

# آزمایش بارداری را چه مدت بعد از رابطه جنسی انجام بدهیم؟

چه در تلاش برای باردار شدن باشید چه نه، آزمایش بارداری اجتناب‌ناپذیر است. اما ضرورت مهم دیگر، دانستن زمان مناسب برای انجام این آزمایش است.

اگر خیلی زود آزمایش دهید، ممکن است با خطر دریافت نتیجه منفی کاذب روبه‌رو شوید؛ به این معنی که در واقع باردار باشید، اما نتیجه آزمایش چنین نشان ندهد.

زمان مناسب برای انجام آزمایش بارداری - پس از رابطه جنسی محافظت‌نشده - نخستین روز پس از قطع عادت ماهانه، و در صورت نامنظم بودن عادت ماهانه، ۲۱ روز پس از رابطه جنسی محافظت‌نشده است.

## چه زمانی آزمایش بارداری انجام دهیم؟

به نظر می‌رسد که برخی از آزمایش‌ها، بارداری را چند روز پیش از عقب افتادن عادت ماهانه نیز تشخیص می‌دهند، اما ممکن است نتایج نادرست باشد.

پس از رابطه جنسی محافظت‌نشده، چند دقیقه طول می‌کشد تا اسپرم به تخمک برسد و بارور شود. سپس، بعد از چند روز، تخمک بارور شده به رحم می‌رود و خود را به دیواره رحم می‌چسباند و کاشت آغاز می‌شود. بنابراین، از رابطه جنسی محافظت‌نشده تا زمانی که فرد باردار شود، احتمالاً دو تا سه هفته طول می‌کشد.

## آیا آزمایش بارداری کمتر از پنج روز پس از رابطه جنسی مناسب است؟

انجام آزمایش بارداری کمتر از پنج روز پس از رابطه جنسی محافظت‌نشده، خیلی زود است.

آزمایش‌های بارداری، میزان «گنادوتروپین جفتی انسان» یا اچ‌سی‌جی (HCG) را در ادرار اندازه‌گیری می‌کنند. تا پیش از لانه‌گزینی جنین در رحم، این هورمون تولید نمی‌شود و در نتیجه، آزمایش ادرار

زودهنگام نیز وجود آن را نشان نخواهد داد.

سطح اچ‌سی‌جی در اوایل بارداری، در کمترین میزان آن است و در ده هفته اول بارداری روزانه ۵۰ درصد افزایش می‌یابد.

بر این مبنای آزمایش اولیه ممکن است میزان اچ‌سی‌جی را پایین تشخیص دهد و احتمالاً نتیجه منفی کاذب ایجاد کند. بنابراین، اگر از زمان عادت ماهانه بعدی‌تان باخبرید، تا دیرشدن آن موعد، برای انجام آزمایش بارداری صبر کنید.

یکی از دلایل احتمالی عقب افتادن عادت ماهانه، باردار شدن است.

اگر مطمئن نیستید که عادت ماهانه بعدی شما چه زمانی فرا می‌رسد، سه هفته پس از رابطه جنسی محافظت‌نشده، آزمایش بارداری انجام دهید.

## آزمایش بارداری را چگونه انجام بدهیم؟

هورمون شاخص بارداری یا اچ‌سی‌جی، در ادرار و در خون یافت می‌شود. آزمایش‌های بارداری خانگی را با استفاده از ادرار می‌توان انجام داد، اما آزمایش‌های خون را فقط می‌توان در محل مراقبت‌های بهداشتی یا مراکز درمانی انجام داد.

آزمایش بارداری خانگی گزینه‌ای مناسب و اعتماددش‌نی است، زیرا استفاده از آن آسان، ارزان و راحت است، و در عرض چند دقیقه نتیجه را مشاهده خواهید کرد. ابزارهای آزمایش‌های خانگی را می‌توان در اکثر داروخانه‌ها، فروشگاه‌های آنلاین و در بخش‌های تنظیم خانواده در فروشگاه‌های مواد غذایی تهیه کرد.

در انجام آزمایش‌های خانگی، حتماً از دستورالعمل‌ها پیروی کنید و اگر تاریخ انقضای ابزار آزمایش گذشته است، نمونه جدید آن را تهیه کنید.

ابزارهای آزمایش بارداری خانگی در صورت استفاده صحیح، ۹۹ درصد دقیق‌اند.

برای جلوگیری از نتیجه مثبت کاذب - زمانی که فکر می‌کنید باردار نیستید، اما نتیجه آزمایش نشان‌دهنده احتمال بارداری است - از نکات زیر پیروی کنید:

آزمایش را با نخستین ادرار روزانه انجام دهید، زیرا سطح اچ‌سی‌جی در بیشترین میزان است. اگر آن را عصر یا دیرتر در روز انجام می‌دهید، مطمئن باشید که از آخرین دفع ادرارتان سه ساعت گذشته باشد.

قبل از انجام آزمایش، از نوشیدن آب زیاد خودداری کنید. آب نوشیدن زیاد پیش از آزمایش، سطح اچ‌سی‌جی را در ادرار رقیق می‌کند و نتیجه مثبت کاذب در پی دارد.

هیچ تفاوتی در دقت بین آزمایش خون و ادرار وجود ندارد. با این حال، آزمایش‌های خون قبل از عادت ماهانه، حساسترند و می‌توانند سطح اچ‌سی‌جی لازم را برای قطعیت یافتن بارداری در آن زمان، تشخیص دهند.