



## مزایا و معایب زایمان طبیعی و سزارین

### 1-سونیا اسکندری 2-زهرا قاسمی

1. دانشجوی کارشناسی مامایی، دانشگاه آزاد واحد استهبان، استهبان
2. دانشجوی کارشناسی مامایی، دانشگاه آزاد واحد استهبان، استهبان

### چکیده

یکی از مهمترین دغدغه‌های هر مادر باردار، انتخاب نوع زایمان و آمادگی برای زایمان است. دوران بارداری با به دنیا آمدن نوزاد به پایان می‌رسد. به طور کلی با دو روش طبیعی و سزارین می‌توان نوزاد را به دنیا آورد. هر دو روش دارای معایب و مزایایی می‌باشند که دक्टर متناسب با سلامت جسمانی و روحی و تاریخچه زایمان پیشین، سلامت جنین و سایر موارد بهداشتی و پزشکی روش مناسبی را انتخاب می‌کند. در این مقاله به بررسی معایب و مزایای روش طبیعی و سزارین و همچنین نگاه کلی به برنامه‌ها جهت کاهش میزان سزارین پرداخته شده است.

**کلمات کلیدی:** بارداری، سزارین، طبیعی، مزایا و معایب

## مقدمه

بارداری یا حاملگی به وضعیتی گفته می‌شود که زن در رحم خود رویان جنین باشد. این دوره با به دنیا آمدن نوزادان به پایان می‌رسد در انسان دوره بارداری طبیعی حدود ۳۸ هفته از زمان بارور شدن طول می‌کشد و زایمان فرزند هم اوج بارداری یک زن است که شامل خارج شدن یک یا چند نوزاد از رحم مادر است. یکی از مهمترین دغدغه‌های هر مادر باردار انتخاب نوع زایمان و آمادگی برای زایمان است اینکه زایمان طبیعی یا سزارین باشد بسیار برای فرد باردار حائز اهمیت است. زیر از نظر روحی و جسمی باید شرایط لازم را دارا باشد هر دو روش مزایا و معایب خود را دارا هستند و بسته به سلامت جسمانی، تاریخچه زایمان پیشین، سلامت جنین و سایر موارد بهداشتی و پزشکی دارد. لازم به ذکر است برای هر نوع فرد بهترین روش زایمان می‌تواند متمایز از دیگری باشد زیرا وضعیت جسمی و شرایط هر مادر باردار با دیگری تفاوت دارد. (قاضی جهانی، 2022)

**زایمان طبیعی** یک فرایند فیزیولوژیک است به معنای شروع خود به خود افزایش نوزاد از راه واژن با استفاده از قوای بدنی مادر است که یکی از روش‌های معمول وضع حمل است که ممکن است در بیمارستان زایشگاه یا حتی در منزل انجام شود.

**زایمان سزارین** یک روش جراحی است که در آن نوزاد از طریق برش در شکم و رحم مادر خارج می‌شود. سزارین برای شرایط خاصی مانند عدم توانایی مادر در زایمان طبیعی، عدم تحمل درد شدید، پیشروی نامناسب در حین زایش، بروز عفونت یا خطر دیگر برای مادر یا نوزاد استفاده می‌شود. (محمودی و وکیلی، 1397)

## عوارض زایمان طبیعی

- انقباض های رحم در حین زایمان مادر
- نامرتب شدن ضربان قلب جنین
- تحت فشار قرار گرفتن بند ناف نوزاد در حین زایمان (در این حالت ممکن است، ضربان قلب افت کند).
- خونریزی: تا حدود [۵۰۰] سی سی طبیعی است. اگر میزان خونریزی زیاد باشد و مادر دیر به پزشک مراجعه کند، احتمال اینکه جانش را از دست بدهد، وجود دارد.
- تغییر فرم دستگاه تناسلی: افتادگی مثانه یا پارگی قسمت انتهایی واژن، عمدتاً در خانم هایی که زایمان های طبیعی متعدد داشته اند و یا جنین درشت دارند، دیده می شود. (قاضی جهانی، 2022)
- مشکل بی اختیاری دفع ادرار در زنانی که زایمان طبیعی داشته اند، به دلیل افتادگی مثانه شایع تر است.
- درد شدید تولد دیر رس نوزاد در اثر تزریق داروی بی حسی: تزریق داروی بی حسی در فضای اپیدورال، زایمان را به تاخیر می اندازد، یعنی اگر قرار است نوزاد در طول ۶ ساعت به دنیا بیاید، این زمان به ۸ ساعت تغییر پیدا می کند.
- ناتوانی مادر در زور زدن: با تزریق داروی بی حسی ممکن است مادر توان لازم برای زور زدن را نداشته باشد و پزشکان از فور سپس یا والیوم برای خارج کردن نوزاد استفاده کنند. (محمودی و وکیلی، 1397)
- استرس زیاد برای تولد به موقع نوزاد و جلوگیری از آسیب های بعدی به بچه

