

# مهم‌ترین مشکلات مربوط به بارداری در سنین بالا

بسیاری از خانم‌ها به دلایل مختلف از قبیل ازدواج در سنین بالا، برخی مشکلات اقتصادی، ادامه تحصیل و ناباروری، در سنین بالاتر باردار می‌شوند. به طور کلی حاملگی بعد از سن 35 سالگی را [حاملگی پرخطر](#) می‌گویند، زیرا در این سنین، خطرات و عوارض بارداری، ناهنجاری‌ها، مرگ و میر مادر و جنین افزایش می‌یابد. احتمال ناباروری نیز در میان زنانی که در سنین بالاتر هستند، [بیشتر](#) است. سن مناسب بارداری بر سلامتی مادر و جنین تأثیر می‌گذارد. بسیاری از پزشکان سن مناسب را بین 20-35 سالگی می‌دانند. هر چند که مشکلات بارداری در سنین بالای 35 سال، با پیشرفت‌های علمی و پزشکی بسیار کمتر از قبل شده است، اما هنوز هم خطرات زیادی در این رابطه مادر و جنین را تهدید می‌کند.

## مهم‌ترین مشکلات

سکینه رباط سرپوش گفت: از مهم‌ترین مشکلات مربوط به بارداری در سنین بالا می‌توان به موارد زیر [اشاره](#) کرد:

ناهنجاری‌های کروموزومی، فشار خون بالا، دیابت، افزایش احتمال سقط جنین، احتمال بیماری‌های عفونی در مادر، احتمال تولد زود هنگام نوزاد، نیاز به مراقبت‌های خاص پزشکی در دوران بارداری

## ناهنجاری‌های کروموزومی

وقتی که سن بارداری افزایش می‌یابد، احتمال آنکه نوزاد با یک نقص مادرزادی به دنیا بیاید، [بیشتر](#) است و این احتمال در سنین بالای 40 سالگی افزایش می‌یابد. یکی از مهم‌ترین این ناهنجاری‌ها سندرم داون می‌باشد. مادرانی که در سنین 35-39 سالگی باردار می‌شوند، احتمال بروز سندرم داون و سایر مشکلات کروموزومی و نارسایی‌های ژنتیکی در نوزادشان دو در هزار است. این رقم در مادران 40-44 ساله به چهار در هزار و در سنین بالای 45 سالگی به چهارده به هزار می‌رسد. اگر در سنین بالای 40 سالگی قصد بارداری دارید، باید کاملاً تحت مراقبت‌های خاص باشید و حتماً آزمایش‌های ژنتیکی را انجام دهید تا در صورت وجود هرگونه نارسایی ژنتیکی اقدام به سقط کنید. اختلالات کروموزومی شایع‌ترین علت سقط

## فشار خون بالا

از جمله اختلالات شایع دوران بارداری، به‌خصوص بارداری در سنین بالا، ابتلا به فشار خون بارداری و علت آن اختلال در عملکرد سیستم بدن است. فشار خون بالا می‌تواند در خونرسانی به جفت اختلال ایجاد کند و در نتیجه اکسیژن کافی به جنین نرسد و در رشد جنین اختلال به وجود آید. این عوامل سبب زایمان زودرس و مرگ جنین در داخل رحم می‌شود. افزایش فشار خون در دوران بارداری خطر ابتلا به بیماری‌های قلبی را افزایش می‌دهد. این دسته از مادران **بیشتر** در معرض بیماری‌های قلبی هستند؛ لذا باید مرتباً فشار خون‌شان کنترل شود. فشار خون زنان باردار در هر سنی نباید از 14 بالاتر برود. افزایش فشار خون با علائمی مثل خستگی زیاد، تنگی نفس، سردرد، قرمزی پوست، حالت تهوع و استفراغ، زودرنجی و تحریک‌پذیری، تورم دست و پا و برخی علائم دیگر بروز می‌کند. پاره شدن عروق مغزی و حتی تشنج در اثر فشار خون بالا نیز ممکن است رخ دهد.

## دیابت

انسولین نوعی ماده شیمیایی است که به بدن کمک می‌کند قند یا گلوکز را هضم کند و اگر بدن قادر به تولید انسولین نباشد، فرد به دیابت دچار می‌شود؛ یعنی قند یا گلوکز در خون انباشته شده و به ارگان‌های داخلی بدن، چشم‌ها، سیستم عصبی و رگ‌های خونی آسیب می‌رساند. دیابت بارداری در طول **دوران بارداری** ایجاد می‌شود و معمولاً شکل متوسطی از دیابت است؛ اما این افزایش نسبی و معمولی قند خون نیز می‌تواند به جنین آسیبی زیادی برساند. دیابت بارداری باعث سنگین شدن بیش از حد جنین و به تبع آن مشکلات مربوط به زایمان و نیاز به زایمان سزارین می‌شود.

