

عوامل خطرناک در دوران بارداری

بارداری در سن بالای 35 سال

آیا می‌دانستید



عوامل زیادی در داشتن یک بارداری سالم نقش دارند که از سن مادر مهم‌تر هستند. مهم نیست شما چند سال دارید، روی تغذیه خوب، داشتن فعالیت بدنی و دریافت مراقبت بهداشتی مناسب تمرکز کنید.

اگر سن‌تان بالای 35 سال است و باردار هستید، ممکن است بعضی خطرات درباره شما افزایش پیدا کنند. از جمله مواردی مانند:

- تولد فرزندان با یک عارضه کروموزوم ژنتیکی مانند سندرم داون یا تریزومی 18
- عوارضی مانند دیابت یا فشار خون بالا
- تولد با عمل سزارین
- سقط جنین

شرایط ژنتیکی

آزمایش‌های غربالگری

تمام زنان، بدون در نظر گرفتن سن و سابقه خانوادگی، در معرض خطر تولد نوزادی با عارضه ژنتیکی مانند سندرم داون یا اسپینا بیفییدا قرار دارند. غربالگری ژنتیکی اختیاری پیش از زایمان می‌تواند به شما نشان بدهد آیا فرزندان در معرض خطر ابتلا به این عارضه‌ها قرار دارد یا خیر. غربالگری به منزله تشخیص دقیق بیماری نیست، اما می‌تواند به شما برای تصمیم‌گیری درباره انجام آزمایشات تشخیص بیماری، کمک کند.

چندین مورد آزمایش غربالگری وجود دارد، از جمله آزمایش‌های خونی مختلف و سونوگرافی. نوع غربالگری که شما می‌توانید انتخاب کنید به سوابق پزشکی و مدت زمان سپری شده از بارداری شما بستگی دارد. طرح خدمات پزشکی (MSP) هزینه بعضی از این آزمایش‌های غربالگری را پوشش می‌دهد؛ می‌توانید در کلینیک‌های خصوصی هزینه سایر موارد را پرداخت کنید.

اگر به غربالگری فکر می‌کنید، گزینه‌هایی را که در اختیار دارید در مراحل اولیه بارداری و سریع‌ترین زمان ممکن با پزشک یا ماما مطرح کنید.

آزمایش‌های تشخیص بیماری

اگر 40 سال یا بیشتر سن دارید، اگر نتایج غربالگری ژنتیکی پیش از زایمان درصد بالای احتمال ابتلا به بعضی عوارض خاص را نشان دادند، یا اگر سابقه خانوادگی ابتلا به بعضی عارضه‌های ژنتیکی خاص را دارید که امکان آزمایش آن‌ها وجود دارد، می‌توانید به انتخاب خود آزمایش‌های تشخیص بیماری را انجام بدهید. نتایج آزمایش‌های تشخیص بیماری، بر خلاف آزمایش‌های غربالگری، 100% دقیق هستند.

آمینوسنتز (از هفته 15 به بعد انجام می‌شود) آزمایشی است که در آن میزان بسیار کمی از مایع آمنیوتیک با استفاده از یک سوزن از شکم شما خارج می‌شود.

نمونه برداری از پرزهای جفتی (CVS) (بین هفته 11 و 13 انجام می‌شود) آزمایشی است که در آن مقدار کمی از بافت جفت جنینی از طریق واژن یا شکم خارج می‌شود.

آمینوسنتز و CVS هر دو با خطر بسیار کم سقط جنین همراه هستند.

تصمیم برای انجام غربالگری ژنتیکی و آزمایش‌های تشخیص بیماری به عهده شما است. به این مسئله توجه کنید که آیا لازم است مطمئن شوید فرزند شما به یک عارضه ژنتیکی مبتلا شده یا خیر و اگر این اطلاعات را به دست بیاورید، قرار است با آن دست به چه اقدامی بزنید. برای کسب اطلاعات بیشتر به bcprenatalscreening، bcwomens.ca و bcwomens.ca مراجعه کنید.