• خونریزی های دیررس: یعنی ممکن است بعد از زایمان مقداری از جفت درون رحم باقی مانده باشد و مادر بعد از چند روز دچار خونریزی شده و عفونت کند.

• افتادگی، شل شدگی و باز شدن واژن: خانم ها بیشترین شکایت را از این مورد دارند.

• عدم کنترل ادرار و مدفوع: عدم کنترل ادرار شایع تر است. عدم کنترل مدفوع در مادران دیده می شود که ماهیچه اسفنکتر مقعدشان در موقع زایمان دیده باشد.

### عوارض زایمان سزارین

• در خانم های سزارین، احتمال سزارین های بعدی افزایش می یابد.

• اختلالات خلقی مادر مثل افسردگی در این مادران بیشتر از مادرانی است که به صورت طبیعی زایمان داشته اند.

• احساس ترس و نگرانی از حاملگی بعدی در این مادران بیشتر از مادرانی است که به صورت طبیعی زایمان داشته اند.

• داروهای بیهوشی باعث احساس خستگی، خواب آلودگی به صورت طولانی تری در مادران سزارینی شده و همچنین این داروهای بیهوشی طولانی مدت بر روی جنین نیز عوارض دارد. (حاجی پور، 1398)

• طول مدت بستری در بیمارستان در مادران سزارینی بیشتر است در نتیجه هزینه اقتصادی بیشتری دارد.

• احتمال عفونت ادراری در سزارین به علت ضربه و صدمه ای که به سیستم ادراری در حین عمل وارد می شود، بیشتر است.

• احتمال ایجاد یبوست به علت استفاده از داروهای بیهوشی و کم تحرکی و به علت دردهای پس از سزارین در این مادران بیشتر است.

• خونریزی زیاد: هزار و حتی دو هزار سی سی. در خانم هایی که دوقلو یا چندقلو باردار بوده اند، خونریزی بیشتری اتفاق می افتد.

• چسبندگی جفت: در صورت وجود این مشکل، در سزارین بعدی وقتی پزشک مادر را تحت عمل جراحی قرار می دهد، جنین خارج می شود اما جفت نه؛ چرا که جفت داخل عضلات و رحم فرو رفته است. به همین علت پزشک مجبور می شود رحم را برای جلوگیری از مرگ مادر، از شکم خارج کند.

• صدمه به احشای داخل شکم مادر مثل مثانه و روده در هنگام سزارین (حاجی پور، 1398)

• تشکیل لخته خون در عروق پاها از این لخته همراه با قرمزی و ورم است و عوارض ریوی ایجاد می کند. اگر این لخته درمان نشود، وارد جریان خون مادر شده و موجب انسداد عروق ریوی می شود. در آمپول ریه هم بیمار دچار تنگی نفس می شود و در خانم ها بسیار کشنده است. این لخته در خانم های چاق، کسانی که زایمان سزارین داشته یا زیاد در بستر می خوابند، دیده میشود.

• ارتباط کم نوزاد و مادر و عدم موفقیت در شیردهی و گرفتن سینه مادر توسط نوزاد

• دیرتر جمع شدن رحم: در سزارین بیشتر است. علل مختلفی دارد. استفاده از داروهای بیهوشی، داشتن فیبروم های رحمی، خانم هایی که جنین درشت داشته اند یا دوقلو یا چندقلو باردار بوده اند و سزارین کرده اند.

