

❖ شرح بیماری

تأخیر رشد داخل رحمی اشاره به یک بیماری است که در آن نوزاد متولد نشده کوچکتر از حالت نرمال است زیرا روند رشد او در داخل رحم به مقدار طبیعی صورت نمی‌گیرد.



❖ علائم

✓ کوچکتر بودن کودک نسبت به سن حاملگی که برخی مواقع توسط مادر نیز قابل تشخیص می‌باشد.

❖ علل شایع

اختلالات جفت: عوامل مختلفی می‌توانند مانع رسیدن اکسیژن و مواد غذایی از جفت به جنین و در نتیجه منجر به تأخیر رشد داخل رحمی شوند

- ✓ بارداری چندقلویی
- ✓ کوچک، بد فرم، ناقص بودن، جدا شدن جفت، جفت سر راهی و ...
- ✓ اکلامپسی یا پره اکلامپسی (مسمومیت بارداری)

مشکلات مرتبط با کروموزوم: این مشکلات منجر به تولد

نوزاد با وزن کم‌تر از حد عادی می‌شود.

- ✓ سندرم داون
- ✓ آنسفالی جنین
- ✓ اختلالات کلیوی

مشکلات مرتبط با مادر:

- ✓ بیماری‌های قلبی - کلیوی
- ✓ کم خونی شدید مادر
- ✓ اختلالات انعقادی و خونی
- ✓ بیماری ریوی
- ✓ سو تغذیه و وزن بسیار کم مادر
- ✓ اعتیاد مادر به سیگار و مواد مخدر
- ✓ دیابت پیشرفته

انواع عفونت‌ها:

- ✓ سیفلیس
- ✓ سرخچه
- ✓ سیتومگالوویروس
- ✓ توکسوپلاسموز

❖ عوامل خطر

- ✓ سو استفاده از الکل
- ✓ مصرف سیگار و دخانیات
- ✓ اعتیاد به دارو

❖ عوارض احتمالی

- ✓ زایمان زودرس و وزن کم هنگام تولد
- ✓ افزایش احتمال سزارین
- ✓ امکان بروز بیماری‌هایی از جمله چاقی، دیابت نوع دو، مشکلات قلبی - عروقی و فشار خون بالا در بزرگسالی برای این نوزادان افزایش پیدا می‌کند.
- ✓ کاهش قند خون و سطح اکسیژن نوزاد بلافاصله بعد از زایمان.
- ✓ مرگ جنین در رحم مادر قبل از تولد

❖ تشخیص

تشخیص با معاینه روتین بارداری توسط ماما و مطابقت اندازه رحم با سن محاسبه شده بارداری یا اندازه‌گیری فاصله بالای رحم تا استخوان شرمگاهی صورت می‌گیرد و در صورت نیاز از دیگر روش‌های تشخیصی ذکر شده در زیر استفاده می‌شود:

- ✓ **سونوگرافی:** با مقایسه سونوگرافی‌های بعدی با سونوگرافی‌هایی که در ابتدای بارداری انجام داده‌اید، می‌توان روند رشد جنین و وقوع تأخیر رشد داخل رحمی را تشخیص داد. در صورت تأخیر در رشد داخل رحمی، رحم به اندازه‌ای که باید رشد نمی‌کند.
- ✓ **جریان داپلر:** جریان داپلر یک تکنیک است که با استفاده از امواج صوتی مقدار و سرعت جریان خون در رگ‌های خونی را اندازه‌گیری می‌کند. پزشکان ممکن است از این

روش برای بررسی جریان خون در بند ناف و عروق مغز نوزاد استفاده کنند.

✓ **بررسی وزن مادر:** پزشکان به طور معمول وزن مادر را در هر معاینه و پیش از زایمان اندازه‌گیری و ثبت می‌کنند. افزایش وزن در مادر می‌تواند برای اندازه‌گیری رشد کودک متولد نشده‌اش هم استفاده شود اگر یک مادر است افزایش وزن ندارد این می‌تواند یک مشکل رشد در نوزاد او را نشان دهد.

✓ **نظارت بر جنین:** این روش شامل قرار دادن الکتروود حساس در روی شکم مادر است. الکتروود در محل توسط یک وزن سبک به یک مانیتور متصل می‌شوند. سنسور سرعت و الگوی ضربان قلب کودک را اندازه‌گیری و آن‌ها را بر روی یک مانیتور نمایش و یا آن‌ها را چاپ می‌کند.

❖ درمان

✓ در صورتی که تاخیر رشد داخل رحمی در اوایل بارداری تشخیص داده شود، شرایط شما و جنین‌تان هر چند وقت یک بار توسط پزشک بررسی می‌شود و پزشک وضعیت جنین شما را از لحاظ ضربان قلب، حرکات، جریان خون، میزان مایع درون رحمی یا مایع آمنیوتیک اطراف جنین بررسی می‌کند.

✓ اگر تاخیر رشد داخل رحمی سلامت نوزاد را در معرض خطر قرار دهد ممکن است پزشک تصمیم به زایمان زود هنگام نماید.

✓ اگر طبق تشخیص پزشک کودک بیش از حد ضعیف باشد و امکان زایمان طبیعی وجود نداشته باشد سزارین تجویز می‌شود.

❖ رژیم غذایی

✓ مواد غذایی حاوی آهن خون و امگا ۳ و پروتئین را در برنامه غذایی خود قرار دهید، تخم مرغ، شیر، لبنیات، گوشت، آب گوشت، کباب مرغ، سوپ مرغ، ماهی فراوان مواد حاوی پروتئین هستند. مواد غذایی حاوی آهن عبارتند از: انواع گوشت‌ها (مخصوصاً بوقلمون)، جگر، عدس، زرده تخم مرغ، اسفناج، کشمش و آلوی خشک.

✓ میوه‌ها و سبزیجات تازه به خصوص میوه‌هایی که ویتامین ث دارند مانند: پرتقال، لیمو شیرین، سبزی خوردن، گوجه فرنگی، فلفل دلمه‌ای و نارنگی را در برنامه غذایی خود قرار دهید.

✓ موادی که کلسیم دارند را بیشتر مصرف کنید تا جذب آهن بیشتر شود.

✓ از مصرف غذاهای نفاخ و دیر هضم اجتناب کنید.

✓ جهت جلوگیری از یبوست رژیم غذایی پرفیبر و مایعات مصرف کنید.

✓ یک برنامه غذایی سالم و مناسب داشته باشید و از مصرف غذاهای پر کالری و با ارزش غذایی کم خودداری کنید.

❖ مراقبت

✓ بهبود تغذیه: برخی مطالعات نشان داده‌اند که افزایش تغذیه مادر ممکن است سبب افزایش وزن نوزاد و رشد در رحم را افزایش دهد.

✓ استراحت در رختخواب: در بیمارستان یا در خانه، استراحت در بستر ممکن است به بهبود گردش خون در جنین کمک کند.

✓ عادات سالم زندگی را تمرین کنید. از مصرف الکل، دارو و یا دود سیگار اجتناب کنید.

❖ در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

✓ از حرکات کودک خود آگاه باشید. یک کودک که اغلب حرکت نمی‌کند و یا حرکت او متوقف می‌شود ممکن است دارای مشکل باشد اگر شما متوجه تغییرات در جنبش نوزاد خود شدید با پزشک خود تماس بگیرید.

✓ در صورت مشاهده دیگر علائم نگران کننده.