

سقط جنین



شناسنامه پمفلت آموزشی کد	
عنوان	سقط جنین
تهیه کننده	صدیقه ضعیفی
تایید کننده	دکتر محسنیان
سال تهیه	۱۳۹۹
ناظر کیفی سوپر وایزر آموزش سلامت و نام متخصصین تایید کننده پمفلت درج شود.	

تهدید به سقط جنین چیست و تا چه اندازه خطرناک است؟

خونریزی واژینال در ۲۰ هفته اول بارداری می تواند نشانه ای از تهدید به سقط جنین باشد. بسیاری از زنانی که تهدید به سقط جنین را تجربه کرده اند، ممکن است بدون اینکه برایشان مشکلی به وجود آید، بتوانند به بارداری خود ادامه دهند. آن چه اهمیت دارد توجه به هر گونه علائم و نشانه تهدید به سقط جنین می باشد که معمولاً شامل خونریزی واژینال و درد شکم در بارداری به خصوص در نیمه اول حاملگی می باشد.

خونریزی واژینال در زنان باردار نسبتاً شایع است. حدود ۲۰ تا ۳۰ درصد از زنان در طول ۲۰ هفته اول بارداری خود خونریزی واژینال را تجربه می کنند و حدود ۵۰ درصد از این زنان، موفق به ادامه بارداری خود می شوند.

علت تهدید به سقط جنین هنوز به صورت دقیق شناخته نشده است. با این حال، احتمال تهدید به سقط جنین یا داشتن سقط مکرر در زنانی که سابقه ای از آن را داشته اند، بیشتر است.

علائم تهدید به سقط جنین: همان طور که گفته شد هر گونه خونریزی واژینال در طول ۲۰ هفته اول بارداری می تواند نشانه ای از تهدید به سقط جنین باشد که گاهی ممکن است با درد شکم در بارداری و یا کمر درد نیز همراه باشد. رایج ترین علائم تهدید به سقط جنین عبارتند از:

خونریزی واژینال خفیف و مختصر؛

داشتن درد شکم در بارداری که به صورت انقباضی می باشد (البته ممکن است در بسیاری از موارد تهدید به سقط جنین این علامت وجود نداشته باشد)؛

داشتن درد پشت در قسمت پایین (البته ممکن است در بسیاری از موارد تهدید به سقط جنین این علامت وجود نداشته باشد) درد ممکن است با فواصل زمانی منظم و یا به صورت مداوم باشد.

همچنین درد ممکن است مبهم و به صورت فشار لگنی و تندر نس رحم (درد در قسمتی از بدن به دنبال فشار دادن آن نقطه) باشد.

عدم باز شدن دهانه رحم.

عدم دفع محصولات حاملگی.

خونریزی واژینال ممکن است شدید باشد و تا چند روز یا چند هفته ادامه داشته باشد.

زنان در طول یک سقط جنین واقعی، اغلب یک درد مبهم یا تیز در شکم و کمر احساس می کنند و سپس یک بافت سفید رنگ همراه با لخته از واژن دفع خواهند کرد.

بنابراین در صورت مشاهده هر یک از علائم تهدید به سقط جنین، به خصوص خونریزی واژینال و درد شکم در بارداری باید سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

عوامل خطر تهدید به سقط جنین: با وجود نامشخص بودن علت واقعی تهدید به سقط جنین، ولی عوامل متعددی ممکن است فرد را در معرض خطر سقط جنین قرار دهند.

علل احتمالی سقط جنین عبارتند از:

به حداقل رساندن مصرف کافئین؛

اجتناب از مصرف غذاهای مضر در بارداری؛

اجتناب از قرار گرفتن در معرض مواد شیمیایی سمی؛

درمان سریع و به موقع عفونت ویروسی یا باکتریایی؛

مدیریت فشار خون بالا؛

مدیریت دیابت؛

مصرف ویتامین های دوران بارداری مانند اسید فولیک و آهن؛

داشتن ورزش، حداقل دو ساعت در هفته.

همچنین طی کردن یک بارداری سالم در گرو انجام مراقبت های جامع دوران بارداری است. دریافت مراقبت های دوران بارداری به موقع، این امکان را پزشک می دهد تا تشخیص و درمان هر گونه مشکلات بهداشتی بالقوه در اوایل حاملگی انجام شود. اقدامات درمانی و حمایتی به موقع از عوارض بعدی جلوگیری کرده و به حصول اطمینان از تولد یک نوزاد سالم کمک خواهد کرد.

موارد، پزشک ممکن است راه هایی را برای کاهش خطر بروز سقط جنین توصیه کند.

استراحت و پرهیز از رابطه جنسی تا زمان از بین رفتن کامل علائم، یکی از این راه کار هاست؛

در صورت وجود عوامل خطر دیگری چون دیابت یا کم کاری تیروئید، آغاز درمان در اسرع وقت بهترین راهکار است؛

استفاده از شیاف یا پروژسترون تزریقی یکی دیگر از راه های درمان تهدید به سقط جنین و حمایت از بارداری می باشد؛

همچنین ممکن است آمپول روگام در مادران Rh منفی برای پیشگیری از عوارض احتمالی، تزریق گردد؛

با وجود این که مادرانی که تهدید به سقط جنین را تجربه کرده اند، می توانند در آینده بارداری های طبیعی داشته باشند، ولی در مواردی که سابقه سقط مکرر وجود داشته باشد (دو یا سه سقط به صورت پشت سر هم)، باید حتماً بارداری زیر نظر پزشک صورت گیرد. برای برخی از زنان، تهدید به سقط یک تجربه بسیار استرس زا است و می تواند منجر به اضطراب و افسردگی مادر شود.

پیشگیری از تهدید به سقط جنین: اقدامات بسیاری در

پیشگیری از تهدید به سقط جنین، حمایت از بارداری و داشتن یک حاملگی سالم مؤثرند که به آن ها اشاره می کنیم:

پرهیز از مصرف الکل؛

پرهیز از مصرف سیگار و مواد مخدر؛

وجود اختلال کروموزومی در جنین؛

سن بیش از ۳۵ سال مادر؛

مصرف کافئین بیش از ۲۰۰ میلی گرم در روز؛

داشتن اضافه وزن مادر؛

استعمال مواد مخدر و سیگار توسط مادر؛

مصرف الکل در دوران بارداری؛

ضربه به شکم. (بیشتر در سه ماهه دوم)

علل احتمالی سقط جنین در هفته ۱۴ الی ۲۰ بارداری عبارتند از: دیابت کنترل نشده؛ فشار خون بالا، لوپوس؛

بیماری کلیوی؛ مشکلات تیروئید؛ عفونت باکتریایی یا ویروسی در دوران بارداری مسمومیت غذایی؛ قرار گرفتن در معرض داروهای خاص یا مواد شیمیایی؛ وجود مشکلات ساختاری و ناهنجاری های رحم؛ نارسایی دهانه رحم

سندروم تخمدان پلی کیستیک: در صورت داشتن اضافه وزن و ابتلا به دیابت یا مصرف داروهای خاص، برای کنترل بارداری خود باید تحت نظر پزشک قرار بگیرید. انجام این مراقبت ها، از جمله اقدامات لازم در تهدید به سقط جنین می باشد.

درمان تهدید به سقط جنین: در اغلب موارد نمی توان از تهدید به سقط یا سقط مکرر جلوگیری کرد. با این حال در برخی