- عفونت محل سزارین: در کسانی که کیسه آب پاره شده است و ترشح بد بوی واژن دارند و یا علائمی مثل تب، قرمزی، تورم، و خروج ترشحات چرکی از محل برش دارند.
- ضایعات پستانی: چون ترشح شیر در مادرانی که سزارین کرده اند، دیرتر اتفاق می افتد، بنابراین ضایعات پستانی همچون زخم شدن نوک پستان ها یا التهاب پستان ها در آنها بیشتر دیده می شود.
- افسردگی و احتمال بسیار کم ناباوری ثانویه. (محمودی و وکیلی، 1397)

### مزایای زایمان سزارین

1. در مواردی که زایمان طبیعی برای مادر و جنین با خطر همراه است مانند نوزاد دارای مشکل خاصی باشد یا جفت یا بند ناف مشکل ساز باشد یا مادر ترس از زایمان طبیعی داشته باشد، زایمان سزارین گزینه مناسبی است زیرا به دلیل بیهوشی یا بی‌حسی که در طول زایمان استفاده می‌شود مادر ترس یا دردی را نسبت به زایمان احساس نمی‌کند.
2. در زمانی که مادر دارای بیماری خاص می‌باشد مانند بیماری‌های قلبی فشار خون بالا یا عفونتی مانند ایدز که ممکن است در طول زایمان طبیعی به نوزاد منتقل شود بهتر است از طریق سزار یا نوزاد متولد شود. در زایمان سزارین برنامه‌ریزی و آگاهی دقیق از زمان تولد نوزاد وجود دارد. (محمودی و همکاران، 1401)
3. با افزایش سن یا وزن مادر زایمان سزارین گزینه مناسب برای تولد فرزند می‌باشد.
4. کوچک بودن لگن مادر مواردی است که زایمان به صورت سزارین انجام می‌شود.
5. امکان برقراری رابطه جنسی در فاصله کوتاه‌تری پس از وضع حمل امکان‌پذیر است.
6. در مواردی که جنین دو یا چند قلو باشد روش تولد آن سزارین می‌باشد.

### مزایای زایمان طبیعی

1. بزرگترین فایده زایمان طبیعی کاهش مرگ مادر است، زیرا جراحی سزارین مانند تمام جراحی‌ها به دلیل استفاده از مواد بیهوشی خطر ناشی از عوامل بیهوشی وجود دارد.
2. در این نوع زایمان زمان بستری مادر و بازگشت به زندگی روزمره خیلی کوتاه‌تر از سزارین است. اگر مادر در ناحیه انتهایی واژن بخیه نداشته باشد یک یا دو ساعت بعد از زایمان می‌تواند بنشیند و در صورت داشتن بخیه در کمتر از ۶ ساعت با استفاده از مسکن می‌تواند راه برود. (احمد ابادی)
3. در این روش به دلیل استفاده نکردن از داروهای بیهوشی، مادر کاملاً هوشیار است و در جریان روند زایمان قرار می‌گیرد مادر بعد از زایمان با دیدن نوزاد خود سریع از سلامت فرزند مطمئن می‌شود و بلافاصله او را در آغوش می‌گیرد و در برقراری ارتباطات عاطفی با نوزاد خود موفق‌تر است.
4. زمانی روند زایمان طبیعی شروع می‌شود که جنین رشد کامل خود را انجام داده است، به همین دلیل این نوزادان خطر بیماری‌های تنفسی خاص که از طریق زایمان طبیعی متولد می‌شوند کمتر است و خطر ابتلا به آلرژی و حساسیت‌های مواد غذایی کمتر می‌باشد. (محمودی و همکاران، 1401)

