با دکتر و یا مامای خود صحبت کنید. ما برای کمک و حمایت شما اینجا هستیم تا با ارائه دانش و اطلاعات به شما، بتوانید برای خود، نوزاد خود و خانواده خود بهترین گزینه ها را انتخاب کنید و بهترین تصمیم گیری را انجام دهید.

در راستای کمک به شما در تصمیم گیری، می توانید از طریق مطرح کردن سه سؤال زیر از ما شروع کنید:

- گزینه های من کدامها هستند؟
- هر گزینه چه مزایا و معایبی دارد؟
- چگونه می توانم برای تصمیم گیری در مورد گزینه های که برای من مناسب است کمک و حمایت دریافت کنم؟

اگر سؤالات بیشتری دارید، لطفاً بدون تعلل از ما بپرسید. شما می توانید مشخصات تماس با ما را در انتهای این بروشور پیدا کنید و یا از شماره تلفن هایی که در پرونده زایمان شما موجود است، استفاده کنید.

## گزینه های زایمان

### VBAC چیست؟

VBAC مخفف «زایمان طبیعی» پس از سزارین است. این واژه زمانی استفاده می شود که زنی که قبلاً از طریق سزارین زایمان کرده است، زایمان طبیعی کند. زایمان طبیعی شامل زایمان مستقیم و زایمان با کمک از فورسپس و یا دستگاه مکنده/کیوی است.

### ERCS چیست؟

ERCS مخفف «سزارین مجدد انتخابی» است و به سزارین برنامه ریزی شده بعد از اولین سزارین گفته می شود.

معمولاً این عمل جراحی بعد از هفته 39 حاملگی انجام خواهد شد. دلیل این کار این است که احتمال می رود نوزادانی که قبل از این تاریخ از طریق سزارین به دنیا می آیند نیاز به پذیرش در بخش کمک های قسمت کودکان داشته باشند تا به تنفس آن ها کمک شود؛ منتظر شدن تا هفته 39 تا زمانی که نوزاد شما رشد کافی کند از این جهت است.

## چه چیزهایی را در زمان تصمیم‌گیری در مورد زایمان طبیعی و یا سزارین انتخابی باید مد نظر قرار دهیم

شما باید موارد زیر را مد نظر قرار دهید:

- دلیلی که اولین زایمان شما از طریق سزارین انجام شد
- اینکه آیا قبلاً زایمان طبیعی داشته‌اید
- اینکه آیا در زمان زایمان و یا در طی مدت زمان بهبودی عوارضی را تجربه کرده‌اید
- نوع برش (بریدگی) انجام‌شده در رحم (زهدان)
- اینکه از نظر جسمانی و همچنین عاطفی در مورد زایمان قبلی خود چه احساسی داشتید
- اینکه آیا حاملگی کنونی شما آسان بوده و یا اینکه شما مشکلات و عوارضی را تجربه کرده‌اید و آیا در نظر دارید در آینده چند فرزند داشته باشید. این ریسک‌ها با هر زایمان سزارین بیشتر می‌شود، به همین دلیل اگر برنامه‌ریزی می‌کنید که در آینده فرزندان بیشتری داشته باشید، بهتر است، در صورت امکان، از سزارین خودداری کنید. باید در مورد این موضوع با ماما و/یا دکتر خود بحث کنید.
- بعد از بیش از یک زایمان از طریق سزارین، شما باید با متخصص ارشد زایمان بطور جزئی در مورد خطرات احتمالی، مزایا و امکان انجام زایمان طبیعی بحث مفصل انجام دهید.

برای کمک به شما در تصمیم‌گیری، مامای شما از شما دعوت خواهد نمود تا در صورتی که درخواست سزارین داشته‌اید یا قبلاً سزارین کرده‌اید، در کلینیک گزینه‌های زایمان حضور یابید.

اگر قرار است نوزاد شما در بیمارستان Royal Free Hospital متولد شود، این ملاقات در هفته 28 و هفته‌های 34-36 خواهد بود. اگر قرار است نوزاد شما در Barnet Hospital متولد شود، این ملاقات در هفته 28 خواهد بود. در صورتی که شما در تاریخ مقرر زایمان نکنید، ملاقات دیگری در هفته 40 یا 41 برای شما تعیین خواهد شد.

