



تعليمات الولادة القيصرية

من المقرر أن تخضعي لعملية ولادة قيصرية. هذه العملية الجراحية تهدف إلى توليد طفلك عبر إجراء قطع (شق جراحي) في أسفل البطن والرحم.

معلومات مهمة

- يتعين عليك الوصول إلى المستشفى قبل موعد العملية الجراحية المقرر لك بساعتين ونصف حتى تتمكن من تجهيزك. من المهم أن تصلي في الموعد المحدد.
تم تحديد موعد عملية ولادتك القيصرية في: _____
يتعين عليك الوصول بحلول الساعة: _____
- اتصلي بمقدم رعايتك الصحية أو بقسم المخاض والولادة (Labor and Delivery) على الرقم 380-283-7575 إذا كانت لديك أي أسئلة.

التحضير لعمليتك الجراحية

تجهيز جلدك

سيتم إعطاؤك صابونًا خاصًا يسمى جلوكونات الكلور هيكسيدين بنسبة 4% (Chlorhexidine Gluconate)، أو ما يعرف اختصارًا باسم (CHG)، لتنظيف جلدك قبل الخضوع للعملية الجراحية لتقليل احتمالية الإصابة بعدوى. سيقدّم لك مقدم رعايتك الصحية تعليمات حول كيفية استخدام صابون CHG. تحدثي إلى مقدم رعايتك الصحية إذا كانت لديك أي أسئلة بشأن تنظيف جلدك باستخدام صابون CHG.

تغييرات في الأدوية

- لقد أعطاك مقدم رعايتك تعليمات على النحو الموضح أدناه:
 - لا تبغري أدويةك.
 - تبغري ما يلي في أدويةك: _____

تغييرات في نظامك الغذائي

- لا تتناولي أي طعام صلب لمدة 8 ساعات قبل عمليتك الجراحية.
- يمكنك شرب السوائل الصافية حتى ساعتين قبل عمليتك الجراحية. يشمل ذلك الماء ومشروب Gatorade الصافي وعصير التفاح والقهوة السوداء (دون إضافة الحليب أو الكريمة).

ممارسة التمارين الرياضية لتحسين قوتك

إن التمتع بحالة بدنية جيدة يمكن أن يساعدك على التعافي من العملية الجراحية بصورة أسرع وبمشكلات أقل. احرصي على ممارسة التمارين الرياضية لمدة 30 دقيقة على الأقل في معظم أيام الأسبوع، ولكن تحدثي أولاً مع مقدم رعايتك الصحية بشأن أنواع التمارين الرياضية والأنشطة الآمنة لك.

توقفي عن استخدام التبغ

إن التدخين وغيره من أشكال استخدام التبغ خلال فترة الحمل يعرض صحة طفلك للخطر. ويبطئ التبغ أيضًا من تعافيك بعد العملية الجراحية ويجعلك أكثر عرضة للمشكلات الصحية.

- إذا كنت تدخينين أو تستخدمين منتجات تبغ أخرى، فيتعين عليك التوقف قبل 4 أسابيع من العملية الجراحية والاستمرار في ذلك لمدة تصل إلى 8 أسابيع بعدها لمساعدة جرحك على الالتئام. وإذا كنت بحاجة إلى مساعدة للإقلاع عن التدخين، فتحدثي إلى مقدم رعايتك.

توقفي عن شرب الكحوليات

لا توجد كمية آمنة من الكحوليات يمكن استهلاكها خلال فترة الحمل. فحتى الكميات الصغيرة يمكن أن تزيد من خطر حدوث العيوب الولادية ومشكلات التعلم وغيرها من المشكلات لطفلك.

- إذا كنتِ تشربين الكحوليات، فسيتعين عليكِ التوقف قبل 4 أسابيع من العملية الجراحية والاستمرار في ذلك لمدة تصل إلى 8 أسابيع بعدها لمساعدة جرحك على الالتئام. تحدثي مع مقدم رعايتك إذا كنتِ بحاجة إلى مساعدة للتوقف عن شرب الكحوليات.

إدارة الألم

قد تتلقين أدوية لتسكين الألم قبل الجراحة وفي أثناءها اعتمادًا على ما هو آمن لكِ ولطفلك. فيمكن لإدارة الألم أن تساعدك على التعافي بشكل أسرع والشعور بالألم أقل لاحقًا.

