

# نشانه‌های حاملگی مادران

تغییرات جسمی و روحی بارداری همچون تهوع صبحگاهی، تاخیر در قاعدگی و افسردگی دوران بارداری، می‌تواند چالش‌برانگیز باشد. راهنمای بارداری، منبعی ارزشمند برای مادران باردار است که به آن‌ها کمک می‌کند تا با اطمینان و آگاهی، مراحل بارداری را طی کنند. آشنایی با مراقبت‌های دوران بارداری و علائم خطر بارداری، برای هر خانم بارداری مهم است.

شناخت علائم بارداری، سن مناسب بارداری، رابطه جنسی دوران بارداری، تغذیه حاملگی و مشکلات بارداری، کمک می‌کند تا این دوران را هرچه آسوده‌تر سپری کنید. فراموش نکنید که حاملگی، مسئولیتی مهم است و از زمان تشخیص بارداری توسط متخصص زنان تا زمان زایمان، باید به سلامت خود اهمیت بدهید.

## علائم و نشانه‌های بارداری چیست؟

علائم و نشانه‌های بارداری، در افراد مختلف متفاوت است و ممکن است در هر بارداری نیز فرق داشته باشد. همچنین که تشخیص نهایی حاملگی، با دکتر زنان است. اما برخی از این علائم، تقریباً در همه زنان یکسان هستند. برای مثال، اگر قاعدگی شما منظم است و بیش از ۱۰ روز از زمان پریود بعدی شما می‌گذرد، ممکن است باردار باشید. همچنین برخی از دیگر علائم حاملگی عبارتند از:

- حالت تهوع و استفراغ (اغلب به آن تهوع صبحگاهی گفته می‌شود، اما می‌تواند در هر زمانی رخ بدهد)
- حساس و بزرگ شدن سینه
- خستگی
- دفع ادرار بیش‌ازحد معمول؛ به‌ویژه در شب
- میل به برخی غذاها یا ویاار بارداری

بسیاری از علائم بارداری، مانند عقب‌افتادن قاعدگی (آمنوره)، حالت تهوع یا خستگی، می‌تواند ناشی از استرس یا بیماری‌های دوران بارداری باشد. بنابراین اگر فکر می‌کنید باردار هستید، تست بارداری خانگی با بیبی چک انجام دهید. پزشک عمومی هم برایتان آزمایش ادرار، آزمایش خون یا سونوگرافی تجویز خواهد کرد. البته بارداری پوچ یا بارداری کاذب هم ممکن است با چنین نشانه‌هایی همراه باشند. اگر این علائم را داشتید، اما باردار نبودید، امکان

دارد بیماری خاصی در ناحیه شکم و لگنتان وجود داشته باشد.

### تشخیص بارداری (تست بارداری)

تست بارداری، دریچه‌ای به سوی آگاهی از باردار بودن شماست. این تست با شناسایی هورمون HCG که در دوران بارداری، توسط بدن تولید می‌شود، بارداری شما را تایید یا رد می‌کند. از ابتدای بارداری، سطح HCG در بدن افزایش می‌یابد و حدود ۶ تا ۱۰ روز پس از لقاح، قابل تشخیص می‌شود. دو نوع تست بارداری وجود دارد:

- **تست ادرار:** این تست به‌صورت خانگی و با استفاده از کیت‌های بیبی چک انجام می‌شود.
- **تست خون:** این تست در آزمایشگاه انجام می‌شود و دقیق‌ترین روش برای تشخیص بارداری است.

علاوه بر کیت بارداری، سونوگرافی توسط پزشک زنان و زایمان نیز می‌تواند بارداری را تایید کند. با انجام تست و سونوگرافی، می‌توانید از وضعیت بارداری خود مطلع شوید و برای مراقبت‌های لازم، برنامه‌ریزی کنید.

متخصص زنان مشکلات مربوط به اندام‌های تناسلی زنان را تشخیص می‌دهد و درمان می‌کند. این فرد با تمام جنبه‌های سلامت جنسی مانند مراقبت‌های پیشگیرانه، غربالگری سرطان و معاینات فیزیکی سروکار دارد. متخصصان زنان شرایطی را که بر سیستم تولید مثل زنان تأثیر می‌گذارد، تشخیص می‌دهند و درمان می‌کنند.