

استفراغ شدید حاملگی

❖ شرح بیماری

استفراغ شدید حاملگی عبارت است از تهوع و استفراغ شدید در یک خانم حامله، که باعث کم‌آبی بدن و تغییرات شدید در ترکیب شیمیایی بدن می‌شود. این حالت، متفاوت و بسیار جدی‌تر از حالت تهوع و گاهی استفراغ صبحگاهی معمول در خانم‌های حامله است.

❖ علایم شایع

- تهوع شدید
- کم‌آبی بدن
- استفراغ پایدار (معمولاً ۴-۸ هفته)، ابتدا حاوی مخاط، سپس صفرا، و نهایتاً خون
- وزن نگرفتن، یا کاهش وزن به زیر وزن قبل از حاملگی
- پوست رنگ پریده، مومی، خشک و گاهی زرد
- تند شدن ضربان قلب
- سردرد، گیجی یا خواب‌آلودگی و بی‌حالی

رایج‌ترین فرضیه‌ها عبارتند از:

۱. حاملگی دو قلو یا چند قلو، که باعث تولید مقادیر زیادی از هورمون گنادوتروپین جفتی می‌شود.
۲. التهاب لوزالعمده و بیماری تیروئید
۳. بیماری مجاری صفراوی
۴. عوامل روانی مثل افسردگی یا پاسخ نامناسب و ناکافی به استرس

❖ عوامل تشدید کننده بیماری

۱. حاملگی در سنین کم
۲. اولین حاملگی
۳. زیاد شدن وزن مادر
۴. طلاق، استرس عاطفی، خانم‌های با پوست روشن

❖ پیشگیری

۱. به هنگام حاملگی، هیچ دارویی را بدون مشورت با پزشک مصرف نکنید.
۲. در تمام مراحل حاملگی رژیم غذایی مناسب داشته باشید.

❖ عواقب مورد انتظار

معمولاً با گذشت زمان و درمان مناسب (جایگزین مایعات از دست رفته) خوب می‌شود.

❖ عوارض احتمالی

۱. کم‌آبی شدید بدن
۲. ندرتاً رشد نامناسب جنین یا پیامد نامناسب در جنین

❖ درمان

۱. بررسی‌های تشخیصی ممکن است برای رد سایر اختلالات کبد، کلیه، لوزالعمده، روده و مجرای گوارش انجام گیرند.
۲. در صورت بستری در بیمارستان یا درمان سرپایی، معمولاً مایعات والکترولیت‌های از دست رفته (مثل سدیم و پتاسیم) جبران خواهند شد.
۳. اگر خانم حامله تحمل نوشیدن مایعات را نداشته باشد، تزریق سرم ضروری خواهد بود.
۴. حتی‌المقدور استرس را کم کنید. روان‌درمانی غالباً برای غلبه بر مشکلات عاطفی مفید خواهد بود.
۵. روزانه خود را وزن کنید و هرگونه تغییر غیرطبیعی را به پزشک خود گزارش دهید.

❖ داروها

۱. سرم درمانی برای جایگزینی مایعات و الکترولیت‌های از دست رفته در صورتی که

باسمه تعالی

بیمارستان خاتم الانبیا خفر

استفراغ شدید حاملگی

تهیه کننده: خانم سلطانی

کارشناس مامایی

تأیید کننده: خانم موسوی

سوپروایزور آموزشی

گروه هدف: مادران باردار

تاریخ: تیرماه ۹۳

پر ادویه نخورید؛ این نوع غذاها باعث افزایش تهوع می‌شوند. مصرف محصولات، خصوصاً کره، شیر و پنیر را محدود کنید.

۳. پس از اتمام غذا، ۴۵ دقیقه بنشینید.

۴. اگر نیاز به سرم باشد، پس از مدتی می‌توان به ترتیب مایعات شفاف و رقیق، رژیم کامل مایعات، و سپس رژیم عادی در وعده‌های کوچک را امتحان کرد.

در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- اگر شما یا یکی از اعضای خانواده‌تان علائم استفراغ شدید حاملگی را دارید.
- اگر علی‌رغم درمان، تهوع، استفراغ یا کاهش وزن بدتر شوند.

این اختلال جدی باشد. امکان دارد تزریق ویتامین و داروهای ضد استفراغ داخل رگ ضروری باشد.

۲. اگر داروهای دیگری برای شما تجویز شوند، به دستورالعمل مصرف آنها توجه کنید.

۳. بدون نظر پزشک، هیچ دارویی را برای جلوگیری از استفراغ مصرف نکنید.

❖ فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری

۱. استراحت در رختخواب ممکن است برای بعضی از بیماران مفید باشد.
۲. پس از بهبودی، کارهای روزمره خود را تدریجاً و هر قدر که توانتان اجازه می‌دهد از سر بگیرید. به مقدار متوسط کار و ورزش کنید. به مقدار کافی استراحت کنید.

❖ رژیم غذایی

- اگر اختلال به حدی نرسیده باشد که نیاز به بستری شدن داشته باشید:
۱. اگر صبح‌ها احساس تهوع می‌کنید، قبل از برخاستن از رختخواب نان سوخاری یا شیرینی خشک بخورید.
 ۲. وعده‌های غذایی بهتر است کم حجم و تعدادشان زیادتر باشد. غذاهای سرخ کردنی یا