

مراقبت‌های پیش از بارداری و نقش آن در سلامت مادر و نوزاد



مراقبت‌های پیش از بارداری و نقش آن در سلامت مادر و نوزاد

هرچند که بارداری و زایمان پدیده ای طبیعی و فیزیولوژیک بوده و اغلب اوقات بسلامتی و بدون هیچگونه عارضه ای به پایان می رسد ولی واقعیت این است که چنانچه این رویداد طبیعی با مشکلات روحی ، جسمی و یا بیماریهای مادر همراه گردد میتواند خطر آفرین شده و سلامت مادر و جنین را به مخاطره اندازد از این رو لازمست وضعیت سلامتی همه زنان از قبل از بارداری بررسی گردد .

بهترین و ساده ترین راه برای بررسی سلامتی در زنان خواهان بارداری ، استفاده از خدمات برنامه مراقبت‌های پیش از بارداری است . این برنامه شامل مجموعه ای از خدمات مشاوره ای و مراقبتی است که با انجام معاینات پزشکی و مامایی و آزمایشات خاص به بررسی وضعیت سلامت جسمی ، روانی ، رفتاری و اجتماعی زنان خواهان بارداری می پردازد و موجب میشود تا خطرات و مشکلات احتمالی موجود برای باردار شدن آنان به موقع شناسایی شده و اقدامات لازم جهت رفع و یا کنترل آنها به منظور بهبود شرایط مادر برای بارداری آینده صورت پذیرد .

بدیهی است بهبود شرایط مادر در زمان بارداری منجر به پیشگیری از انجام مداخلات پزشکی ناپهنگام و زودرس برای ختم بارداریهای پرخطر شده و بالطبع از تولد نوزادانی که بدلیل نارسایی و کم وزنی در معرض خطر مرگ و میر بیشتری قرار دارند ، پیشگیری خواهد شد .

از مهمترین عواملی که مادران را در زمان پیش از بارداری در معرض خطر قرار می دهد می توان به موارد زیر اشاره نمود :

✓ بیماریهای زمینه ای مادر اعم از بیماریهای قلبی عروقی و فشارخون بالا ، بیماریهای ریوی ، کلیوی ، صرع ، دیابت ، کم خونی و....

✓ وجود سابقه عارضه دربارداری های قبلی از جمله سابقه سقط جنین ، مرگ جنین و یا نوزاد ناهنجار و یا خونریزی غیر طبیعی درحین باراری و زایمان ، زایمان زودرس و...

✓ اعتیاد به سیگار و یا مواد مخدر

✓ وجود نمایه توده بدنی غیرطبیعی جاق و یا لاغر

✓ سن زیر ۱۸ سال و بالای ۳۵ سال

✓ مصرف برخی داروها نظیر داروی متی مازول که در پرکاری تیروئید تجویز میشود و....

در حال حاضر مراقبت‌های پیش از بارداری از طریق کلیه مراکز خدمات جامع سلامت شهری و روستایی و پایگاههای سلامت بطور رایگان به تمامی زنانیکه قصد بارداری دارند ارائه میگردد . برخی از مهمترین خدماتی که

در طی مراقبت‌های پیش از بارداری به زنان ارائه می شود عبارتند از :

۱. انجام خدمات مشاوره ای در خصوص انتخاب زمان مناسب بارداری و پیشگیری از بارداری های در معرض خطر (نظیر بارداری در سنین پرخطر ، بارداری با فاصله کمتر از دو سال ، بارداری های مکرر...)
۲. بررسی بارداری های ناموفق و جلوگیری از تکرار آنها
۳. انجام معاینات بالینی ودر خواست آزمایشات لازم جهت بررسی وضعیت سلامتی
۴. شناسایی بیماریهای احتمالی که تاکنون شناسایی نشده اند و کنترل و درمان مناسب آنها یه منظور جلوگیری از تشدید شدن آنها در طی بارداری
۵. بررسی داروهای مصرفی و قطع و یا تعویض داروهای مضر برای سلامت و زشد جنین
۶. ارجاع زنان به مراکز مشاوره ژنتیک در ازدواجهای فامیلی و یا در موارد وجود سابقه بیماریهای ژنتیکی در خانواده ها به منظور پیشگیری از تولد نوزادان مبتلا به ناهنجاری های ژنتیکی
۷. ارائه توصیه ها و مشاوره های تغذیه ای لازم به زنان لاغر و یا دارای اضافه وزن ویا چاق برای متعادل نمودن وزن قبل از باردارشدن
۸. انجام غربالگری سلامت روان وارجاع زنان نیازمند مشاوره به سطوح روانشناسی و یا روانپزشکی با توجه به نتایج غربالگری انجام شده
۹. بررسی وضعیت ایمنی بر علیه بیماریهای واگیردار نظیر کزاز، سرخجه، هپاتیت B وانجام واکسیانسیون در صورت نیاز
۱۰. توصیه به مصرف روزانه يك عدد قرص اسید فوليك حداقل از سه ماه قبل از بارداری به منظور پیشگیری از بروز ناهنجاریهای شایع دستگاه عصبی در جنین
۱۱. کمک به مادران سیگاری یا معتاد برای ترک اعتیاد و معرفی آنان به مراکز مشاوره زنان
بنابراین لازم است کلیه زنانی که قصد بارداری دارند حداقل از چند ماه قبل از باردار شدن جهت بررسی وضعیت سلامتی و دریافت مراقبتهای پیش از بارداری به پزشك یا ماما مراجعه نمایند. مدت اعتبار مراقبت های پیش از بارداری تا یکسال می باشد و چنانچه خانمی به هر دلیل در طی این مدت باردار نشود بایستی مجدداً جهت دریافت این مراقبتهای اقدام نماید.