

شماره سند: H04B1E100/W6

تاریخ ویرایش: ۱۴۰۴/۰۵/۳۰

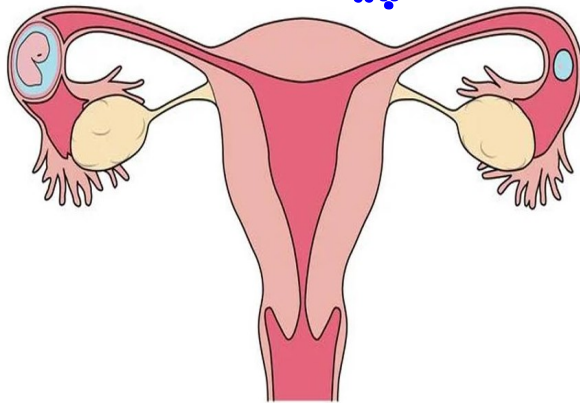
تاریخ بازنگری: ۱۴۰۶/۱۲/۲۵



آموزش به بیمار

حاملگی خارج از رحمی

چیست؟



مرکز آموزشی، پژوهشی و درمانی

شهید هاشمی نژاد مشهد

واحد آموزش به بیمار

در صورت بروز هر یک از علائم زیر به پزشک معالج خود اطلاع دهید:

- تب ۳۸ درجه سانگیراد
- درد شدید شکم
- حساسیت شکم با وارد کردن فشار، سرفه یا در هنگام قدم زدن
- خونریزی شدید تا بیش از ۳ هفته
- ترشح بدبوی مهبل
- شروع نشدن قاعدگی بعد از ۶ هفته



منبع: سایت www.medlineplus.gov

مشهد، طلاب، انتهای بلوار ابوریحان، بیمارستان شهید

هاشمی نژاد تلفن: ۱۵-۱۱-۲۷۳۷۰۱۳۰۵۱۳ یا با شماره ۳۱۰۹ تماس گرفته و شماره بخش زنان و مامائی ۲۲۵۰ را وارد نمایید.

سایت بیمارستان: hasheminejad.mums.ac.ir

کلینیک پرستاری آموزش سلامت واقع در کلینیک تخصصی همه روزه به جز ایام تعطیل از ساعت ۸ الی ۱۲ پاسخگوی سوالات شما می باشد تلفن داخلی کلینیک ۸۰۰۳ می باشد.
جهت دریافت محتوای آموزشی بارکد زیر را اسکن کنید.



در آپارات ما را دنبال کنید



تغذیه :

هدف اصلی تغذیه در این مرحله، حمایت از ترمیم زخمها (در صورت جراحی) و تقویت عمومی بدن است.

- پروتئین کافی:** پروتئینها بلوکهای ساختمانی بدن هستند و برای ترمیم بافتهای آسیب دیده (مانند لوله فالوپ پس از جراحی یا جذب بافت پس از متوترکسات) ضروری اند. منابع خوب شامل مرغ بدون پوست، ماهی، تخم مرغ، حبوبات، و لبنیات کم چرب هستند.
- آهن:** در صورتی که به دلیل خونریزی، دچار کمخونی شده باشید، مصرف غذاهای غنی از آهن (گوشت قرمز کمچرب، اسفناج، عدس) و مواد غذایی حاوی ویتامین C (برای جذب بهتر آهن) بسیار مهم است.
- نوشیدن آب کافی:** نوشیدن آب فراوان برای همه فرآیندهای ترمیمی بدن، دفع سموم (به ویژه پس از مصرف متوترکسات) و جلوگیری از یبوست ضروری است.
- کاهش مصرف کافئین و الکل:** تا زمانی که کاملاً بهبود پیدا نکرده اید، مصرف الکل باید قطع شود. مصرف کافئین نیز باید متعادل باشد.



مددجوی عزیز:

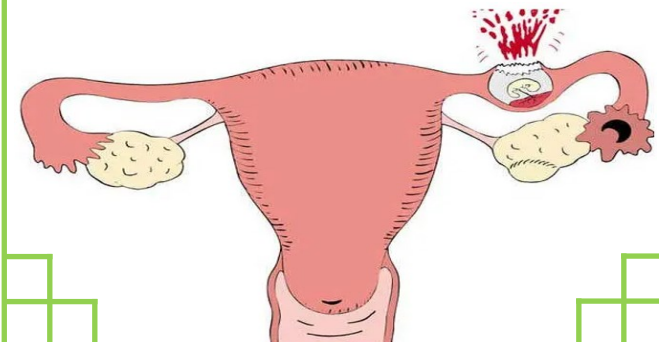
این پمفلت شامل اطلاعاتی در مورد بیماری شما است که رعایت آنها به بهبودی شما کمک می‌کند. امیدواریم با رعایت نکات ذکر شده در آن سلامت خود را بازیابید.