- سوف تتلقين أدويةً (تخدير في العمود الفقري أو فوق الجافية) لتخدير بطنك وساقيك. ويقوم طبيب (أخصائي تخدير) بحقنها في منطقة أسفل الظهر. لا يُستخدم التخدير العام، وهو ما يعني أنكِ ستكونين نائمة خلال الإجراء، إلا في حالات الطوارئ فقط.
- بعد الإجراء، ستتلقين أدويةً لتسكين الألم عبر الوريد (Intravenous Line, IV) خلال فترة تعافيك. ثم لاحقًا ستتلقين إلى تناول أدوية تسكين الألم الفموية، حسب الحاجة.
- يكون الألم في أشد حالاته في أول يومين إلى 3 أيام بعد الولادة، ثم يقل بعد ذلك. سيصف لكِ الطبيب دواءً لتسكين الألم للحفاظ على شعورك بالراحة خلال الأيام القليلة التالية، ولكن قد لا تشعرين بتسكين كامل للألم.
- تحدثي مع الممرضة بشأن الألم الذي تشعرين به. فالهدف من أدوية تسكين الألم هو طلبها قبل أن يصبح الألم شديدًا للغاية. فالألم الشديد قد يمنعك من التنفس بعمق والسعال والمشي، وهي أمور تساعد على تعافيك.

الغثيان

قد تشعرين بالغثيان في أثناء الجراحة أو بعدها. سيتم إعطاؤك أدوية للمساعدة في تخفيف هذا الشعور عبر IV أو عن طريق الفم، حسب الحاجة.

ما ينبغي إحضاره

- بطاقة هوية مصورة، بطاقة تأمين، ومبلغ المدفوعات المشتركة إذا لزم الأمر.
- قائمة بجميع أدويتك، بما في ذلك الأدوية الموصوفة والأدوية التي تُصرف دون وصفة طبية، وأي فيتامينات أو منتجات عشبية تتناولينها.
- قائمة بمسببات حساسية لديك.
- قائمة الحالات الطبية والعمليات الجراحية السابقة.
- نسخة من توجيهاتك الطبية المسبقة، مثل وصية معيشية أو توكيل رسمي للرعاية الصحية.
- حقيبة صغيرة تحتوي على أغراضك الأساسية. يمكن لمرافقك في أثناء المخاض إحضار أغراض مثل مقعد السيارة وملابس العودة إلى المنزل لكِ ولطفلك وأغراض أخرى لوحدة ما بعد الولادة (Postpartum Unit).

الرعاية قبل خضوعك للعملية الجراحية

- سيتم توصيلك بجهاز مراقبة الجنين لمراقبة معدل ضربات قلب طفلك قبل العملية الجراحية.
- ستركب الممرضة قثطرةً وريديةً (IV) لإمدادك بالسوائل اللازمة وستسحب عينة من دمك لإجراء اختبار دم. قد يستغرق الحصول على نتائج اختبار الدم ما يصل إلى ساعتين أو أكثر.
- لهذا السبب من المهم أن تصلِي إلى المستشفى قبل الموعد المحدد بساعتين ونصف.

- ستزيل الممرضة أي شعرٍ من بطنك، ثم ستغسل بطنكِ بقطعة قماشٍ ناعمةٍ تطهر (تزيل الجراثيم) جلدك.
- سيلتقي بكِ فريق التخدير للتحدث عن الإجراء وأفضل السبل لإدارة ألمكِ.
- عندما تصبحين جاهزةً للعملية الجراحية ويراجع الفريق الجراحي نتائج اختبار دمكِ، سنُنقلين إلى غرفة العمليات لتوليد طفلكِ.

خلال العملية الجراحية وبعدها

- قد تُجرى العملية الجراحية وأنتِ مستيقظة ولكن بطنكِ مخدرة. وهذا يتيح لكِ أن تكوني مستيقظة في أثناء ولادة طفلكِ. وفي حالات أقل شيوعاً، تحتاج السيدات إلى تخديرٍ عام. وهذا يعني أنكِ ستكونين نائمة خلال العملية الجراحية.
- يسمح لكِ بوجود شخصٍ داعمٍ واحد معكِ في غرفة العمليات. وسيساعد طاقم العمل الشخص الداعم في ارتداء الملابس اللازمة والدخول إلى غرفة العمليات.
- بمجرد انتهاء العملية الجراحية، ستقضين وقتاً في غرفة الإفاقة (Recovery Room) حيث ستتم مراقبة ضغط دمكِ ومعدل ضربات قلبكِ وتنفسكِ ودرجة حرارتكِ.
- إذا كان طفلكِ في حالة جيدة، فيمكنه البقاء معكِ لفترةٍ من الوقت. ثم سنُنقلين إلى غرفة ما بعد الولادة بعد انتهاء فترة إفاقتكِ.

