

تقریباً 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 شود 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 برور کند.



علت بیماری صبحگاهی در دوران حاملگی دقیقاً مشخص نیست ولی افزایش سریع هورمون جفتی در سه ماهه اول بارداری و افزایش استروژن و فشار روحی از علل احتمالی هستند.

تهوع خفیف و گهگاهی استفراغ معمولاً 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:

- خوردن غذاهای خشک و سبک
- پرهیز از غذاهای پرچرب و پرادویه
- کم کردن میزان غذا در هر وعده غذایی و افزایش تعداد وعده های غذایی
- دوری از بوی غذای در حال طبخ

- حمایت روحی و روانی از طرف خانواده
- در مواردی که اقدامات فوق کاهش تهوع کمکی نکرد آمپول B6 تجویز می شود.





بیمارستان قائم (عج)
GHAEM HOSPITAL

حالت تهوع صبحگاهی

در زنان باردار



تهیه و تنظیم: بخش زایمان (نرگس)

منبع: بارداری زایمان ویلیامز 2014

بازنگری: تیر 1402

ارتقا سلامت بیمارستان قائم (عج)

پدر عزیز:

با حمایت عاطفی و جسمی از مادر باردار، او را در سپری کردن دوران حاملگی و زایمان یاری نمائید.



📍 رشت، بلوار شهید افتخاری

☎ ۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۱-۱۹

🏠 ۰۱۳۳۳۵۶۵۰۱۰

🌐 www.ghaem-hospital.ir

✉ info@ghaem-hospital.ir

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

اگر خانم باردار نتواند هیچ چیزی را به مدت 24 ساعت تحمل کند یا استفراغ مقاوم به درمان همراه با دهیدراتاسیون (کمبود آب بدن) و کتونوری (در آزمایش ادرار کتون باشد) داشته باشد به این حالت هایپرامزیس گراویداروم گفته می شود که بیمار هرچه سریع تر باید در بیمارستان بستری شود، با تجویز داروهای ضد تهوع بیماری را کنترل و در صورت اختلال اسید و باز با تجویز الکترولیت بیماری را درمان کرد. در صورت عدم درمان این حالت می تواند منجر به ار دست رفتن مزمن آب بدن، کاهش وزن سوء تغذیه برای مادر و کودک می شود.