

مقدمه

کمک به حفظ سلامتی مادران در دوران بارداری و زایمان یکی از اهداف مهم برنامه های بهداشتی بوده و اولین قدم در راه دستیابی به این هدف ارائه مراقبتهای پیش از بارداری به زنان خواهان بارداری می باشد.



مادر گرامی

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

مهمترین عواملی که مادران را در زمان پیش از بارداری در معرض خطر قرار می دهد عبارتند از:

- بیماریهای زمینه ای مادر از قبیل بیماری کلیوی ریوی ،صرع ،کم خونی و...
- وجود مشکل در بارداری قبلی از جمله سابقه سقط جنین ، مرگ جنین یا نوزاد
- ناهنجاری تاخیر رشد داخل رحمی
- خونریزی غیر طبیعی در بارداری یا حین زایمان ،زایمان زودرس
- سوء تغذیه
- سن زیر ۱۸سال وبالاتر ۳۵سال
- وضعیت اقتصادی واجتماعی پایین
- اعتیاد به سیگار و مواد مخدر
- مصرف برخی داروها مانند متی مازول ،ارگوتامین و...

اقدامات و آزمایشات پیش از بارداری

- تشکیل پرونده
- بررسی سوابق بیماریهای زمینه ای در فرد
- مراجعه کننده، اعضاء درجه یک خانواده و نیز سوابق بارداری قبلی فرد
- ارائه 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 خطرناک است).
- بررسی سابقه تزریق واکسن کزاز بسیار اهمیت دارد.
- تجویز قرص اسید فولیک (مصرف اسید فولیک از 3 ماه قبل از بارداری از نقص سیستم ایمنی جنین جلوگیری می کند.





دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی فارس

آشنایی با مراقبت های پیش از بارداری



گروه هدف: مادران سنین باروری

واحد سلامت خانواده و جمعیت

انجام مراقبت پیش از بارداری از خطرات ذیل

جلوگیری میکند :

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

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 بارداری، جنینی و نوزادی را افزایش میدهد .

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

مراقبتهای پیش از بارداری از طریق کلیه مراکز بهداشتی درمانی دولتی و مطب های خصوصی، توسط پزشکان و ماماها ارائه می شود و زنانی که تصمیم به بارداری جهت دریافت این مراقبت ها به واحدهای مذکور مراجعه نمایند.

بارداری بی خطر و موفق بیش از هر چیز، به تندرستی آمادگی جسمی و روانی مادر بستگی دارد.

در صورت داشتن هرگونه سوال به واحد سلامت خانواده و جمعیت مرکز بهداشت مراجعه یا با شماره تماس ۳۷۸۲۹۱۳۵ تماس حاصل نمایید.

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.