الزوار

- يُسمح فقط للشخص الداعم في أثناء المخاض بالوجود في المناطق المخصصة لما قبل الجراحة أو المخصصة للجراحة. ويتعين على أفراد الأسرة الآخرين البقاء في مناطق الانتظار بالمستشفى.
- يسمح لزائر واحد فقط في المرة الواحدة برؤيتكِ في منطقة الإفاقة، ولكن يُسمح بعدد أكبر من الزوار بعد انتقالكِ إلى وحدة ما بعد الولادة.
- يسمح لزائر بالغ (أكبر من 18 عاماً) واحد فقط بالمبيت خلال فترة إقامتكِ في المستشفى.
- قد تتغير سياسات الزوار بناءً على احتياجات صحة وسلامة المريض.

الوصول إلى قسم المخاض والولادة

University Hospital

520 W. 10th Ave.

Columbus, OH 43210

يمكنك تخطيط لمساركِ إلى المستشفى عبر زيارة الرابط go.osu.edu/labor_delivery.

عند وصولكِ إلى المستشفى، سيكون لديكِ خيار صف السيارة مع خدمة صف السيارات عند مدخلنا الأمامي أو صفها بنفسكِ في موقف سيارات مركز Wexner Medical Center المجاور في 7/ 527 W. 10th Ave. Our main entrance is open 24 for drop-off or valet service and is the most convenient entrance for labor and delivery سيارات مركز Wexner Medical Center المجاور في 527 W. 10th Ave. مدخلنا الرئيسي مفتوح على مدار الساعة لخدمة التوصيل أو خدمة خدمة صف السيارات، وهو المدخل الأكثر ملاءمة للولادة. إذا اخترتِ صفّ سيارتكِ بنفسكِ في موقف السيارات المجاور، فاركني سيارتكِ في الطابق الرابع ثم ادخلي المستشفى عبر الجسر الموصل إلى ردهة المستشفى في الطابق الثاني. عند دخولكِ ردهة المستشفى في الطابق الأرضي أو في الطابق الثاني من موقف السيارات، سيوجهك أحد ممثلي المرضى إلى المصاعد المؤدية إلى قسم المخاض والولادة في الطابق 23.

هذه النشرة مخصصة لأغراض تثقيفية فقط. تحدثي إلى مقدم رعايتكِ الصحية إذا كانت لديكِ أي أسئلة حول رعايتكِ.

Cesarean Section Instructions



THE OHIO STATE
UNIVERSITY
WEXNER MEDICAL CENTER

You are scheduled to have a cesarean section, or C-section. This is a surgery to deliver your baby through a cut (incision), in your lower belly and uterus.

Important information

- You need to arrive at the hospital 2½ hours before your surgery time, so we can get you ready. It is important that you are on time.
Your C-section is scheduled at: _____
You need to arrive by: _____
- Call your healthcare provider or Labor and Delivery at 380-283-7575 if you have questions.

Preparing for your surgery

Getting Your Skin Ready

You will be given a special soap called 4% chlorhexidine gluconate, or CHG, to clean your skin before surgery to reduce the chance of infection. Your healthcare provider will give you instructions on how to use the CHG. Talk to your healthcare provider if you have any questions about cleaning your skin with CHG.

Changes to Medicines

- Your provider has instructed you as marked below:
 - Make no changes in your medicines.
 - Make these changes to your medicines: _____

Changes to Your Diet

- Do NOT eat any solid food for 8 hours before your surgery.**
- You can have clear liquids up to 2 hours before your surgery. This includes water, clear Gatorade, apple juice, and black coffee (NO milk or cream).

Exercise To Improve Your Strength

Being in good physical shape can help you recover from surgery quicker and with fewer problems. Aim to exercise at least 30 minutes on most days of the week, but first talk to your healthcare provider about the types of exercise and activity that are safe for you.

