



استفاده از ویتامین ها توسط مادر قبل از شروع حاملگی نیز ممکن است باعث کاهش تهوع و استفراغ در حاملگی شود .

همیشه مقداری شیرینی ساده یا نان کنار تخت زن باردار گذاشته شود تا در صورتی که 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 24 ساعت تحمل کند یا استفراغ مقاوم به درمان همراه با دهیدراتاسیون (کم شدن آب بدن) و

جفتی در سه ماهه اول بارداری و افزایش استروژن و فشار روحی از علل احتمالی اند .

تهوع خفیف و گهگاهی استفراغ که معمولا در بیماری صبحگاهی وجود دارد تا زمانی که مادر خوب غذا می خورد و مقدار کافی مایعات می نوشد تهدیدی برای سلامت جنین نیست .

راه های کاهش تهوع و استفراغ در زنان باردار :

- 1- خوردن غذاهای خشک و سبک
- 2- پرهیز از مصرف غذاهای پرچرب و پرادویه
- 3- کم کردن میزان غذا در هر وعده و افزایش تعداد وعده های غذایی
- 4- دوری از بوی غذای در حال طبخ
- 5- حمایت روحی و روانی از طرف خانواده
- 6- در مواردی که اقدامات فوق به کاهش تهوع کمکی نکرد آمپول ویتامین ب 6 تجویز می شود .

حالت تهوع صبحگاهی در زنان باردار:



تقریبا در 50 درصد زنان باردار در سه ماهه اول بارداری از تهوع (و بعضی اوقات استفراغ) که اکثر اوقات صبح ها اتفاق می افتد و با گذشت روز بهتر می شوند رنج می برند ، این حالت از هفته 4 تا 12 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 : علت بیماری صبح گاهی در دوران حاملگی دقیقا مشخص نیست ولی افزایش سریع هورمون

به نام خدا
دانشگاه علوم پزشکی هرمزگان
بیمارستان شهدا بندرلنگه

ویار حاملگی



بخش زنان
سال 1402



کتونوری (وجود کتون در ادرار) داشته باشد به این حالت هایپرآمزیس گراویداروم اطلاق می شود 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 کند .

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