هل تريد أن تعرف؟

104
sheet 1/1

القيء المفرط أثناء الحمل
Hyperemesis Gravidarum

التعريف

هو الإفراط في التقيؤ خلال فترة الحمل، مما قد يؤدي إلى جفاف الجسم ونقص في التغذية. يبدأ عادة خلال الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل. يؤدي إلى عدم القدرة على الشرب أو تناول أي نوع من أنواع الطعام.

ما يجب أن تعرفه؟

الأدوية

تناولي الأدوية وفقاً لإرشادات الطبيب.

الطعام والحمية

- تناولي وجبات صغيرة متكرّرة على فترات متقطعة خلال اليوم. تناولي السوائل بين وجبات الطعام.
- تجنبي الأطعمة المشبعة بالدهون والمشروبات التي تحتوي على الكافيين.
- تناولي الخبز المحمص و البسكويت الهش قبل النهوض من السرير لتجنب الغثيان الصباحي.
- تناولي وجبات خفيفة من البروتينيات (الحليب ومشتقاته) للمحافظة على مستوى السكر الطبيعي في الدم.

النشاط البدني والحركة

النهوض من السرير ببطء وتجنب التغيير المفاجىء لوضعية الجلوس أو النوم لمنع الغثيان.

الخيارات العلاجية

- تجنبي الروائح التي قد تؤدي إلى الغثيان: قد يكون طعام، عطر، ملابس.
- إعتني بنظافة الفم بشكل مستمر وذلك لمنع الجفاف والتقرحات في الفم.

إجراءات وقائية

راجعي الطبيب في حال حصول: تقيؤ أكثر من مرتين يومياً، علامات الجفاف (نقص كمية البول مقارنةً بالأيام العادية، بول داكن اللون، انحلال)، صداع حاد أو مستمر، تشوّش في النظر، وجع بطن أو معدة، حرارة أكثر من ٣٧,٨ درجة مئوية، حرقة عند التبول أو نقص في البول، ألم عند الخاصرة، إسهال، ازدياد في الإفرازات المهبلية أو رائحة كريهة، نزيف مهبلي، بطء في حركة الجنين، تورم في اليدين، الوجه، الساقين، القدمين.

إرشادات

جميع الحقوق محفوظة، ٢٠٠٦، الجامعة الأميركية في بيروت المركز الطبي

إن المعلومات الواردة هي لهدف التثقيف فقط. يجب استشارة الطبيب في حال تطابق أي من العوارض الواردة ضمنا.
تم تحضير هذه النشرة من قبل قسم الخدمات التمريضية بالتنسيق مع جهات طبية اخرى.

© 2005 American University of Beirut Medical Center