



دانشگاه علوم پزشکی مشهد



بیمارستان تخصصی زنان ام البنین

تاریخ آخرین بازنگری بعدی:
404/8/23

تاریخ آخرین بازنگری: 400/8/12

تهوع بارداری



منبع: <https://medlineplus.gov2020>

بیمارستان ام البنین (س): نبش بهجت ۱۶
شماره تلفن بیمارستان: ۶۴-۳۲۳۱۰۶۱

۲- در صورتیکه نتوانید هیچ چیزی حتی مایعات را به مدت ۲۴ ساعت تحمل نمایید یا استفراغ مقاوم به درمان همراه با کم آبی بدن و نیز وجود کتون در آزمایش ادرار (نوع شدید تهوع بارداری)، نیاز به بستری مطرح خواهد بود.

مددجوی گرامی: جهت استفاده از کد فوق (QR) اینترنت تلفن همراه خود را فعال نموده و دوربین گوشی را بر روی تصویر فوق چند ثانیه نگه داشته و سپس برای دیدن محتوای آموزشی، پیام را تایید نمایید.



توصیه:

۱- همیشه مقداری شیرینی یا نان خشک کنار تخت خود داشته باشید تا در صورت احساس تهوع از آن استفاده نمایید.





در مواردی که اقدامات فوق به کاهش تهوع کمک نکرد آمپول ویتامین B6 (ب ۶) تجویز میشود.
در درجات متوسط تهوع پزشک داروهای ضد تهوع تجویز مینماید. مانند: متوکلوپرامید، اوندانسترون و ...
لازم به ذکر است تجویز دارو فقط با تشخیص پزشک صورت می گیرد. لطفاً از مصرف خودسرانه دارو خودداری نمایید.

در موارد شدید پزشک ناچار به بستری مادر میشود و این به این علت است که به علت تهوع و استفراغ شدید آب بدن مادر کم شده و ممکن عوارضی ایجاد نموده و برای جنین خطرناک باشد. که در این موارد تجویز مایعات وریدی و داروهای ضد تهوع نیاز پیدا میکند.

علل استفراغ های شدید حاملگی:

بالا بودن میزان سرمی هورمونهای مرتبط باحاملگی، پرکاری تیروئید، سابقه حاملگی مولی، دیابت، بیماریهای گوارشی، آسم و بعضی رژیمهای خاص غذایی محدودکننده.....

در تهوع خفیف صبحگاهی، تا زمانی که مادر رژیم غذایی مناسب همراه با مصرف مقدار کافی مایعات داشته باشد، تهدیدی برای سلامت جنین نخواهد بود.



راههای کاهش تهوع بارداری و استفراغ خفیف در بارداری:

درمان تغذیه ای:

- 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 - استفاده از زنجبیل به صورت عصاره یا چای زنجبیل

مادر عزیز:

در این برگه آموزشی سعی شده تا شما را با تهوع دوران بارداری که گاهی آن را با نام ویار حاملگی میشناسیم، آشنا کنیم.

تهوع صبحگاهی تقریباً در ۵۰٪ زنان باردار در سه ماهه اول ایجاد می شود. که در بعضی مواقع بصورت استفراغ بروز می نماید.

این حالت از بین هفته های ۲ تا ۱۲ بارداری شروع و تا حدود هفته ۱۱ پایان می یابد.

میزان بستری شدن بعلت استفراغ شدید حاملگی ۰.۵ تا ۰.۸ درصد گزارش شده و حدوداً ۲۵٪ از این افراد در حاملگی های بعدی نیز ممکن است به بستری نیاز پیدا کنند.

علل ایجاد تهوع بارداری:

علت ایجاد آن دقیقاً مشخص نیست، ولی افزایش ناگهانی هورمون جفتی در سه ماهه اول و افزایش (استروژن) هورمون زنانه و فشار روحی از علل احتمالی آن میباشند.

