



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی شهید بهشتی

معاونت امور بهداشتی



اهمیت مراقبت پیش از بارداری

گروه تخصصی جمعیت، خانواده و تغذیه

سال 1393

سلامتی شما و کودک دلبندتان آرزوی ماست

نکاتی در خصوص مشاوره
پیش از بارداری

✚ مشاوره پیش از بارداری یک ضرورت است.

✚ به محض احتمال بارداری به یکی از مراکز بهداشتی-درمانی و یا پزشک متخصص زنان مراجعه نمایید.

✚ اعتبار مشاوره پیش از بارداری به مدت یک سال بوده و در صورتی که بارداری در این مدت اتفاق نیافتد می بایست مراقبت پیش از بارداری مجدداً انجام پذیرد.

جهت کسب اطلاعات بیشتر می توانید به نزدیکترین مرکز بهداشتی درمانی مراجعه نموده و یا با شماره تلفن 66707315 تماس حاصل نمایید.

بیماری و مشکلاتی که در صورت عدم درمان اثر سوء بر بارداری خواهد داشت:

- اختلالات ژنتیکی و یاناهنجاری در هر یک از والدین
- نسبت خویشاوندی
- اضافه وزن و یا لاغری بیش از حد
- مصرف سیگار و دخانیات، الکل/اعتیاد به مواد مخدر/داروی مخدر
- مشکلات دهان و دندان
- (انجام خدمات دندانپزشکی در دوران بارداری با بسیاری مشکلات و خطرات همراه است پس بهتر این است که درمانهای لازم قبل از بارداری انجام شود.)
- شغل سخت و سنگین
- سن زیر 18 سال و بالای 35 سال
- فاصله بارداری تا زایمان قبلی کمتر از 3 سال
- بارداری پنجم و یا بالاتر
- سابقه همسرآزاری
- وجود بیماری های زمینه ای
- سابقه عارضه در بارداری و یا زایمان قبلی

کودکان ثمره های زندگی هستند، برای اینکه میوه های زندگی مان، سالم و شاداب باشند، باید قبل از اقدام به بارداری نکات مهمی را در نظر داشته باشیم تا کودکانی سالم و تندرست را به جامعه تحویل دهیم .

هدف انجام مراقبت پیش از بارداری

مادر گرمای با بررسی وضعیت سلامت خود و همسران و رفع مشکلات احتمالی حداقل از سه ماه قبل از بارداری با انجام آزمایشات و اقدامات توصیه شده در ذیل دوران بارداری و زایمان خود را با سلامت گذرانده و نوزادی سالم داشته باشید.

مراقبت پیش از بارداری در تمامی مراکز بهداشتی درمانی به صورت کاملا رایگان توسط پزشکان و ماماها انجام می شود.

آزمایشات و اقدامات پیش از بارداری

- تشکیل پرونده
- بررسی سوابق بیماریهای زمینه ای در فرد مراجعه کننده ،اعضاء درجه یک خانواده و نیز سوابق بارداری قبلی فرد
- انجام آزمایشات خون و ادرار
- ارایه آموزشهای لازم در زمینه بهداشت فردی و روان / بهداشت جنسی / بهداشت دهان و دندان / تغذیه و مکملهای غذایی مورد نیاز قبل از بارداری
- بررسی سوابق واکسیناسیون مادر و تکمیل آن در صورت لزوم (در صورت تزریق واکسن ویروس زنده سرخجه ،بارداری طی یک ماه پس از تزریق خطر ناک است).
- (بررسی سابقه تزریق واکسن کزاز بسیار با اهمیت میباشد)
- تجویز اسید فولیک (مصرف اسید فولیک از 3ماه قبل از بارداری از نقص سیستم ایمنی جنین جلوگیری میکند)

توجه:

بسیاری از بیماری ها و شرایط طبی نیاز به کنترل، تغییر دارو ،ارزیابی وضعیت و یا عوارض بیماری -پیش از بارداری دارد زیرا عدم توجه به آنها میزان مرگ و عوارض مادری/جنینی /نوزادی را افزایش میدهد.

لازم است تا زمانی که عارضه یا بیماری فرد رفع و یا کنترل نشده است،به منظور جلوگیری از بروز حاملگیهای پرخطر ،بارداری به تعویق افتد.

انجام مراقبت پیش از بارداری از خطرات

ذیل جلوگیری میکند:

- بارداری ناخواسته
- بارداری پرخطر
- زایمان زودرس
- مرگ جنین
- ناهنجاریهای جنین