## زایمان طبیعی بعد از سزارین (VBAC) احتمال

### اینکه زایمان طبیعی کنم چقدر است؟

بعد از یکبار سزارین، حدود سه زن از چهار زنی (75%) که حاملگی آن‌ها عادی است، زمانی که دردهای زایمان شروع شود، از طریق زایمان طبیعی فرزند خود را به دنیا خواهند آورد.

چند عامل می‌تواند احتمال زایمان طبیعی را افزایش دهند، از جمله:

- زایمان طبیعی قبلی؛ اگر شما قبلاً زایمان طبیعی داشته باشید، چه قبل و چه بعد از سزارین، حدود 8-9 زن از 10 زن حامله، می‌توانند زایمان طبیعی دیگری داشته باشند.
- در صورتی که درد زایمان به صورت طبیعی شروع شود
- شاخص توده بدن (BMI) در زمان رزرو نوبت کمتر از 30 باشد.

### مزایای زایمان طبیعی بعد از سزارین چیست؟

- در صورتی که قبلاً سزارین کرده باشید، زایمان طبیعی عواقب کمتری در مقایسه با سزارین از قبل برنامه‌ریزی شده دارد.
- احتمال اینکه در آینده زایمان طبیعی کنید بیشتر است.
- بهبودی شما با سرعت بیشتری به وقوع خواهد پیوست.
- شما در مدت زمان کمتری در بیمارستان خواهید ماند.

- احتمال اینکه ارتباط از طریق تماس پوست-باپوست با نوزاد خود را شروع کرده و شروع به تغذیه از طریق شیر مادر را بنمایید بیشتر می‌شود.
- خطر انجام عمل جراحی کمتر است.
- احتمال اینکه نوزاد شما مشکلات تنفسی داشته باشد کمتر است.

### معایب این کار چیست؟

- در مجموع، وجود ریسک‌های جدی برای شما و کودک شما در اکثر زنان به ندرت مشاهده می‌شود، ولی در قسمت زیر بعضی از پیامدهای احتمالی که در صورت زایمان طبیعی بعد از اینکه قبلاً سزارین کرده باشید ذکر شده‌اند:
- حدود دو زن در هر پنج زن (40%) ممکن است به کمک از طریق دستگاه مکنده/ کیوی و یا فورسپس نیاز داشته باشند.
- حدود 1 زن در هر 4 زنی (25%) که تقاضای زایمان طبیعی می‌کند ممکن است در طی مدت زمان درد حاملگی برای انجام سزارین اورژانسی فرستاده شود. این رقم حدوداً 20% برای زنانی است که اولین فرزند خود را به دنیا می‌آورند، و 11% برای زنانی است که قبلاً زایمان طبیعی کرده‌اند.
- انجام سزارین اورژانسی خطرات بیشتری در مقایسه با سزارین از قبل برنامه‌ریزی شده دارد. دلایل معمول انجام سزارین اورژانسی آرام شدن درد زایمان و/یا نگرانی در مورد سلامت فرزند شما است.
- در مقایسه با زنانی که تصمیم به انجام سزارین از قبل برنامه‌ریزی شده گرفته باشند، احتمال اینکه نیاز به انتقال خون داشته باشید اندکی بیشتر است (2% در مقایسه با 1%).
- احتمال دارد جای زخم باقی‌مانده روی رحم شما در زمان سزارین قبلی از هم جدا شده و یا پاره شود. این مورد خیلی نادر بوده و معمولاً در 1 زن از هر 200 مادری که قبلاً سزارین کرده‌اند اتفاق می‌افتد. این خطر در صورتی که زایمان از طریق مصنوعی شروع شود و یا اینکه مادر در گذشته بیش از یک بار سزارین کرده باشد، دو تا سه برابر بیشتر می‌شود. اگر در مورد این پیچیدگی‌ها علائم خطری وجود داشته باشند، فرزند شما از طریق سزارین اورژانسی به دنیا خواهد آمد. ولی در مواقع نادر زمانی که پارگی رحم روی دهد، این می‌تواند اثرات حادی روی سلامتی مادر و نوزاد داشته باشد.
- زایمان طبیعی بعد از اینکه قبلاً از طریق سزارین زایمان کرده باشید، خطر اینکه نوزاد شما آسیب مغزی داشته باشد را افزایش می‌دهد (8 در 10.000) که در مقایسه با سزارین از قبل برنامه‌ریزی شده که کمتر از 1 در 10.000 می‌باشد.
- زایمان طبیعی بعد از سزارین خطر کوچکی به همراه دارد، این خطر احتمال به دنیا آوردن نوزادی مرده بعد از 39 هفته است (10 مورد بیشتر در هر 10.000). میزان به دنیا آوردن نوزادی مرده برابر با حالتی است که برای اولین بار زایمان می‌کنید.

