

# فاصله زمانی عمل سزارین تا بارداری بعدی

28 مرداد 1404

**از لحاظ پزشکی توصیه می‌شود که حداقل ۱۸ ماه پس از عمل سزارین تا بارداری بعدی صبر کنید.**

رعایت این فاصله زمانی حتی به زنانی که زایمان طبیعی داشته‌اند نیز توصیه می‌شود. این دوره به بدن فرصت التیام زخم‌های ناشی از زمان تولد را خواهد داد. هرچه زمان بیشتری برای بهبود به خود بدهید، بدن شما قوی‌تر و سالم‌تر خواهد بود. این مسئله بسیار مهم است، به خصوص اگر می‌خواهید نوزاد بعدی را طبیعی به دنیا آورید.

بارداری بعد از زایمان سزارین نیاز به طی یک دوره زمانی دارد. برخی از دلایلی که نیاز به طی شدن این دوره را نشان می‌دهد در زیر آمده است:

**نیاز بدن به بازسازی:** برای بسیاری از افراد، ۱۸ ماه صبر کردن، زمانی بسیار طولانی است. با این حال باید این حقیقت را بپذیرید که بدن شما مقدار زیادی از مواد مغذی را طی بارداری و زایمان از دست داده است و باید دوباره آنها را جایگزین کند. ممکن است مبتلا به کم‌خونی شوید، زیرا بیشتر آهن موجود در خون شما با جنین و جفت تقسیم شده است. علاوه بر این، ممکن است طی خونریزی‌های زایمان، بخش زیادی از آهن بدن خود را از دست بدهید. تحقیقات نشان می‌دهد که میزان خون از دست رفته در زنانی که عمل سزارین دارند بیشتر از زنانی است که به صورت طبیعی زایمان می‌کنند.

**پیشگیری از عوارض بارداری:** تحقیقات نشان می‌دهد زنانی که بلافاصله پس از زایمان باردار می‌شوند، بیشتر در معرض بروز عوارض بارداری هستند. این دسته از زنان ممکن است دچار پارگی رحم شوند و همچنین احتمال زایمان زودرس یا تولد نوزادانی با وزن پایین نیز در آنها بالاتر است.

**امکان برنامه‌ریزی مجدد:** با گذشت زمان مناسب از بارداری قبلی، فرصت کافی دارید تا قبل از بارداری مجدد به میزان لازم استراحت کنید. دوره درمان را به شکل کامل سپری کنید و کودک بعدی را در مناسب‌ترین زمان به دنیا بیاورید.

در صورتی که قبل از زمان توصیه‌شده باردار شده‌اید، چندان نگران نباشید. بیش تر کسانی که زودتر از موعد باردار می‌شوند، می‌توانند با بهره‌گیری از راهنمایی‌های لازم، خطر بروز مشکل‌ها را در زمان زایمان کاهش دهند، بنابراین اگر در اواخر دهه چهارم زندگی هستید، ممکن است مجبور باشید زودتر از موعد مقرر باردار شوید، زیرا با افزایش سن، خطرهای بارداری افزایش می‌یابد.

در واقع، در این حالت زودتر باردار شدن می‌تواند برای شما مفید باشد، زیرا خطر ابتلا به بیماری‌ها نیز با افزایش سن بیشتر می‌شود، بنابراین توصیه می‌شود در این مورد نظر پزشک خود را جویا شوید، زیرا زمان مناسب برای بارداری مجدد در افراد متفاوت است.