

آیا می دانید مراقبت پیش از بارداری چیست؟

مجموعه ای از بررسی ها و آزمایشات است که قبل از بارداری انجام می شود تا عوامل خطر موثر بر بارداری شناسایی گردد. طی این مراقبتها، سلامت جسمانی و روانی مادران آینده مورد ارزیابی قرار گرفته و آموزشهای لازم به خانواده ها ارائه می گردد همچنین راهکارهایی جهت حذف یا کاهش عوامل خطر پیشنهاد می شود.

چرا مراقبت های پیش از بارداری اهمیت دارد؟

مراقبت های قبل از بارداری یکی از عوامل مهم در حفظ سلامتی مادر و جنین است. بسیاری از عوارضی که بر سرانجام حاملگی موثرند قبل از حاملگی قابل تشخیص و درمان می باشند، اکثر زنان هنگامی متوجه حاملگی خود می شوند که از مرحله ساخت سیستم عصبی و قلبی - عروقی جنین ایشان گذشته است، به عبارتی دوران طلایی را جهت پیشگیری از برخی ناهنجاریها از دست داده اند.

عده ای از خانم ها در سنین بارداری از بیماریهای مزمن مختلف رنج می برند که خود بیماری یا داروهای مصرف شده طی بیماری می تواند اثرات نامطلوب روی بارداری آنها داشته باشد. رفتارهای پرخطر مانند سیگار کشیدن موجب کمبود وزن هنگام تولد می شود. حتی ابتلا به بیماریهای مقاربتی مانند ایدز و مصرف مواد مخدر نیز موجب ایجاد عوارض سوءحاملگی می گردد. تشخیص به موقع و درمان مناسب این شرایط پیش از وقوع بارداری باعث میگردد مادر دوران بارداری بی خطری را طی کند و نوزاد سالمی بدنيا آورد.

آیا می خواهید مادر شوید؟

آیا می خواهید نوزادی سالم به دنیا بیاورید؟

مراقبت های قبل از بارداری را نادیده نگیرید

در چه شرایطی مراقبت پیش از بارداری باید انجام شود؟

- ❖ زنانی که تمایل به باردار شدن دارند
- ❖ زنانیکه به قصد بارداری روش پیشگیری از بارداری خود را قطع کرده اند یا می خواهند قطع کنند
- ❖ زنانی که نتیجه تست حاملگی آنها منفی شده است
- ❖ زنانی که از هیچ روشی برای پیشگیری از بارداری استفاده نمی کنند
- ❖ زنانی که دارای بیماریهای زمینه ای و یا شرایط خاص موثر بر بارداری هستند

زنانی که از روش طبیعی جهت پیشگیری از بارداری استفاده می کنند بهتر است تحت مراقبت پیش از بارداری قرار گیرند

بیماری ها و شرایط تاثیرگذار بر بارداری و نیازمند توجه ویژه کدامند؟

- ✓ بیماری های قلبی، بیماری قند، فشار خون بالا
- ✓ کم خونی، تالاسمی مینور
- ✓ اختلالات روانی، صرع
- ✓ سل تحت درمان، بیماری تیروئید
- ✓ اضافه وزن و کمبود وزن، اختلالات تغذیه ای
- ✓ عفونت های علامت دار واژینال، تخمدان پلی کیستیک
- ✓ مصرف کنندگان الکل، دخانیات و مواد مخدر
- ✓ آرتریت روماتوئید، لوپوس

- ✓ سابقه سقط مکرر، مرده زایی، ناهنجاری جنینی، زایمان نوزاد کم وزن ونارس، زایمان زودرس یا دیررس و.....
- ✓ اختلال ژنتیکی در یکی از والدین یا بستگان درجه یک
- ✓ مشکلات دهان و دندان

نکات مهم پس از شناسایی بیماریها کدامند؟

اولین نکته

پس از شناسایی عارضه یا بیماری و تا زمانی که رفع یا کنترل نشده است باید به منظور جلوگیری از بروز حاملگی های پرخطر از یک روش مطمئن پیشگیری از بارداری استفاده شود.

دومین نکته

در صورتی که نتیجه بررسی های پیش از بارداری غیر طبیعی است یعنی عارضه یا بیماری وجود دارد باید تا زمان رفع و کنترل کامل آن پیگیریهای لازم جهت درمان بیماری توسط پزشک انجام گیرد.



مراقبت پیش از بارداری

فرصتی طلایی جهت شناسایی و مقابله با

عوامل خطر تهدید کننده

سلامت مادر و نوزاد



معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی البرز

➤ درخواست آزمایشات تکمیلی شامل:

○ آزمایش خون و ادرار جهت تشخیص کم خونی،

دیابت و عفونتهای ادراری

○ آزمایش هپاتیت، ایدز و سرخچه در صورت نیاز

➤ معرفی به رادیولوژی جهت انجام سونوگرافی

➤ انجام نمونه برداری تشخیصی سرطان دهانه رحم

➤ ارائه آموزش و توصیه های لازم شامل:

○ بهداشت فردی

○ بهداشت دهان و دندان

○ بهداشت روانی

○ بهداشت جنسی

○ رژیم غذایی مناسب و استفاده از اسید فولیک

○ زمان مناسب باردارشدن و قطع روش پیشگیری از

بارداری

➤ تجویز قرص اسید فولیک به مدت ۳ ماه از قبل از بارداری

➤ انجام واکسیناسیون (در صورت تزریق واکسن سرخچه باید

حداقل تا یک ماه از یک روش موثر پیشگیری از بارداری

استفاده کنید).

شما می توانید برای انجام مراقبت رایگان پیش از
 بارداری به مراکز بهداشتی و درمانی مراجعه
 نمایید.

زمان انجام مراقبت پیش از بارداری

بهتر است حداقل ۳ ماه قبل از بارداری انجام شود.

در صورت انجام یکبار مشاوره پیش از بارداری تا یکسال نیاز به تکرار نیست.

خدماتی که در مراقبت قبل از بارداری ارائه میگردد کدامند؟

➤ مصاحبه با شما و بررسی:

○ سابقه بیماریهای خاص و مشکلات ژنتیکی در

خود شما یا اقوام نزدیک شما

○ مصرف الکل، سیگار و مواد مخدر

○ مشکلات بارداری قبلی

○ رفتارهای پرخطر

➤ معاینات ضروری شامل:

○ معاینات دهان و دندان، تیروئید، قلب، ریه،

پستانها، شکم و اندامها

○ اندازه گیری فشارخون، نبض، وزن و قد