### در چه مواقعی زایمان طبیعی بعد از سزارین توصیه نمی‌شود؟

- زایمان طبیعی معمولاً یکی از گزینه‌های موجود برای بیشتر زنان است، ولی در مواقع زیر توصیه نمی‌شود:
- شما قبلاً برای سه بار یا بیشتر سزارین شده‌اید
- رحم شما طی درد زایمان قبلی پاره شده است
- در رحم شما، قسمت بالای رحم، برش (بریدگی) در زمان سزارین قبلی انجام شده است
- پیچیدگی دیگری در مورد حاملگی شما وجود دارد که به دلیل آن باید سزارین شوید.

## سزارین انتخابی

### مزایای سزارین انتخابی چیست؟

- خطر پاره شدن زخم رحم کمتر است (1 در 1000)
- از خطر شروع درد زایمان و خطر حاد احتمالی در کودک اجتناب می‌شود
- شما از تاریخ برنامه‌ریزی شده برای زایمان آگاه هستید. ولی، از هر 10 زن، یک زن قبل از اینکه تاریخ انتخابی زایمانش فرا برسد، درد زایمان او شروع می‌شود.

### معایب آن چیست؟

- جای زخم سزارین قبلی ممکن است انجام عمل جراحی را دشوارتر کند و ممکن است به روده و یا مثانه صدمه برسد. این در کمتر از 1% از سزارین‌های تکراری رخ می‌دهد.
- ممکن است زخم شما عفونت پیدا کند که بهبودی را به تأخیر می‌اندازد.
- ممکن است به انتقال خون نیاز پیدا کنید.
- احتمال اینکه لخته خون در پاها و یا شش‌های شما به وجود آید بیشتر می‌شود.
- بهبودی شما طولانی‌تر خواهد شد و به مدت زمان شش هفته پس از عمل جراحی قادر نخواهید بود رانندگی کنید.
- احتمال اینکه در حاملگی‌های آینده نیاز به سزارین از قبل برنامه‌ریزی شده داشته باشید، بیشتر می‌شود.
- این احتمال وجود دارد که جفت جنین در داخل زخم رشد کند و باعث خونریزی شود که ممکن است لازم شود که رحم شما را بردارند.
- پوست کودک شما ممکن است در زمان زایمان از طریق سزارین بریده شود. این در مورد هر 2 نوزاد در 100 نوزادی که از طریق سزارین به دنیا می‌آیند اتفاق می‌افتد. این بریدگی‌ها معمولاً به طور طبیعی بهبود می‌یابند.
- مشکلات تنفسی در مورد کودک شما بعد از زایمان از طریق سزارین متداول است، ولی معمولاً کوتاه‌مدت است. بین 4-5 نوزاد از هر 100 نوزادی که بعد از 39 هفته از طریق سزارین به دنیا می‌آیند مشکلات تنفسی دارند و ممکن است نیاز باشد به بخش مراقبت‌های ویژه کودکان منتقل شوند.

