



מאמר

שבוע 39 להריון

כאן תמצאי מידע על התפתחות העובר שלך ועל כל מה שעובר עליך בשבוע 39 להריון וגם טיפים לתזונה בהריון

נכתב בשיתוף עם: ד"ר זוהב אפרים מומחה לאולטרסאונד במיילדות וגינקולוגיה ופוריות

מה עובר עליך בשבוע 39 להריון?

רוב הנשים שמגיעות לחדר הלידה עוברות תהליך של לידה רגילה, אבל לעתים נוצר צורך לנתח כדי להוציא את התינוק.

ניתוח קיסרי:

אם הוחלט מראש שתלדי בניתוח קיסרי, בדרך כלל הוא ייערך בשבועות 38-39. לפני הניתוח תתבקשי לעבור הכנות לניתוח: להיות בצום, לתת דם לבדיקה כללית ולבנק הדם, יפתח וריד לעירוי ותצטרכי לחתום על טופס הסכמה לניתוח. בניתוח עצמו יבוצע בבטן וברחם חתך רוחבי ודרכו יוצא התינוק שלך. לאחר הוצאת התינוק תוצא גם השליה, וייתפרו הרקמות והרחם. לאחר הניתוח תועברי לחדר התאוששות וממנו למחלקת יולדות, שם תאושפזי למשך 4-5 ימים, ותהיי במעקב.

באילו מצבים מחליטים לבצע ניתוח קיסרי?

ניתוח חירום מתבצע כאשר היולדת מגיעה לחדר לידה ובמהלך הלידה מחליט הצוות הרפואי שיש להוציא את העובר במהירות, בשל מצוקה של היולדת, של העובר או של שניהם. אז מועברת היולדת לחדר ניתוח ושם מתבצע הניתוח הקיסרי. ניתוח קיסרי שתוכנן מראש מתבצע כאשר מדובר בעובר גדול מאוד או שהוא במצב רוחבי או מצב עכוז; כאשר מדובר באישה שכבר עברה שני ניתוחים קיסריים בעבר; במצב שבו האם סובלת ממחלה שמסכנת בלידה רגילה; אם קיים מוס ברחם; ובמצב של צניחת חבל הטבור. בנוסף, כיום הנטייה לאפשר ניתוח קיסרי על פי בקשת האשה בלבד ללא הוריה רפואית, כמעט ולא מתאפשרת ברוב בתי החולים, עקב הסיכון לסיבוכים הרחמיים/שיליתיים בהריונות העתידיים אשר עלולים לסכן את האם ועוברה. מי שרוצה ניתוח קיסרי אלקטיבי על פי רצונה עקב חרדות מתהליך הלידה הטבעית וחששות מהצירים הממושכים, מהבדיקות הרפואיות הפולשניות כדאי לה לברר באיזה בתי חולים הרופאים מאפשרים עדיין תהליך כזה אם בכלל.

ילדת בעבר בקיסרי? לא בהכרח תלדי כך גם הפעם

כאשר מדובר בלידה שלישית אחרי שני ניתוחים קיסריים תחויבי ללדת גם הפעם בניתוח. אולם, בלידה שנייה אחרי לידה אחת בניתוח, ייתכן מצב שבו גופך השתקם שיקום מלא ואת יכולה כעת ללדת בלידה טבעית. ישנם מצבים שבהם מחליטים הרופאים על התערבות מכשירנית שהיא אינה ניתוחית: לידה מכשירנית מתבצעת כאשר תהליך הלידה מסתבך מעט, והתינוק אינו יוצא. זה השלב שבו יכולים הרופאים להחליט על התערבות מכשירנית. ההחלטה במה להשתמש ☹️ ואקום

או מלקחיים² מתקבלת על פי מיומנויות הרופאים במרכז הרפואי, ולא דווקא בשל יתרונה של שיטה אחת על פני האחרת. בכל מקרה, אם הלידה המכשירנית לא מצליחה במהירות, תופנה היולדת לניתוח קיסרי, ולא יהיו ניסיונות רבים ונשנים.

לידת ואקום

בלידת ואקום משתמש הרופא במשאבה קטנה שממנה יוצא צינור גומי. באמצע הצינור ממוקמת ידית משיכה ובקצה הצינור יש גביע קטן מפלסטיק או ממתכת. את הגביע מצמידים לראש התינוק ובעזרתו נמשך העובר החוצה. ההצמדה לראש התינוק נעשית בעזרת הלחץ שנוצר במשאבה, והלחץ הזה מסייע ליולדת בעת הלחיצה שלה להוציא את התינוק.

לידת מלקחיים

המלקחיים הם שתי כפות מתכת מעוקמות וקהות. הם מוחדרים לנרתיק, כל כף מוצמדת לצד אחד בראש התינוק והן ננעלות מחוץ לנרתיק. ברגע שמגיע ציר, מופעל עליהם כוח והם מושכים את התינוק החוצה.

מה קורה לעובר?

הערכת המשקל המשוערת של העובר היא בסביבות 3.200 ק"ג. זה רק אומדן, והמשקל משתנה בין עוברים זכרים לעוברים ממין נקבה (זכרים גדולים יותר) ובהתאם לנתונים הגנטיים

תזונה מומלצת עבורך בשבוע זה

כדאי לאכול: ארוחה זוגית!

כשהצירים מתחילים, נשמע משוגע, אבל זה הזמן להזמין את בן/בת הזוג לארוחה חגיגית בבית. כדאי לך לאכול היטב כדי לספק לעצמך אנרגיה למרתון הלידה. גם אם ארזת פחמימות בשפע בתיק הלידה, לא בטוח שתאכלי אותם בבית החולים.² אכלי פחמימות מורכבות - לחם, פסטה, דגני בוקר מלאים - הן משחררות את הסוכר באופן איטי.

² שלבי מעט חלבון: גבינה, חלב או ביצים.

² הימנעי ממזונות שמנים כבדים ומטוגנים.

שתי משקה מרווה.

חזרה לעמוד קטגוריית שבועות הריון הראשי

לשבוע הריון קודם - שבוע 38

לשבוע ההריון הבא - שבוע 40