نوزاد نیز معمولاً پس از تولد مشکلاتی همچون هایپو گلیسمی (قندخون پایین) و زردی یا یرقان خواهد داشت. بارداری در سنین بالای 35 سالگی، خطر دیابت بارداری را دو برابر می‌کند؛ یعنی از هر 100 زن باردار بالای 35 سال، 3-5 نفر به دیابت بارداری مبتلا می‌شوند. رشد میزان دیابت بارداری از سال 1991-2001، در میان خانم‌ها، 61 درصد بوده است و این آمار بسیار خطرناک است. دیابت بارداری را باید از طریق رژیم غذایی و ورزش کنترل و هر روز قندخون را آزمایش کرد. کسانی که دیابت بارداری را تجربه می‌کنند،

50- 60 درصد بیشتر از سائیرین در سنین بالاتر دچار دیابت نوع 2 میشوند. افراد چاق بیشتر در معرض دیابت بارداری قرار دارند.

### خطر سقط جنین

احتمال سقط جنین در حاملگی‌های بالای 35 سال، بسیار بیشتر است و دیابت، فشار خون بالا و قرار گرفتن جفت در پایین رحم، باعث افزایش این احتمال میشوند. از هر 10 زن باردار در سن 35 سالگی، 1 نفر دچار سقط جنین میشود و از هر 5 زن در سن 40 سالگی، 1 مورد سقط جنین میکند. همچنان که سن افزایش می‌یابد، تخمدان‌ها پیرتر میشوند و تخمک‌ها آمادگی کمتری برای باروری خواهند داشت؛ به همین دلیل برخی مشکلات و اختلالات ایجاد میشود. در سنین کمتر از 30 سالگی، بدن از نظر فیزیکی آمادگی بیشتری دارد.

در مورد مشکلات مربوط به بارداری در سنین بالا شاید مطالب زیادی شنیده باشید؛ اما یکی از نکات مهم دیگر این است که در سنین پایین‌تر معمولاً مادر فشار فیزیکی را راحت‌تر تحمل میکند. یک زن 25 ساله از نظر شرایط جسمی و همچنین مراقبت از کودک بسیار آماده‌تر از یک زن 35 یا 40 ساله است. او راحت‌تر میتواند بیدار بماند و کمتر استراحت کند. مادرها باید به اندازه کافی حوصله و توان و اشتیاق داشته باشند تا با کودک 2-3 ساله خود بازی کنند. به دنیا آوردن فرزند، یعنی قبول مسؤولیت‌های بسیار زیاد و مادران جوان‌تر از نظر ذهنی و عاطفی انعطاف‌پذیری بیشتری برای مسؤولیت‌ها و انجام تعهدات خود دارند.

### آمادگی مادران برای بارداری در سنین بالا

به هر حال به علت برخی مسائل، مثل موقعیت مالی نامناسب، ازدواج در سن بالا و بسیاری موارد دیگر، بارداری برخی خانم‌ها به تعویق می‌افتد. اما در این گونه موارد چه باید کرد؛ اولاً خانم‌ها باید دانش خود را در مورد خطرات بارداری در سنین بالا افزایش دهند. آنها باید با خطراتی مثل اختلالات کروموزومی آشنا باشند و بدانند که انجام برخی آزمایش‌ها ضروری است. قبل از اقدام به بارداری باید مشکلاتی از قبیل فشار خون، دیابت، مشکلات تیروئیدی و چاقی را برطرف و یا کنترل کرد و در صورت وجود وضعیتی خاص، آن را به طور کامل برای پزشک شرح داد. حتماً ویتامین‌های مربوط به قبل از تولد نوزاد، به خصوص فولیک اسید را مصرف کنید. با آنکه بارداری در سنین بالا احتمال بروز بسیاری خطرات را افزایش می‌دهد،

اما بیشتر خانم‌هایی که در سنین بالا بچه‌دار می‌شوند، کودکان سالمی هم به دنیا می‌آورند. هر چه بیشتر آموزش دیده باشید، می‌توانید خود را از خطرات احتمالی دورتر کنید.

اما بارداری در سنین نسبتاً بالاتر چند مزیت هم دارد؛ مثلاً ثبات [روانی مادر](#) روال عادی زندگی، سالم‌تر و محکم‌تر از پیش است. مادران در این سنین با تجربه بیشتر از کودک خود مراقبت کرده، احساس ترس و درماندگی کمتری در مورد به دنیا آوردن و بزرگ کردن او دارند و کنترل خود را نسبت به مادران بسیار جوان، بیشتر حفظ می‌کنند. پدر و مادر وقتی که از نظر مالی و اخلاقی به یک آسایش و رفاه نسبی می‌رسند، با دلهره کمتر و خیالی آسوده‌تر به نگهداری و تربیت فرزند خود می‌پردازند.

**منبع: شفا نیوز**