

اگر خانم بارداری نتواند هیچ غذایی حتی مایعات را در معده برای ۲۴ ساعت نگه دارد، ممکن است به استفراغ بیش از حد در حاملگی مبتلا شده باشد؛ که درمان آن چندان ساده نیست. این عارضه هر چه سریع تر تشخیص و درمان شود احتمال بهبودش بیشتر است. این حالت ف بسیار متفاوت و جدی تر از حالت تهوع و گاهی استفراغ صبحگاهی معمول در خانم های حامله است، و ممکن است علاوه بر آن که موجب به خطر افتادن سلامت مادر شود، سلامت جنین را نیز تحت تاثیر خود قرار دهد.

علل بیماری:

علت اغلب ناشناخته است ولی میتوان به موارد زیر اشاره کرد.

التهاب لوزالمعده

بیماری مجاری صفراوی

حاملگی دوقلو یا بیشتر (به دلیل ترشح سطح بالای هورمون)

عوامل روانی مانند افسردگی یا پاسخ نامناسب و ناکافی به استرس

بیماری های تیروئید

عوامل تشدید کننده:

بارداری اول / حاملگی در سنین پایین / وزن بالای مادر / طلاق و استرس عاطفی / خانم ها با پوست روشن

علائم:

تهوع شدید

استفراغ پایدار که معمولا ۸-۴ هفته طول می کشد و ممکن است خونی نیز باشد.

کم آبی بدن

وزن نگرفتن، یا کاهش وزن به کمتر از قبل از بارداری

پوست رنگ پریده، خشک و گاهی زبر

تند شدن ضربان قلب

سردرد، گیجی، خواب آلودگی و بی حالی

تشخیص:

تشخیص از طریق بررسی نمونه خون ممکن است؛ که برای رد سایر بیماری های کبد، کلیه، لوزالمعده، روده و مجرای گوارش لازم می باشد.

درمان:

در موارد شدید احتمال بستری در بیمارستان جهت جبران مایعات و الکترولیت های از دست رفته ضروری می باشد و اگر مادر قادر به نوشیدن مایعات نباشد تزریق سرم ضروری است. گاهی تزریق ویتامین و داروهای ضد تهوع داخل رگ انجام می شود.

عوارض:

کم آبی شدید بدن

به ندرت رشد نامناسب جنین

چند توصیه به بیمار جهت کاهش تهوع و

استفراغ حاملگی:

هیچ دارویی را بدون مشورت با پزشک مصرف نکنید و از درمان خودسرانه و خانگی پرهیزید.

تغییر وضعیت ناگهانی ایجاد تهوع میکند. وضعیت خود را از نشسته به ایستاده و خوابیده، آهسته تغییر دهید.

در ساعات اولیه خارج شدن از بستر، از انجام حرکات شدید پرهیز کنید.



تهوع و استفراغ بارداری

کد شناسه: wd-pf-77



مشاور علمی: دکتر سمیه خانجانی فوق تخصص

پره ناتالوژی

واحد آموزش سلامت همگانی و بیماران مرکز

آموزشی درمانی شهید بهشتی اصفهان

بازنگری: زمستان ۱۴۰۰

اگر هیچ یک از راه های فوق موثر نبود، از پزشکتان بخواهید تا برایتان داروی ضد تهوع تجویز کند.

روزانه خود را وزن کنید و هر گونه تغییر غیر طبیعی را به پزشکتان گزارش دهید.

در صورت بروز علائم شدید و بدتر شدن علائم یا کاهش وزن به پزشک مراجعه کنید.

منبع: بروئر و سودارث ۲۰۲۰

راه های ارتباطی با ما:

سایت بیمارستان جهت www.beheshti.mui.ac.ir

دسترسی به منابع کامل آموزشی و اطلاعات به روز شده در خصوص خدمات ما

۰۳۱-۳۲۳۶۷۰۰۱ شماره بیمارستان و شماره گیری

داخلی ۲۳۵۴ واحد آموزش سلامت همگانی جهت دریافت

مشاوره تلفنی همه روزه به جز روزهای تعطیل

بلافاصله بعد از مصرف غذا مسواک نزنید زیرا تهوع را تحریک می کند.

از اضطراب و آشفتگی دوری کنید زیرا باعث اختلال دستگاه گوارش و در نتیجه تهوع میشود.

تماشای تلویزیون یا دیدار دوستان و بستگان راه خوبی برای مقابله با استرس و تهوع ناشی از آن است.

به محض احساس اولین نشانه های تهوع، دراز بکشید. بر روی گردن خود میتوانید حوله سرد بگذارید.

در صورت ادامه تهوع میتوان از کیف یخ یا حوله سرد روی ناحیه معده استفاده کرد.

مصرف زنجبیل، از شدت تهوع و دفعات استفراغ می کاهد.

استراحت کافی و چرت میان روز میتواند کمک کننده باشد.

ویتامین های تجویز شده را همراه غذا و یا درست قبل از خواب بخورید.

اگر آهن موجود در قرص های مصرفی تهوع شما را تشدید میکند؛ از پزشک بخواهید که آن را تعویض کند.

از پزشکتان در مورد مصرف ویتامین B6 سوال کنید.