5. انقباضات در روند زایمان طبیعی، موجب ترشح هورمون شیردهی شده و به دلیل اینکه فاصله بین زایمان و اولین شیردهی زمان کوتاهی است مادر در تداوم شیردهی موفق تر است. و نوزادان علاقه بیشتری در انجام رفتارهایی مانند مکیدن شیر دارند نوزادان اولین شیری که استفاده می کنند برای آنها مانند واکسن عمل کرده و در روند تکامل آن کمک می کند.
1. حجم خونی که مادر در زایمان طبیعی از دست می دهد تقریباً نصف سزارین است این مقدار خون در زایمان طبیعی ۵۰۰ تا ۷۰۰ میلی لیتر و در زایمان سزارین ۱۰۰۰ میلی لیتر است، پس مادرانی که دارای آنمی یا فقر آهن می باشند زایمان طبیعی روش مناسب تری برای به دنیا آوردن فرزندانشان است. (قاضی جهانی، ۲۰۲۲)
6. لازم به ذکر است زایمان طبیعی از لحاظ اقتصادی مقرون به صرفه تر است .
7. مادرانی که زایمان طبیعی دارند درصد ابتلا به عفونت در آنها کمتر است.
8. در زایمان طبیعی خانم ها تناسب اندام خود را با انجام ورزش های مناسب سریع تر از مادران سزارینی به دست می آورند.
9. خطر لخته خون و آسیب به اندام های داخلی در در زنانی که به صورت طبیعی فرزند خود را به دنیا آورده اند کمتر است. (محمودی و وکیلی، ۱۳۹۷)

#### برنامه ۵ ساله کاهش سزارین:

کارگاه کشوری بررسی طرح ۵ ساله کاهش سزارین با هدف فرهنگ سازی و طراحی مداخلاتی برای کاهش سزارین با حضور ذی نفعان حوزه سلامت زنان توسط اداره سلامت مادران وزارت مطبوع در مرداد ماه سال ۱۳۸۸ برگزار شد. کارگاه مذکور ا جمعی از اعضای هیئت علمی دانشگاه های علوم پزشکی کشور، نمایندگان سازمان های تامین اجتماعی، بیمه خدمات درمانی، بیمه ایران، سازمان نظام کشور، سازمان پزشک قانونی، اعضای کمیته کشوری ارتقای سلامت مادر و نوزاد آغاز به کار کرد و با تشکیل چهار کار گروهی تعرفه، استاندارد سازی و ارزشیابی، آموزش و مشکلات قانونی، در نهایت راهکارهای کاهش سزارین و ترویج زایمان طبیعی تدوین شد. با توجه به راهکارهای پیشنهادی اقدامات ذیل جهت انجام در دستور کار قرار گرفت.

2. آموزش تئوری علمی و بالینی به تعدادی از ماماها ی اعضای هیئت علمی به عنوان مربی ارشد در دانشگاه تهران و بیمارستان های تامین اجتماعی شهرستان های گنبد و کردکوی استان گلستان.
3. تشکیل هسته آموزشی از اعضای هیئت علمی مامایی برای آموزش به مربیان سراسر کشور
4. تدوین پروتکل استانداردهای زایمان طبیعی با روش کاهش درد
5. تدوین و چاپ کتاب های آمادگی برای زایمان برای مادران و پدران (آقاجانی و همکاران ۱۳۹۵)
6. راه اندازی ۸ مرکز درمانی منتخب به عنوان بیمارستان های دوستدار مادر
7. بازدید از مراکز آموزشی منتخب کشور برای اجرای برنامه آموزشی استان های منتخب برای اجرای برنامه ها عبارت بود از: دانشگاه علوم پزشکی تهران، ایران، شهید بهشتی، کرمانشاه، شیراز، کاشان، گلستان، تبریز، مشهد، قزوین
8. ارسال اعتبار به بیمارستان های منتخب برای بازسازی فضای فیزیکی و نصب و کار گذاشتن وان زایمان و خرید وسایل مورد نیاز مانند: وان زایمان و توپ زایمان و...
9. ارسال اعتبار برای خرید تخت زایمان پیشرفته به کل استان های کشور
10. برگزاری دوره های آموزش پروتکل های بیمارستان
11. برگزاری جلسات متعدد برای متخصص زنان و روسای دانشگاه برای آشنا شدن روش ها و مهارت های نوین مامایی

12. نشست مدیران گروه زنان و زایمان برای بررسی نظرات اصطلاحی ایشان در زمینه پروتکل بیمارستان‌های دوستدار مادر

13. سنجش اثربخش و کارایی و پرتکل‌های بالینی تدوین شده (قاضی جهانی، 2022)

لازم به ذکر است که با آغاز برنامه تدوین زایمان طبیعی از مجموعه برنامه‌های طرح تحویل نظام سلامت اجرایی جامعه و یکپارچه راهکارهای مذکور در دستور کار معاونت درمان وزارت مطبوع قرار گرفت.

