

# Mënyrat e mundshme të lindjes pasi keni kryer më parë një lindje cezariane

## Informacion për gratë

### Hyrje

Kjo fletëpalosje ofron informacion në lidhje me mënyrat e mundshme të lindjes në rast se më parë keni kryer një lindje cezariane. Në të gjitha rastet, një mjek ose mamia do t'ju shpjegojë mundësitë tuaja dhe do t'i përgjigjet çdo pyetje që mund të keni.

### Lindja juaj, zgjedhja juaj

Në rast se keni ndonjë pyetje apo shqetësim, ju lutemi flisni me mjekun ose maminë tuaj. Ne jemi këtu për t'ju mbështetur dhe për t'ju dhënë njohuri dhe informacion në mënyrë që të merrni një vendim dhe të bëni zgjedhjet më të mira për veten, foshnjën tuaj dhe familjen tuaj.

Për t'ju mbështetur në vendimmarrjen tuaj, ju mund të filloni duke na bërë tre pyetje:

- Cilat janë mënyrat e mundshme për mua?
- Cilat janë anët pozitive dhe negative të secilës prej mënyrave të mundshme për mua?
- Si mund të marr mbështetjen që të më ndihmojë të marr vendimin e duhur për veten time?

Në rast se keni pyetje të tjera, ju lutem mos hezitoni të na pyesni. Ju mund të gjeni të dhënat tona të kontaktit në fund të kësaj fletëpalosje ose ju lutemi referojuni numrave të telefonit që gjenden në dosjen tuaj të maternitetit.

## Mënyrat tuaja të mundshme të lindjes

### Çfarë është VBAC?

VBAC do të thotë "lindje vaginale pas lindjes cezariane". Ky është termi i përdorur kur një grua lind në mënyrë vaginale, pasi ka kryer një lindje cezariane në të kaluarën. Lindja vaginale përfshin lindjen e drejtpërdrejtë dhe lindjen e ndihmuar nga pinca ose nga gota e kivit/thithjes.

### Çfarë është ERCS?

ERCS do të thotë "prerje cezariane e përsëritur me zgjedhje" dhe i referohet një lindje të planifikuar me prerje cezariane pas një lindje cezariane të mëparshme.

Zakonisht ju do ta kryeni operacionin pas javës së 39-të të shtatzënisë. Kjo bëhet për shkak se foshnjat e lindura më herët se kjo periudhë me anë të lindjes cezariane, ka më shumë të ngjarë të kenë nevojë të shtrohen në një njësi të kujdesit të veçantë për foshnjat që kanë nevojë për ndihmë në lidhje me frymëmarrjen e tyre, prandaj duhet pritur deri pas javës së 39-të kur foshnja juaj të jetë më i përgatitur. .

## **Çfarë duhet të keni parasysh kur vendosni ndërmjet një lindjeje vaginale apo një lindjeje cezariane me zgjedhje**

Ju duhet të keni parasysh:

- arsyen pse lindja juaj e mëparshme ishte një lindje cezariane
- nëse keni pasur lindje vaginale të mëparshme.
- nëse ka pasur komplikime në atë kohë ose gjatë rikuperimit tuaj
- lloji i incizonit (prerjes) që është bërë në mitrën tuaj (barkun)
- si jeni ndjerë fizikisht dhe gjithashtu emocionalisht në lidhje me lindjen tuaj të mëparshme
- nëse shtatzënia juaj e tanishme ka qenë e drejtpërdrejtë ose nëse ka pasur ndonjë problem ose komplikim dhe sa foshnje të tjera shpresoni të keni në të ardhmen. Rreziqet rriten me çdo lindje cezariane, prandaj në rast se planifikoni të keni më shumë fëmijë është më mirë të përpigëni të shmangni një lindje cezariane tjetër nëse është e mundur. Kjo është diçka që ju mund ta diskutoni me maminë dhe/ose doktorin tuaj.
- pas më shumë se një lindje cezariane, duhet të keni një diskutim të hollësishëm me një obstetër me eksperiencë në lidhje me rreziqet e mundshme, përfitimet dhe gjasat tuaja për të pasur një lindje vaginale.

