

# ПОСЛЕРОДОВЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ

**А.В. Сорокина**, канд. мед. наук  
Национальный медико-хирургический центр им. Н.И.Пирогова, поликлиника №1  
**E-mail:** anna\_sorokina77@mail.ru

**Приведены проявления послеродовых осложнений у женщин, рассмотрены отдельные случаи. Даются советы по преодолению послеродовой депрессии.**

**Ключевые слова:** послеродовые осложнения, проявления, способы реабилитации.

Послеродовые осложнения возникают практически у всех женщин и проявляются в той или иной степени. К ним можно отнести швы на промежности или после кесарева сечения, лактостаз (застой молока), мастит, геморрой и анальные трещины, запоры, послеродовую депрессию, эндометрит.

**Швы.** В процессе родов нередко возникают ситуации, когда необходимо наложить швы. Разрывы могут возникать как на шейке матки, так и во влагалище, на промежности. Восстановить их целостность необходимо для профилактики онкологических заболеваний шейки матки, проблем с опущением стенок влагалища и воспалительными заболеваниями.

В некоторых случаях возникает необходимость сделать разрез на промежности, что гораздо лучше, нежели разрывы. Ситуации, в которых необходимо сделать разрез: есть признаки угрозы разрыва промежности; женщине нельзя тужиться (проблемы со зрением и др.); тазовое предлежание плода; быстрые роды (чтобы снизить риск травм головки ребенка); преждевременные роды (та же причина).

Швы на промежность накладывают сразу после родов под местной или продолжающейся эпидуральной анестезией. В большинстве случаев используют рассасывающийся шовный материал, а если накладывают нерассасывающиеся швы (шелковые), то их снимают на 4–6-е сутки после родов.

После операции кесарева сечения накладывают или металлические скобки, которые снимают на 6-е сутки, или подкожный рассасывающийся шов. За швами на промежности необходимо ухаживать и дома: 2 нед нельзя сидеть на 2 ягодицах сразу, необходимо смазывать швы зеленкой и устраивать воздушные ванны (лежа на кровати, согнув ноги в коленях без нижнего белья, накрывшись простыней). Важно следить за стулом и не допускать запоров. Подмываться нужно часто, используя детское мыло. После операции кесарева сечения в течение 2–3 мес необходимо но-

сить бандаж и нельзя поднимать больше 3–4 кг, т.е. больше веса ребенка.

Если в области швов возникают болезненность, покраснение, появляются кровяные или гнойные выделения из раны, это говорит о нагноении швов или их расхождении. В этом случае немедленно надо обратиться к врачу! Доктор может назначить местное лечение – мазь Вишневского или синтомициновую эмульсию, которые способствуют очищению раны, а затем – левомиколь для заживления. В некоторых случаях может понадобиться наложение вторичных швов.

**Послеродовой мастит** или воспаление тканей молочной железы возникает вследствие недостаточного соблюдения личной гигиены, снижения иммунитета, наличия сопутствующих заболеваний (сахарный диабет, ожирение и др.), трещин сосков, неправильного сцеживания молока.

Возбудителем мастита чаще всего является золотистый стафилококк. Передача микроба происходит через предметы ухода, белье. Важная роль в развитии мастита принадлежит госпитальной инфекции.

Входными воротами для инфекции являются трещины соска, поэтому очень важно предупреждать их развитие и лечить уже возникшие трещины. Для их профилактики еще перед родами следует готовить грудь к кормлению – растирать соски влажным махровым полотенцем, а сразу после родов перед и после кормления смазывать соски кремом «Пурелан» (его не надо смывать перед кормлением) или собственным молоком. При образовании трещин наносят крем «Бепантен», который перед кормлением смывают.

В подавляющем большинстве случаев маститу предшествует лактостаз (застой молока). При наличии возбудителя инфекции молоко в молочных ходах сворачивается, наблюдается отек. В этом случае важно ограничивать объем потребляемой жидкости (до 800 мл в день) и обязательно сцеживать молоко, невзирая на боль! Хорошо помогают массаж груди струей теплой воды под душем и последующее сцеживание. Можно использовать молокоотсосы, но обязательно массировать грудь для лучшего опорожнения отдаленных долек груди. Полезно пригласить на дом специалиста по грудному вскармливанию, который покажет и расскажет, как правильно прикладывать ребенка к груди, как сцеживать молоко и пр.