### وضعیت جهانی شاخص سزارین:

بر اساس گزارش سازمان جهانی بهداشت (۲۰۱۰) کشورها از نظر میزان استفاده از روش سزارین به سه دسته تقسیم می‌شود:

۱- استفاده کمتر از حد استاندارد با شاخص سزارین کمتر از ۱۰ درصد در ۵۴ کشور

۲- استفاده مناسب از سزارین با شاخص سزارین ۱۰ تا ۱۵ درصد در ۱۴ کشور

۳- استفاده بیش از حد دست زاریان با شاخص سزارین بیش از ۱۵ درصد در ۶۹ کشور

1. در گزارش‌هایی که دیگر از این سازمان ۲۰۵ آمده است اگرچه عمل سزارین روش موثر برای نجات جان مادر یا نوزاد به شمار می‌رود ولی باید تنها در مواردی که اندیکاسیون پزشکی دارد مورد استفاده قرار می‌گیرد و خاطرنشان شده است که انجام سزارین به خصوص در مراکز غیر مجهز می‌توان منجر به بروز عوارض شدید و حتی مرگ شود. به علاوه شواهد جهانی حاکی از آن است که سزارین بالاتر از ۱۰ درصد با بهبود شاخص‌های سلامت مادر و نوزاد مرتبط نیست و این نکته مورد تاکید قرار گرفته است که هنوز تاثیر سزارین بر سایر پیامدهای سلامت مانند عوارض مادری و پری‌ناتال، سلامت کودکان، سلامت روانی و اجتماعی روشن نیست و تحقیقات بیشتری در این مورد مورد نیاز است. در گزارش سال ۲۰۱۰ سازمان جهانی بهداشت ایران با آمار سزارین ۲۴ درصد رتبه دوم سزارین در دنیا را به خود اختصاص داده بود جز آن دسته از کشورهایی که بیش از حد از روش زایمان به طریق سزارین استفاده می‌کند شناخته شده بود. (آقاجانی و همکاران 1395)

### اهداف اختصاصی برنامه ترویج زایمان طبیعی

2. کاهش میزان سزارین
3. افزایش رضایتمندی مادران
4. کاهش پرداخت از جیب مردم رایگان شدن زایمان طبیعی در بیمارستان‌های دولتی
5. افزایش انگیزه ارائه دهندگان خدمات جهت افزایش میزان زایمان طبیعی محورهای برنامه ترویج زایمان طبیعی
6. ارائه رایگان خدمات زایمان طبیعی در مراکز دولتی
7. توانمندی مادران باردار
8. توانمندی ارائه دندگان خدمات زایمانی
9. بهینه سازی و توسعه بلوک‌های زایمان مراکز دولتی
10. فراهم‌سازی امکان ارائه روش‌های کاهش درد زایمان طبیعی
11. ارائه کیفیت خدمات زایمان



12. فرهنگ سازی در زمینه زایمان طبیعی

13. ایجاد تسهیلات جهت عقد قرارداد با ارائه دهنده‌های خدمات بخش خصوصی به منظور برقراری امکان تداوم مراقبت

14. در نظر گرفتن میزان کاهش سزارین به عنوان یکی از معیارهای اعتبار بخشی بلوک زایمان و بیمارستان (آقاجانی و همکاران

(1395)

