

معلومات مهمة عن الولادة القيصرية

نأخذك وراء الكواليس لمعرفة بعض الأمور التي تخص الولادة القيصرية:
على الأرجح سوف ترتعشين:

إذا تم تبنيك من خلال العمود الفقري، ربما ستمضين بعض الوقت وأنت ترتعشين لا إرادياً في جميع أنحاء جسمك (على الرغم من أن بعض النساء يشعرن بتشنجات في رجليهن فقط). إنه إحساس غريب بالنسبة لبعض النساء كما هو اهتزاز غير طوعي، ولكنه لا شيء خطير، مجرد قشعريرة خفيفة وطبيعية جداً! ولكن لا تقلقي: إن الارتعاش سيزول بسرعة لأن البنج في العمود الفقري عادة يزول بعد بضع ساعات.

قد تشعري بالقليل من الشد:

الخبر السار هو أنك سوف تكوني مخدرة تماماً ابتداءً من البطن حتى أسفل الجسم أثناء الجراحة (ولبضع ساعات بعد ذلك)، لذلك عملية الولادة القيصرية لن تؤلمك أبداً. ولكن، بعض الأمهات يقلن أنهن يشعرن بالقليل من الشد والتجاذبات عندما يسحب الطفل من البطن (خصوصاً إذا كان الطفل جالس قرب القفص الصدري).

سوف تشعرين بالبرد القارس أثناء الولادة:

لقد سمعنا من العديد من الأمهات أنهن يشعرن بالبرد القارس أثناء العملية القيصرية، والكثير من النساء يلقين اللوم على درجات الحرارة المنخفضة في غرفة العمليات. ولكن في حين يتم الاحتفاظ على درجات حرارة منخفضة في الغرفة الجراحية (للحفاظ على التعقيم اللازم، منع تشكيل الرطوبة، ومكافحة الاستعمار الجرثومي)، الأطباء يرفعون درجات الحرارة في الغرفة القيصرية من أجل استقبال المولود الجديد!

سوف تتألّمي إن عطست أو سعلت:

ابقي جنبك وسادة صغيرة في جميع غرف المنزل وعندما تركبين في سيارة. عصابات البطن أو غيرها من الملابس الضاغطة يمكن أن تساعد أيضاً على دعم معدتك لأن الضغط على العضلات التي قد تم قطعها خلال العملية سيساعد على محاربة الألم الذي يأتي من تقلصات العضلات.

التمارين الرياضية يجب أن تكون مهمة:

عندما يزول البنج من العمود الفقري والحركة تعود إلى الأطراف السفلية، سينبغي عليك أن تتجولي! بالإضافة إلى ذلك، التمارين الرياضية ستعيد حركة أحشائك مرة أخرى وستساعد على تجنب ألم الغازات! كما أن التمارين تساعد على منع الجلطات الدموية.