Për t'ju ndihmuar që të merrni një vendim, mamia do t'ju ftojë të merrni pjesë në klinikat për opsionet e lindjes nëse keni kërkuar të bëni ose keni pasur më parë një lindje cezariane.

Në rast se do ta lindni fëmijën tuaj në Royal Free Hospital, kjo do të bëhet në javën e 28-të dhe javën midis asaj të 34-të deri në të 36-tën. Në rast se do ta lindni fëmijën tuaj në Spitalin Barnet, kjo do të bëhet në javën e 28-të. Një takim shtesë mund të bëhet në javën e 40-41-të në rast se ju ka kaluar data e lindjes.

## **Lindje vaginale pas lindjes cezariane (VBAC)**

### **Cila është mundësia që unë të kem një lindje vaginale?**

Pas një lindjeje cezariane, rreth tre nga katër gra (75%) me një shtatzëni të drejtpërdrejtë që fillojnë lindjen në mënyrë natyrale kanë lindje vaginale.

Një sërë faktorësh mund të rrisin mundësitë që ju të keni një lindje vaginale, përfshirë:

- një lindje vaginale të mëparshme; në rast se keni pasur një lindje vaginale, ose para ose pas prerjes cezariane, rreth 8-9 gra nga 10 gra në të njëjtën gjendje, mund të kenë një lindje vaginale tjetër
- lindja juaj ka filluar natyrshëm
- indeksi i masës trupore (BMI) në kohën e rezervimit të lindjes është më pak se 30.

## **Cilat janë avantazhet e lindjes vaginale pas një lindje cezariane të mëparshme?**

- Një lindje vaginale pas një lindje cezariane të mëparshme ka më pak komplikime se një lindje cezariane e planifikuar.
- Ka më shumë të ngjarë të keni lindje vaginale të tjera.
- Rikuperimi juaj do të jetë më i shpejtë.
- Ju mund të qëndroni një kohë më të shkurtër në spital.
- Ka më shumë të ngjarë që të keni kontakt të menjëhershëm lëkurë me lëkurën me foshnjën tuaj dhe ta vendosni me sukses atë në gji.
- Ju do ta shmangni rrezikun e një operacioni.
- Foshnja juaj ka më pak gjasa të zhvillojë probleme me frymëmarrjen.

## **Cilat janë disavantazhet?**

Në përgjithësi, rreziqet serioze për ju dhe foshnjën tuaj janë të rralla për shumicën e grave, megjithatë ne kemi përshkruar më poshtë disa nga implikimet e mundshme që mund të ndodhin gjatë një lindje vaginale pas një lindje cezariane të mëparshme.

- Deri në dy nga pesë gra (40%) mund të kenë nevojë për një lindje vaginale të ndihmuar duke përdorur një kupë kivi/vakum ose pincë force.
- Afërsisht 1 në 4 gra (25%) që zgjedhin të kenë një lindje vaginale mund të duhet të kenë një lindje emergjente cezariane gjatë lindjes. Kjo është krahasuar me afërsisht 20% tek gratë që kanë fëmijën e tyre të parë, dhe 11% tek gratë që kanë një lindje vaginale të mëparshme. Një lindje emergjente me operacion cezarian paraqet më shumë rreziqe sesa një prerje cezariane e planifikuar. Arsytet më të zakonshme për një prerje cezariane urgjente janë ngadalësimi i lindjes tuaj dhe / ose nëse ekziston shqetësim për mirëqenien e foshnjës tuaj.
- Ju keni një shans pak më të lartë (2% kundrejt 1%) që të keni nevojë për një transfuzion gjaku krahasuar me gratë që zgjedhin një prerje cezariane të dytë.
- Ekziston një mundësi që shenja në mitrën tuaj nga lindja juaj cezariane e mëparshme të ndahet ose çahet. Ky është një komplikim shumë i rrallë dhe zakonisht ndodh në 1 rast nga 200 nëna që kanë patur një prerje cezariane të mëparshme. Ky rrezik rritet me dy deri në tre herë nëse lindja juaj induktohet ose nëse një nënë ka pasur më shumë se një lindje cezariane të mëparshme. Në rast se ekzistojnë shenja paralajmëruese të këtyre komplikimeve, fëmija juaj do të lindë me anë të lindjes cezariane urgjente. Sidoqoftë, në rrethana të rralla, kur ndodh çarja e mitrës, kjo mund të ketë ndikim serioz në shëndetin e nënës dhe foshnjës.
- Rreziku serioz për foshnjën tuaj siç është dëmtimi i trurit është më i lartë (8 në 10,000) me një lindje vaginale pas lindjes cezariane në krahasim me më pak se 1 në 10,000 me një lindje cezariane të planifikuar.
- Lindja vaginale e planifikuar pasi një lindje cezariane është e lidhur me rritjen e rrezikut të lindjes së foshnjës së vdekur pas 39 javësh (një shtesë prej 10 në 10,000). Shkalla e lindjes së foshnjës së vdekur është e njëjtë sikur të lindnit për herë të parë.