Stop Tobacco Use

Smoking and other tobacco use during pregnancy put your baby's health at risk. Tobacco also slows your recovery after surgery and puts you at risk for problems.

- If you do smoke or use other tobacco products, you need to **stop 4 weeks before and up to 8 weeks after surgery** to help your wound heal. If you need help to quit, talk to your provider.

Stop Alcohol Use

There is no safe amount of alcohol that can be used during pregnancy. Even small amounts can increase the risk of birth defects, learning problems, and other issues for your baby.

- If you drink alcohol, you will need to **stop 4 weeks before and up to 8 weeks after surgery** to help your wound heal. Talk to your provider if you need help to stop using alcohol.

Pain management

You may get medicine for pain before and during surgery, depending on what is safe for you and the baby. Managing your pain can help you heal sooner and feel less pain later.

- You will get medicine (spinal or epidural anesthesia) to numb your belly and legs. It is placed by a doctor (anesthesiologist) in the lower back. General anesthesia, which means you would be asleep during the procedure, is only used in an emergency.
- After the procedure, you will get pain medicine through your IV while you recover. Later you will switch to oral pain medicine, as needed.
- Pain is the most intense the first 2 to 3 days after delivery and then gets less. Your doctor will order pain medicine for you to keep you comfortable for the next few days, but you may not have total pain relief.
- Talk with your nurse about your pain. The goal of pain medicine is to ask for medicine before the pain becomes too strong. Intense pain may prevent you from breathing deeply, coughing and walking, which help with your recovery.

Nausea

You may have nausea during or after your surgery. You will be given medicines to help with this through your IV or by mouth, as needed.

What to bring

- Photo identification, insurance card, and co-payment, if needed.
- List of all medicines, including prescription and over the counter medicines, and any vitamin or herbal products you are taking.
- List of your allergies.
- List of medical conditions and previous surgeries.
- Copy of your advanced directive, such as a living will or power of attorney.
- Small bag with your essential items. Your labor partner may bring items such as the car seat, going home clothes for you and the baby, and other things for the Postpartum Unit.

Care before your surgery

- You will be placed on a fetal monitor to monitor your baby's heart rate before surgery.
- Your nurse will start an intravenous catheter (IV) for needed fluids and will draw your blood for a blood test. The blood test results can take up to 2 hours or more.
This is why it is important that you arrive at the hospital 2½ hours ahead of time.

- Your nurse will remove any hair from your belly, and then wash your belly with a soft cloth that disinfects (takes away germs) your skin.
- The anesthesia team will meet with you to talk about the procedure and how best to manage your pain.
- When you are ready for surgery and your surgical team has reviewed your blood test results, you will be moved into the operating room for your baby to be delivered.

During and after surgery

- The surgery may be done while you are awake but your belly is numb. This lets you be awake for the birth of your baby. Less often, women need general anesthesia. This means you are asleep during the surgery.
- You can have 1 support person in the operating room with you. Staff will assist your support person with putting on the needed clothing and with coming into the operating room.
- Once surgery is over, you will spend time in the recovery room where your blood pressure, heart rate, breathing, and temperature will be monitored.
- If your baby is doing well, he or she can stay with you for a period of time. You will then be moved to your postpartum room after your recovery period is over.

Visitors

- Only your labor support person may be in the pre-surgery or surgery areas. Other family members need to stay in the waiting areas of the hospital.
- Only 1 visitor at a time is allowed to see you in the recovery area, but more visitors are allowed after you are moved to the postpartum unit.
- Only 1 adult (over 18) visitor is allowed overnight during your hospital stay.
- Visitor policies may change based on patient health and safety needs.

Getting to Labor and Delivery

University Hospital

520 W. 10th Ave.
Columbus, OH 43210

You can plan your route to the hospital by visiting go.osu.edu/labor_delivery.

When you arrive at the hospital, you will have the option to valet park at our front entrance or self-park in the adjoining Wexner Medical Center Garage at 527 W. 10th Ave. Our main entrance is open 24/7 for drop-off or valet service and is the most convenient entrance for labor and delivery. If you choose to self-park in the adjoining parking garage, park on the fourth floor and enter the hospital by the bridge connector to the second-floor hospital lobby.

When you enter the hospital lobby at the ground level or on the second floor from the parking garage, a patient representative will direct you to the elevators to Labor and Delivery on floor 23.

This handout is for informational purposes only. Talk to your healthcare provider if you have any questions about your care.