

بسمه تعالی
بیمارستان شهداء بناب

کاهش حرکات جنین

تهیه :
هائده بکران بهشت
کارشناس پرستاری (مترون - سوپروایزر آموزشی)
پروین شیری
کارشناس مامایی (مسئول درمانگاه مامائی)

منبع :
ویلیامز

تهیه: بهمن ۱۳۹۵
بازنگری: فروردین ۱۴۰۲



به امید بهتر سپری شدن
دوران بارداری

فواصل انجام نوار قلب :

هفته ای دوبار از هفته ۳۲ به بعد در مادرانی که موارد زیر را دارا میباشند :

❖ سابقه فشار خون بالا

❖ دوقلوئی

❖ کاهش مایع جنین

❖ تاخیر در رشد جنین

❖ خونریزی

❖ مادران دیابتیک

مادر عزیز در منزل مراحل زیر را به ترتیب

انجام دهید :

❖ یک ماده غذایی شیرین مصرف کنید .

❖ به پهلوی چپ دراز بکشید.

❖ حرکات جنین خود را کنترل کنید.

❖ در صورتی که به مدت ۲ ساعت هیچ حرکتی را

احساس نکردید حتما به پزشک مراجعه کنید.

مادر عزیز بارداریتان مبارک

مقدمه :

هر چند جنین از هفته ۷ یا ۸ شروع به تکان خوردن میکند و در سونوگرافی میتوان این مساله را مشاهده کرد اما حرکت جنین معمولا از هفته ۲۰ بارداری توسط مادر احساس می شود.

جنین نرمال دوره های خواب و بیداری ۴۵-۲۰ دقیقه ای دارد که طول این دوره ها با پیشرفت حاملگی افزایش میابد.

نکته :

❖ مادران لاغر حرکت جنین را راحتتر از مادران چاق احساس می کنند .

❖ مادرانی که قبلا تجربه بارداری داشتند زودتر از مادرانی که برای اولین بار تجربه می کنند حرکت جنین را احساس می کند .

باید حرکت هر جنین نسبت به خودش کنترل

شود.

مهم ترین راه ارزیابی سلامت جنین از هفته ۲۸ به بعد، درک حرکات جنین توسط مادر می باشد .

کاهش حرکات جنین از هفته ۲۴ بارداری به مادر آموزش داده می شود .

اگر مادری احساس میکند حرکات جنین کاهش یافته است پس از خوردن غذا باید به پهلوی چپ بخوابد و دست خود را روی شکم گذاشته در طول یک ساعت کامل حرکت جنین را شمارش کند اگر در این دوره حدود ۵ حرکت یا بیش تر احساس کردید نشانه سلامت جنین می باشد .

اما اگر در این دوره جنین حرکت نکرد یا کمتر از ۵ بار حرکت کرد سریعاً به پزشک مراجعه کنید .

اقداماتی که در بیمارستان انجام میشود :

❖ ابتدا قبل از هر کاری کادر بیمارستان را از کاهش حرکات جنین مطلع کنید.

❖ گوش کردن به صدای ضربان قلب جنین

❖ برداشتن نوار قلب جنین

❖ سونوگرافی

❖ تحت نظر نگهداشتن مادر و یافتن علت کاهش حرکات

❖ در صورت تداوم کاهش حرکات ، بستری کردن مادر