## **Kur nuk këshillohet lindja vaginale pas lindjes cezariane?**

Lindja vaginale është zakonisht një mundësi për shumicën e grave, por ajo nuk këshillohet kur:

- keni bërë tre ose më shumë lindje me anë të një lindje cezariane.

- mitra juaj ka pësuar këputje gjatë një lindje të mëparshme
- keni një prerje në mitrën tuaj që nga lindja cezariane e mëparshme që përfshin pjesën e sipërme të mitrës
- keni komplikime të tjera të shtatzënisë që kërkojnë një lindje cezariane të planifikuar.

## Lindje cezariane me zgjedhje

### Cilat janë avantazhet e zgjedhjes së lindjes cezariane?

- Ekziston një rrezik më i vogël i çarjes së mitrës (1 në 1000).
- Ajo shmang rreziqet e lindjes dhe rreziqet e rralla serioze për fëmijën tuaj zvogëlohen.
- Ju do të dini datën e lindjes së planifikuar. Megjithatë, 1 në 10 gra e fillojnë lindjen para datës që kanë zgjedhur për të lindur.

### Cilat janë disavantazhet?

- Shenjat e plagëve nga prerja cezariane e mëparshme mund ta bëjnë operacionin më të vështirë dhe mund të rezultojë në dëmtimin e zorrëve ose fshikëzës suaj. Kjo ndodh në më pak se 1% të lindjeve cezariane të përsëritura.
- Plaga juaj mund të infektohet dhe kjo e vështirëson shërimin.
- Ju mund të keni nevojë për transfuzion të gjakut.
- Ekziston një rrezik më i lartë që ju të zhvilloni një mpiksje gjaku në këmbë ose mushkëri.
- Periudha e rikuperimit mund të jetë më e gjatë dhe nuk do të jeni në gjendje të drejtoni makinën për rreth gjashtë javë pas operacionit.
- Ka më shumë të ngjarë të keni nevojë për një lindje të planifikuar cezariane në shtatzënitë e ardhshme. Kjo rrit mundësinë që placenta të rritet duke lënë shenjë. Kjo mund të rezultojë në gjakderdhje dhe mund të ketë nevojë për histerektomi.
- Lëkura e foshnjës suaj mund të pritët në kohën e lindjes me prerje cezariane. Kjo ndodh në 2 në çdo 100 foshnje të lindura me lindje cezariane. Kur bëhen prerje të tilla, zakonisht ato janë të vogla dhe zakonisht do të shërohen natyrshëm.
- Problemet e frymëmarrjes për foshnjën tuaj janë mjaft të zakonshme pas lindjes me operacion, por zakonisht zgjasin pak. Ndërmjet 4 dhe 5 në 100 foshnje të lindura me prerje cezariane të planifikuar ose pas 39 javësh kanë probleme me frymëmarrjen dhe mund të kenë nevojë për shtrim në njësinë e kujdesit të veçantë për foshnjat.

## Pyetjet që bëhen më shpesh

### A mund të lind në shtëpi pas një lindje të mëparshme me prerje cezariane?

Për shkak të rreziqeve të vogla, por reale që lidhen me një lindje vaginale pas prerjes cezariane, rekomandohet që të lindni në një njësi obstetrike ku ka qasje të menjëhershme ndaj kujdesit urgjent.