آموخته‌های کلیدی



آزمایش‌های غربالگری می‌توانند به شما نشان بدهند که آیا فرزند شما در معرض خطر ابتلا به یک عارضه ژنتیکی قرار دارد یا خیر.

داستان خانوادگی



وقتی متوجه شدیم آزمایش غربالگری ژنتیکی پیش از زایمان من غیرعادی بوده، خیلی ترسیدیم. بعد مشخص شد تاریخ‌های من اشتباه بودند و من در حقیقت در هفته 19 بارداری بودم، نه هفته 17 و این یعنی نتایج کاملاً عادی بودند. اما اون چند روز خیلی بهمون سخت گذشت.

عوارض پزشکی

دیابت بارداری را معمولاً می‌توان با یک رژیم دیابتی و فعالیت بدنی منظم کنترل کرد، اما ممکن است بعضی افراد به تزریق انسولین نیاز داشته باشند. این دیابت معمولاً پس از تولد نوزاد ناپدید می‌شود، اما می‌تواند خطر ابتلای شما به دیابت در آینده را افزایش بدهد.

واژنی در مقیاس کم در سه ماهه ابتدای بارداری معمولاً طبیعی است و مشکلی محسوب نمی‌شود. اما در سه ماهه دوم و سوم، خونریزی را باید کاملاً جدی گرفت. اگر در هر لحظه از بارداری خود دچار خونریزی شدید، بلافاصله با ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود تماس بگیرید.

جفت سر راهی عارضه‌ای است که در آن جفت روی همه یا قسمتی از دهانه رحم را می‌پوشاند. اگر در زمان تولد نوزاد به عارضه جفت سر راهی دچار شدید، باید عمل سزارین انجام بدهید.

به دنبال مراقبت باشید



در صورت مشاهده هر یک از موارد زیر، بلافاصله به ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود مراجعه کنید یا از طریق شماره 1-1-8 با HealthLink BC تماس بگیرید:

- با کسی تماس داشتید که مبتلا به سرخک آلمانی (سرخجه) بوده است
- یک راش غیرعادی
- خارش تمام بدن همراه یا بدون ادرار تیره رنگ، مدفوع کم‌رنگ یا پوست و یا چشمان زرد
- تشنگی ناگهانی و غیرعادی
- ضعف غیرطبیعی
- تب یا سرفه‌ای که بهتر نمی‌شود
- تهوع مکرری که اجازه نمی‌دهد مایعات بنوشید
- خونریزی واژن، همراه یا بدون درد، گرفتگی عضلات یا تب
- خارج شدن بافت از مسیر واژن
- سوزش در هنگام ادرار، تکرر ادرار یا ادراری که کدر، خونی یا بسیار بدبو است
- ترشحات واژنی بیش از حد عادی یا ترشحاتی که رنگ دارد، پر از کف است یا باعث خارش و ناراحتی می‌شود
- خروج ناگهانی یا چکه کردن آب از واژن که پس از رفتن به دستشویی ادامه پیدا می‌کند
- کاهش حرکت جنین در زمانی که معمولاً حرکت داشته است
- تیرگی یا تار شدن دید
- گریه مکرر یا احساس منفی درباره بارداری یا مراقبت از فرزندتان
- سردرد شدید
- متورم شدن پاها، دست‌ها و صورت
- علائم زایمان زودرس (به قسمت مشکلات ویژه تولد نوزاد مراجعه کنید)

سندرم هِلپ [HELLP] چیست؟

یک اختلال کبدی مرتبط با فشار خون که نادر اما بسیار خطرناک است. اگر در قسمت بالا سمت راست شکم خود احساس درد داشتید، به اورژانس مراجعه کنید.

