

ميار حاملگي



پارستان شفا شہرستان سقر

۶

5

ویار صبحگاهی یا حالت تهوع صبحگاهی در زنان باردار:

تقریباً ۵۰٪ زنان باردار در سه ماهه اول بارداری از تهوع (و بعضی اوقات استفراغ) که اکثر اوقات صبحها اتفاق می افتد و با گذشت روز بهتر می شود رنج می برند، این حالت از هفته ۴ تا ۱۲ حاملگی به طور قابل ملاحظه ای دیده می شود و در صبح بیشترین شدت را دارد ولی در هر زمانی می تواند بروز کند.

علت بیماری صبحگاهی در دوران حاملگی دقیقاً مشخص نیست ولی

افزایش سریع هورمون جفتی در سه ماهه اول بارداری و افزایش استروژن و فشار روحی از علل احتمالی اند. تهوع خفیف و گهگاهی استفراغ که معمولاً در بیماری صبحگاهی وجود دارد تا زمانی که مادر خوب غذا می خورد و مقدار کافی مایعات می نوشد تهدیدی برای سلامت جنین نیست.

راههای کاهش تهوع و استفراغ در زنان باردار:

- ۱- خوردن غذاهای خشک و سبک
- ۲- پرهیز از مصرف غذاهای پر چرب و پر ادویه
- ۳- کم کردن میزان غذا در هر وعده و افزایش تعداد وعده های غذایی
- ۴- دوری از بوی غذای در حال طبخ
- ۵- حمایت روحی و روانی از طرف خانواده
- ۶- در موارد دیکه اقدامات فوق به کاهش تهوع کمکی نکرد آمپول vit B6 تجویز می شود استفاده از ویتامین ها توسط مادر قبل از شروع حاملگی نیز ممکن است باعث کاهش تهوع و استفراغ در دوران بارداری گردد.



ClipartOf.com/98701

همیشه مقداری شیرینی ساده یا نان کنار تخت زن باردار گذاشته شود تا در صورتیکه نیمه های شب دچار حالت تهوع شد از آن استفاده کند و این حالت بهتر شود.

اگر خانم باردار نتواند هیچ چیزی حتی مایعات را به مدت ۲۴ ساعت تحمل کند یا استفراغ مقاوم به درمان همراه با دهیدراتاسیون (کمبود آب بدن) و کتونوری (وجود کتون در ادرار) داشته باشد به این حالت هایپر امزیس

گراویداروم (Hyperemesis gravidarum)

در اطلاق میشود که بیمار هر چه سریعتر باید در بیمارستان بستری شود، مایعات وریدی تزریق شود، با تجویز داروهای ضد تهوع بیماری را کنترل و در صورت اختلال اسید و باز با تجویز الکترولیت بیماری را درمان کرد.

در صورت عدم درمان، این حالت می تواند منجر به از دست رفتن مزمن آب بدن، کاهش وزن، سوء تغذیه برای مادر و کودک شود.