Në rast se dëshironi të lindni në shtëpi, ne do të organizojmë që ju ta diskutoni këtë mundësi me një mami konsulente dhe të mbështesim vendimin që merrni. Një mundësi

tjetër është lindja në një qendër lindje, ku mundësia e kujdesit urgjent është në dispozicion duke qenë një avantazh ndaj ambientit të shtëpisë.

## **Çfarë ndodh kur fillon lindja nëse jam duke planifikuar një lindje vaginale?**

Është e këshillueshme që të lindni në spital, por kjo është diçka që mund ta diskutoni me maminë ose mjekun tuaj para se të lindni.

Kontaktoni spitalin duke përdorur të dhënat e mëposhtme sapo të mendoni se ju kanë filluar dhimbjet e lindjes ose nëse ju kanë plasur ujërat. Sapo të filloni të keni kontraktime të rregullta, do t'ju këshillohet që rrahjet e zemrës së foshnjës suaj të monitorohen vazhdimisht gjatë lindjes. Ju mund të zgjidhni opsione të ndryshme për lehtësimin e dhimbjes.

## **Çfarë ndodh nëse unë kam planifikuar një lindje cezariane por më fillojnë dhimbjet e lindjes?**

Ju lutemi kontaktoni për këshillim spitalin ku do të lindni me anë të lindjes cezariane - të dhënat tona të kontaktit janë dhënë më poshtë. Në rast se lindja ka përparuar shumë, mund të jetë më e sigurt për ju dhe foshnjën tuaj që të keni një lindje vaginale, por në rast se është e nevojshme, gjithashtu ekziston mundësia e një prerje cezariane.

## **Na kontaktoni**

- Linja e Triazhit të Spitalit Barnet : 020 8216 4408
- Linja e Triazhit të Spitalit Royal Free : 020 7794 0500 linja e brendshme 36208

## **Informacione të mëtejshme**

- **AIMS - Shoqata për Përmirësimin e Shërbimeve të Maternitetit**  
[www.aims.org.uk/journal/item/vbac-in-birth-centres](http://www.aims.org.uk/journal/item/vbac-in-birth-centres)
- **Kolegji Mbretëror i Obstetërve dhe Gjinekologëve**  
Fletëpalosje për opsionet e lindjes pas lindjes me prerje cezariane të mëparshme  
[www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean](http://www.rcog.org.uk/en/patients/patient-leaflets/birth-after-previous-caesarean)
- **Faqja e internetit të Royal Free London**  
Për më tepër informacion rreth shërbimit të maternitetit në Royal Free London vizitoni faqen: [www.royalfree.nhs.uk/maternity](http://www.royalfree.nhs.uk/maternity)

## **Njohjet dhe Pranimet**

Përshtatur nga: Kolegji Mbretëror i Obstetërve dhe Gjinekologëve. Fletëpalosje mbi informacionin për pacientët "Opsionet e lindjes pas një lindje me prerje cezariane të mëparshme", Londër: RCOG; Korrik 2016, me lejen e Kolegjit Mbretëror të Obstetërve dhe Gjinekologëve.

## Komentet tuaja

Në rast se keni ndonjë koment mbi këtë fletëpalosje ose për një listë të referencave për të, ju lutem dërgoni email në adresën: [rf.communications@nhs.net](mailto:rf.communications@nhs.net)

## Formatet Alternative

Gjithashtu kjo fletëpalosje gjendet në shkronja të mëdha dhe disa gjuhë të tjera. Në rast se keni nevojë për këtë fletëpalosje në një format tjetër, ju lutemi flisni me një anëtar të personelit.

© Royal Free London NHS Foundation Trust

Shërbimi: Maternitet

Versioni numër: 1

Data e miratimit: Mars 2021

Data e rishikimit: Mars 2023

[www.royalfree.nhs.uk](http://www.royalfree.nhs.uk)

Royal Free London (Mar 2021) *Your birth options after a previous caesarean birth*. Version 1. London: RFL