حاملگی خارج رحمی چیست؟

حاملگی خارج رحمی وضعیتی است که در آن تخمک بارور شده (جنین) در محلی خارج از حفره اصلی رحم لانه‌گزینی می‌کند. به طور معمول، جنین باید در پوشش داخلی رحم رشد کند. در حاملگی خارج رحمی، اغلب این لانه‌گزینی در یکی از لوله‌های رحمی رخ می‌دهد که شایع‌ترین نوع است. در موارد نادر، ممکن است در تخمدان، دهانه رحم یا حفره شکم رخ دهد. نکته بسیار مهم: این نوع حاملگی هرگز نمی‌تواند به یک بارداری سالم منجر شود و برای مادر خطرناک است و نیاز به مداخله فوری پزشکی دارد.

عقونت‌های لوله‌های رحمی، چسبندگی لوله‌ها، غیر طبیعی بودن لوله‌ها، سابقه داشتن حاملگی خارج رحمی، سابقه چند سقط عمدی، تومورهای لوله، وجود آی یو دی، استفاده از قرص‌های ضد بارداری و وجود عقونت‌های لگنی عامل موثر در حاملگی خارج رحمی است.



علائم حاملگی خارج رحمی چیست؟

علائم معمولاً بین هفته ششم تا دهم بارداری ظاهر می‌شوند، اما می‌توانند در زمان‌های دیگر نیز رخ دهند. برخی از خانم‌ها در مراحل اولیه ممکن است علائم خفیفی داشته باشند و متوجه نشوند که بارداری خارج رحمی است. سایر علائم عبارتند از:



- درد شدید شکم و لگن به صورت یکطرفه

- خونریزی‌های غیرطبیعی و لکه بینی

علائم نشان دهنده پارگی و خونریزی داخلی

عبارتند از:

- درد شانه

- درد شدید و ناگهانی شکم و لگن

- سبکی سر و تاری دید به علت

کاهش فشار خون



حاملگی خارج رحمی چگونه تشخیص داده می‌شود؟

در ابتدا پزشک معاینه بالینی و شرح حال انجام می‌دهد. هرگونه تغییر در الگوی قاعدگی، احساس توده در لمس شکم و بررسی لگن را ارزیابی می‌کند.

از روش‌های تصویربرداری مانند سونوگرافی داخلی (واژینال)، برای تعیین جایگاه حاملگی نیز استفاده خواهد کرد.

آزمایش هورمون بارداری نیز جهت تأیید بارداری انجام خواهد شد.



درمان حاملگی خارج رحمی چگونه است؟

درمان دارویی

در این روش پزشک با استفاده از دارو، رشد حاملگی را در مراحل اولیه که لوله‌ها پاره نشده متوقف می‌کند. سطح هورمون حاملگی مرتب اندازه‌گیری شده که به تدریج کاهش می‌یابد. در صورت عدم کاهش، درمان جراحی ارجح تر خواهد بود.

درمان جراحی

جراحی برای برداشتن بافت بارداری خارج رحمی انجام می‌شود و معمولاً در موارد اورژانسی یا زمانی که درمان دارویی شکست خورده است، استفاده می‌شود.

خود مراقبتی در منزل:

فعالیت:

- **استراحت کافی:** در روزهای اولیه پس از هر نوع درمانی (به ویژه جراحی)، بدن شما به انرژی زیادی برای ترمیم نیاز دارد. خواب کافی بسیار حیاتی است.
- **فعالیت ملایم:** پس از تأیید پزشک، فعالیت‌های سبک مانند پیاده‌روی کوتاه شروع کنید. این کار به گردش خون کمک کرده و از لخته شدن خون جلوگیری می‌کند.
- **اجتناب از بلند کردن اجسام سنگین و ورزش‌های سنگین:** معمولاً حداقل ۴ تا ۶ هفته نباید وزنی بیش از ۴ تا ۵ کیلوگرم بلند کنید تا از فشار آمدن به برش‌های جراحی جلوگیری شود.