Если лактостаз не устранен в течение 3–4 сут, возникает мастит. Температура тела повышается до 38–39°C, появляется озноб. Молочная железа увеличивается в объеме, краснеет. Сцеживание болезненное и не приносит облегчения. Различают 3 формы мастита – серозный, инфильтративный и гнойный. При гнойной форме уже применяют оперативное лечение, а при переходе серозной формы в инфильтративную рекомендуют подавление лактации специальными препаратами. Лечат мастит антибиотиками с учетом чувствительности бактерий, для чего производят посев молока. Раньше при лечении мастита ограничивали количество выпиваемой жидкости, что в настоящее время считается грубой ошибкой: для борьбы с интоксикацией необходимо за сутки выпивать до 2 л жидкости, и питание должно быть полноценным, направленным на повышение сопротивляемости организма.

**Послеродовой эндометрит (воспаление полости матки)** чаще всего встречается после кесарева сечения, ручного обследования послеродовой матки, ручного отделения плаценты, при безводном промежутке более 12 ч, у женщин, поступивших на роды с воспалительными заболеваниями половых путей, при значительном числе аборт в прошлом.

Пациентки жалуются на боли внизу живота, повышение температуры тела, длительные выделения из влагалища с неприятным запахом. В лечении используют антибиотики, промывание матки, удаление из полости матки избыточного содержимого. Для профилактики эндометрита женщинам из группы риска назначают антибиотики; перед родами также необходимо провести обследование и устранить инфекцию родовых путей.

**Геморрой и трещины.** Геморроидальные узлы (варикозно расширенные вены прямой кишки) появляются во время беременности, а после родов еще больше увеличиваются и причиняют боль. Часто им сопутствуют трещины заднего прохода. Уменьшает боль тщательная гигиена (прохладный душ после каждого акта дефекации), прикладывание сосуда со льдом к промежности, свечи «Натальсид».

Важно следить за стулом и не допускать запоров, включив в питание курагу, чернослив, минеральную воду, использовать слабительные глицериновые свечи.

**Послеродовая депрессия.** После родов многие женщины испытывают необъяснимую грусть. В американской литературе это состояние называют «бебиблюз», его испытывают до 85% всех родивших женщин. Возникает оно на 2–3-е сутки после родов и проявляется повышенной чувствительностью, тревожностью, плаксивостью, угнетенным настроением.

Этому есть физиологическое объяснение: во время беременности организм находился под защитой гормонов эстрогена и прогестерона, оказывающих успокаивающее действие. После родов количество гор-

монов уменьшается в 50 раз, что приводит к таким изменениям психики.

Однако неустойчивое настроение, раздражительность, растерянность могут сохраняться еще несколько месяцев. Этот период в жизни женщины называется «периодом материнской адаптации». В это время молодая мама учится всему, что сопутствует выполнению новой для нее роли. Папа, бабушки и дедушки также нередко вносят напряженность в ее психологическое самочувствие.

Чтобы помочь себе как можно быстрее пережить этот непростой период и свести на нет негативные эмоции, можно предпринять несколько шагов.

- одна из проблем молодых мам – дефицит общения; постарайтесь познакомиться на улице со своими «коллегами» – у вас будет много тем для разговоров, а также не забывайте про Интернет – обсуждая проблемы, вы поймете, что не одиноки;
- старайтесь оставаться привлекательной! Сделайте себе модную, но простую в укладке стрижку; приобретите удобную и красивую одежду для прогулок с ребенком;
- больше общайтесь с ребенком; разговаривая с малышом, даже если ему всего несколько дней, вы сами успокаиваетесь и приводите свою нервную систему в порядок;
- пусть вам помогут; не отказывайтесь от помощи в первое время после родов; всегда можно попросить сделать домашнюю работу или погулять со спящим малышом, пока вы отдыхаете.

Иногда, приблизительно в 10–15% случаев, у женщин развивается истинная послеродовая депрессия. Это заболевание может возникнуть не сразу, а в течение 1-го года после рождения ребенка.

Необходимо помнить, что послеродовую депрессию может лечить только врач-психиатр или психотерапевт, назначая антидепрессанты и психотерапию. Прием антидепрессантов можно совмещать с грудным вскармливанием. Эффект наступает на 2-й неделе приема; ни в коем случае нельзя отменять препараты самовольно – это может спровоцировать рецидив.

Важно помнить: депрессия не проходит сама, а приобретает хроническое течение. Послеродовая депрессия, как и любая депрессия, полностью излечима при соблюдении всех рекомендаций врача.

#### POSTPARTUM COMPLICATIONS

A.V. Sorokina, Cand. Med. Sci.

Polyclinic One, N.I. Pirogov National Medical and Surgical Center, Russian Agency for Health Care

**The manifestations of female postpartum complications are shown and their individual cases considered. Advice is given to cope with postpartum depression.**

*Key words:* postpartum complications, manifestations, modes of rehabilitation.