وضعیت اورژانسی



اگر هر زمان در طول دوران بارداری به علائم زیر دچار شدید، فوراً به بیمارستان بروید یا با 1-1-9 تماس بگیرید:

- تاری دید یا سردردی که با خوردن قرص مسکن بهبود پیدا نمی‌کند و حتی بدتر از قبل می‌شود
- درد یا ناراحتی در ناحیه شکم، مخصوصاً قسمت بالا سمت راست شکم، یا مشاهده خون روی لباس زیر
- افزایش وزن 1 کیلوگرم (2 پوند) یا بیشتر در طول فاصله 24 ساعت
- تشنج

اگر بین هفته 20 و هفته 37 بارداری قرار دارید، در صورت بروز علائم زیر فوراً با 1-1-9 تماس بگیرید:

- خونریزی شدید واژن
- درد شدید در ناحیه شکم

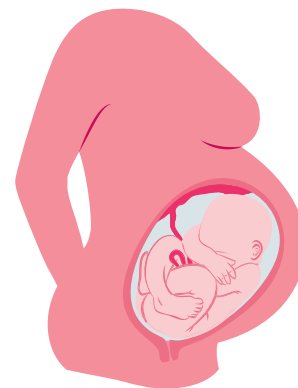
در صورتی که 24 هفته یا بیشتر از بارداری شما می‌گذرد اگر مایعات به صورت یک‌باره از واژن شما خارج شده یا ترشح پیدا کرده و شما فکر می‌کنید بند ناف در واژن شما یک برآمدگی ایجاد کرده است، با 1-1-9 تماس بگیرید. فوراً روی دست‌ها و زانوهای قرار بگیرید و باسن خود را در سطحی بالاتر از سرتان نگه دارید. با این کار باعث می‌شود تا زمانی که کمک از راه می‌رسد، فشار کمتری به بند ناف وارد شود.

فشار خون بالا روی 7 نفر در هر 100 مورد بارداری، تأثیر می‌گذارد. اگر دست‌ها و صورتتان به شکل ناگهانی و بسیار سریع متورم شده است، خیلی سریع وزن اضافه کردید، دچار سردرد، تاری دید شدید یا جلوی چشمتان لکه‌های یا نقاط روشنی می‌بینید و یا دل‌درد دارید، با پزشکتان تماس بگیرید یا از طریق شماره 1-1-8 به HealthLink BC زنگ بزنید.

پارگی پیش از موعد کیسه آب به معنای پاره شدن کیسه آب (ساک آمنیوتیک) پیش از شروع فرایند زایمان است. اگر کیسه آب شما پیش از موعد پاره شده است، به ارائه‌دهنده مراقبت بهداشتی خود تماس بگیرید. به رنگ و میزان مایعی که خارج می‌شود توجه کنید. پیش از ملاقات با دکتر به حمام نروید، رابطه جنسی نداشته باشید و از تامپون استفاده نکنید.

مشکلات مربوط به فاکتور Rh و گروه خونی در صورتی ممکن است رخ بدهند که شما Rh-منفی باشید و فرزندتان Rh-مثبت. اگر خون شما در طول دوران بارداری یا زمان تولد با هم ترکیب شود، احتمال دارد پادتن‌هایی شکل بگیرند که ممکن است به کودک بعدی آسیب بزنند. برای جلوگیری از بروز این اتفاق، در هفته 28، بعد از آمنیوسنتز، بعد از هرگونه خونریزی واژینال، سقط جنین یا اتمام بارداری و پس از تولد، یک تزریق گلوبولین ایمنی-Rh دریافت خواهید کرد.

وضعیت بریج به این معنی است که باسن و پاهای



فرزندتان - به جای سر - به سمت پایین قرار دارد. با نزدیک شدن تاریخ زایمان، ممکن است پزشکتان بتواند با حرکت دست روی شکم شما، کودک را بچرخاند. اگر این کار ممکن نبود، برای صحبت درباره موضوعات مربوط به زایمان بریج با یک متخصص ملاقات خواهید کرد و تصمیم می‌گیرید که آیا می‌خواهید زایمان طبیعی داشته باشید یا عمل سزارین.