## نتیجه گیری

یکی از مواردی که در زندگی زناشویی مهم است مسئله بارداری و بچه دار شدن است، این دوران با وجود داشتن سختی برای مادر، یکی از لذت بخش ترین دوره برای مادر محبوب می شود. این دوران بسیار حساس و مهم است که در صورت سهل انگاری می تواند هم برای مادر و هم نوزاد خطر آفرین باشد. در دوران ۹ ماهه یا در شرایط خاص کمتر از این تایم باید مراقبت های لازم از مادر و جنین شود. یکی از چالش هایی که مادران همیشه با آن مواجه هستند مسئله روش به دنیا آوردن نوزاد است که معمولا به دو صورت طبیعی و سزارین است. هر دو روش دارای معایب و مزایایی می باشد که دکتر متناسب با نوع و وضعیت مادر روش مناسبی را انتخاب می کند که کمترین آسیب و خطر برای نوزاد و مادر وجود داشتن باشد. انقباض های رحم در حین زایمان مادر، نامرتب شدن ضربان قلب جنین، تحت فشار قرار گرفتن بند ناف نوزاد در حین زایمان (در این حالت ممکن است، ضربان قلب افت کند) و... که در متن مقاله آورده شد از معایب و عوارض زایمان طبیعی است. همانطور که گفته شد بزرگترین فایده زایمان طبیعی کاهش مرگ مادر است، زیرا جراحی سزارین مانند تمام جراحی ها به دلیل استفاده از مواد بیهوشی خطر ناشی از عوامل بیهوشی وجود دارد. همچنین در این نوع زایمان زمان بستری مادر و بازگشت به زندگی روزمره خیلی کوتاه تر از سزارین است. اگر مادر در ناحیه انتهایی واژن بخیه نداشته باشد یک یا دو ساعت بعد از زایمان می تواند بنشیند و در صورت داشتن بخیه در کمتر از ۶ ساعت با استفاده از مسکن می تواند راه برود و ... از مزایای زایمان طبیعی است که به طور کامل در متن مقاله اشاره شد. در مورد زایمان سزارین اختلالات خلقی مادر مثل افسردگی در این مادران بیشتر از مادرانی است که به صورت طبیعی زایمان داشته اند و احساس ترس و نگرانی از حاملگی بعدی در این مادران بیشتر از مادرانی است که به صورت طبیعی زایمان داشته اند همچنین داروهای بیهوشی باعث احساس خستگی، خواب آلودگی به صورت طولانی تری در مادران سزارینی شده و همچنین این داروهای بیهوشی طولانی مدت بر روی جنین نیز عوارض دارد. از جمله معایب زایمان به صورت سزارین است و با افزایش سن یا وزن مادر زایمان سزارین گزینه مناسب برای تولد فرزند می باشد. هنگام کوچک بودن لگن مادر از جمله مواردی است که زایمان به صورت سزارین انجام می شود. همچنین در مواردی که زایمان طبیعی برای مادر و جنین با خطر همراه است مانند نوزاد دارای مشکل خاصی باشد یا جفت یا بند ناف مشکل ساز باشد یا مادر ترس از زایمان طبیعی داشته باشد، زایمان سزارین گزینه مناسبی است زیرا به دلیل بیهوشی یا بی حسی که در طول زایمان استفاده می شود مادر ترس یا دردی را نسبت به زایمان احساس نمی کند. موارد گفته شده از جمله مزایای زایمان به صورت سزارین است. که پزشک متناسب با وضعیت مادر روش مناسبی برای زایمان انتخاب خواهد کرد که خطری جان مادر و نوزاد را تهدید نکند.



## منابع

1. آقاجانی، محمد، بابایی، فرح، اسلامبولچی، لیلا، مظاهری، زهره، جورشری، مریم، ترویج زایمان طبیعی، طرح تحول نظام سلامت، 1395
2. احمد ابادی، سهیلا، مزایای زایمان طبیعی، کمیته آموزشی بیمارستان حکیم
3. محمودی، نسترن، وکیلی، اقدس، سزارین یا زایمان طبیعی، بیمارستان حضرت امیرالمومنین، بهار 1397
4. محمدی، مرضیه، کرمانیان، مرضیه، فرگاهی، فهیمه، آشنایی با مزایا و معایب سزارین، مجله بهورز، سال سی و سوم، تابستان 1401
5. حاجی پور، معصومه، السادات شجاعی، مریم، نشاط، رامش، آشنایی با اهمیت زایمان طبیعی و عوارض سزارین، مجله ی بهورز سال بیست و نهم، تابستان 1398
6. قاضی جهانی، اسماعیلی ازاد، رامک، آریانا، رشیده، بارداری و زایمان ویلیامز، ویراست بیست و ششم 2022