



مرکز آموزشی درمانی حضرت زینب(س) آموزش به بیمار

نام پمفلت:	نوار قلب جنین (NST)
تهیه کننده:	نوشین کنعانی-کارشناس مامایی
منبع:	بارداری و زایمان ویلیامز
پزشک نایید کننده:	دکتر مرادی-متخصص زنان زایمان
تاریخ تهیه:	اردیبهشت 1403

۵

160 باشد و یا کاهشی در تعداد ضربان قلب جنین مشاهده شود , نوار قلب جنین باید مجدداً تکرار گردد.

در صورتی که **2** نوار قلب دارای مشکل باشند مادر باید جهت بررسی بیشتر در بیمارستان بستری شود .

در حاملگی های پر خطر گرفتن نوار قلب جنین ممکن است هفته ای یک الی دو بار انجام شود .
به هر حال در سه ماهه سوم بارداری هر مادری که از کاهش حرکت جنین خود شکایت دارد و نگران می باشد , باید بررسی شود و با گرفتن نوار قلب از جنین خود به آرامش و امنیت خاطر در خصوص سلامت او دست یابد .

4

گرفتن نوار قلب جنین (NST) یکی از کارهایی است که ارزش تشخیصی خوبی جهت نشان دادن وضعیت جنین شمایارد .

برای گرفتن نوار قلب جنین به مادر توصیه می شود حداقل **30** دقیقه قبل از انجام آن , آب و ماده غذایی شیرین مصرف نماید (البته در مادران دیابتی مصرف این مواد زیر نظر پزشک می باشد) .

سپس مادر در وضعیت خوابیده به طرف چپ قرار گرفته و حس گر دستگاه پس از آغشته شدن به ژل مخصوص توسط کمربند در قسمتی که ضربان قلب جنین به صورت واضح شنیده می شود قرار می گیرد و به مدت **20** دقیقه تعداد ضربان جنین بر روی نوار ثبت می گردد.

اگر در زمان گرفتن نوار قلب , جنین حداقل **2** حرکت نداشته و تعداد ضربان قلب او زیر **120** و یا بالاتراز

احساس حرکت جنین یکی از پر ارزش ترین بخش های بارداری است . این حرکت می تواند آغاز رابطه عاطفی بین شما و فرزندتان باشد .

بسیاری از زنان احساس می کنند که می توانند پیش از زایمان با حس کردن حرکات جنین با او و شخصیت اش رابطه برقرار کنند و به هر حال این باعث اطمینان خاطر مادر است .

شدت حرکات جنین می تواند متفاوت باشد . دامنه حرکات از تکان ظریف تا حرکات تند و در مواقعی حتی لگد زدن های دردناک، متفاوت خواهد بود .

در هفته **32** حاملگی (**8** ماهگی) حداکثر حرکات جنین **12** حرکت در ساعت است که بتدریج از تعداد حرکات کاسته میشود.

در ماه آخر حاملگی ، جنین باید حداقل **4** الی **5** حرکت در ساعت داشته باشد .

جهت اندازه گیری حرکات جنین از مادر می خواهیم حداقل روزی یک بار بعد از صرف غذا به صورت خوابیده به پهلوئی چپ قرار گرفته و تعداد حرکات جنین را بشمارد.

عوامل موثر بر حرکات جنین

1 - میزان قند خون مادر (با کاهش قند خون مادر ، حرکات جنین کمتر می شود).

2 - اضطراب و استرس مادر موجب کاهش حرکات جنین می شود .

3 - دوره خواب و بیداری جنین (زمان خواب جنین **20** دقیقه می باشد که البته تا **2** ساعت هم می تواند به طول بیانجامد).

اگر احساس کردید حرکت جنین کم شده است ؛

در مورد آن با پزشک خود صحبت نمایید. پزشک ابتدا برای اطمینان خاطر ضربان قلب جنین را گوش می کند و در مرحله بعد در خواست گرفتن نوار قلب جنین می نماید.

نوار قلب جنین (NST)

اگر چه درک اولین حرکت جنین در خانمی که چندبار حامله شده در هفته **16** حاملگی (**4** ماهگی) و در خانم با حاملگی اول در **19** هفتگی (**5** ماهگی) روی می دهد ، اما گرفتن نوار قلب از جنین از ماه هفتم حاملگی و از زمانی که جنین توانایی ادامه زندگی در خارج از رحم مادر را دارد انجام می شود.

جهت چک کردن حرکات جنین و کنترل حاملگی های پر خطر مانند دیابت ، فشار خون بالا ، تاخیر رشد داخل رحمی ، زایمان از تاریخ گذشته ، کاهش حرکات جنین ، کاهش آب دور جنین و یا پارگی کیسه آب نوار قلب جنین گرفته می شود .