## سوالات متداول

### آیا بعد از اینکه سزارین داشتیم، می‌توانم در خانه زایمان کنم؟

به دلیل خطر اندک ولی واقعی که در رابطه با زایمان طبیعی بعد از زایمان از طریق سزارین وجود دارد، توصیه می‌شود که زایمان در بخش زنان و در جایی انجام شود که مراقبت‌های اورژانسی وجود دارد. اگر می‌خواهید در منزل زایمان کنید، ما مراتب را فراهم خواهیم نمود تا این گزینه را با مامای متخصص در میان بگذارید تا تصمیم شما در این مورد حمایت شود. گزینه دیگر این است که زایمان در مرکز زایمان، جایی که دسترسی به مراقبت‌های اورژانسی ممکن بوده، و در محیطی که مانند خانه شما است، انجام شود.

### اگر تصمیم گرفته باشم زایمان طبیعی کنم و دردهای زایمان شروع شود، چه اتفاقی خواهد افتاد؟

به شما توصیه خواهد شد که در بیمارستان زایمان کنید، ولی می‌توانید قبل از اینکه دردهای زایمان شما شروع شود، در این مورد با پزشک و یا مامای خود صحبت کنید.

در اولین مرحله‌ای که دردهای زایمان شما شروع شده و یا کیسه آب شما پاره شد، با استفاده از مشخصات زیر با بیمارستان تماس بگیرید. زمانی که انقباضات رحمی مداوم آغاز شد، به شما توصیه خواهد شد که تپش قلب نوزادتان را به طور مرتب در طی مدت زمانی که درد زایمان دارید، بررسی کنید. می‌توانید از گزینه‌های مختلف برای کاهش درد استفاده کنید.

اگر تصمیم گرفته باشیم که سزارین شوم، ولی دردهای زایمان من شروع شد، چه اتفاقی خواهد افتاد؟

لطفاً برای دریافت مشاوره با بیمارستانی که قرار است در آنجا سزارین شوید تماس بگیرید. مشخصات تماس با ما در زیر موجود است. اگر دردهای شما شدید است، ممکن است زایمان طبیعی روشی امن‌تر برای شما و نوزادتان باشد، ولی در صورت نیاز، گزینه سزارین اورژانسی برای شما موجود خواهد بود.

## تماس با ما

خط تریاژ بیمارستان Barnet: 020 8216 4408  
خط تریاژ Royal Free Hospital: 020 7794 0500 داخلی 36208

## اطلاعات بیشتر

- AIMS – انجمن بهبود خدمات زایمان  
[www.aims.org.uk/journal/item/vbac-in-birth-centres](http://www.aims.org.uk/journal/item/vbac-in-birth-centres)
- **کالج سلطنتی زنان و زایمان**  
کتابچه گزینه‌های زایمان برای افرادی که قبلاً سزارین کرده‌اند:  
[www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean](http://www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean)
- **وب سایت Royal Free London**  
برای اطلاعات بیشتر در مورد خدمات زایمان در بیمارستان Royal Free London از این وبسایت بازدید کنید: [www.royalfree.nhs.uk/maternity](http://www.royalfree.nhs.uk/maternity)

## سیاسگذاری

اقتباس شده از: کالج سلطنتی زنان و زایمان. «گزینه‌های زایمان بعد از زایمان از طریق سزارین» بروشور اطلاعات بیماران: London: RCOG، جولای 2016 با اجازه کالج سلطنتی زنان و زایمان.

## نظرات شما

اگر نظری در مورد این بروشور یا فهرست مطالب مندرج در آن دارید، لطفاً از طریق ایمیل [rf.communications@nhs.net](mailto:rf.communications@nhs.net) با ما تماس بگیرید.

## فرمت های دیگر

این بروشور به چاپ درشت یا در زبان‌های مختلف دیگر موجود است. اگر می‌خواهید به فرمتی دیگر به این بروشور دسترسی داشته باشید، لطفاً در این مورد با یکی از اعضای کارکنان صحبت کنید.

Royal Free London NHS Foundation Trust  
Service: Maternity  
Version: 2  
Leaflet reference: RFL731FA  
Approval date: May 2023  
Review date: May 2025  
[www.royalfree.nhs.uk](http://www.royalfree.nhs.uk)