



کد سند: PEBRO201-01

تاریخ تدوین: ۱۴۰۵/۰۲/۰۱

تاریخ ابلاغ آخرین بازنگری: ۱۴۰۵/۰۲/۰۵

تاریخ بازنگری بعدی: ۱۴۰۶/۱۲/۰۱

آموزش به بیمار

کم کاری تیروئید در بارداری



کلینیک پرستاری آموزش سلامت همه روزه به جز تعطیلات پاسخگوی سوالات شما در رابطه با (دیابت، فشارخون، دیالیز، مراقبت های پس از جراحی، مراقبت های قبل و بعد از زایمان، مراقبت از نوزاد...) می باشد:
05138042027



VELAYAT HOSPITAL

من را اسکن کنید

واحد آموزش به بیمار

بیمارستان ولایت

درمان کم کاری تیروئید در بارداری:

در فرایند درمان این بیماری، پزشک متخصص با هدف کنترل میزان هورمون های تیروئید در بدن، درمان هورمونی را تجویز می کند. هورمون درمانی باید زیر نظر پزشک متخصص غدد و پزشک متخصص زنان انجام شود تا خطرات احتمالی و عوارض خطرناک آن به حداقل برسد. داروی لووتیروکسین (قرص لووکسین ۱۰۰) داروی بی خطری در حاملگی است که برای درمان این بیماری در این دوران تجویز می شود. رژیم غذایی مناسب که میزان ید کافی داشته باشد، در کنار مصرف ماهی، میگو و سایر آبزیان همراه با نمک یددار از دیگر روش های درمان این بیماری در بارداری هستند.



با آرزوی سلامتی و بهبودی شما

آدرس سایت بیمارستان ولایت:

<https://velayat.mums.ac.ir/>

منبع:

<https://medlineplus.gov>



پیشگیری از کم کاری تیروئید در بارداری:

بهترین روش برای پیشگیری از این اختلال در حاملگی انجام تست های غربالگری تیروئید است. برای پیشگیری از ابتلا به تیروئید کم کار در خانم های باردار روش های زیر را انجام دهید:
انجام آزمایش های غربالگری پیش از اقدام برای بارداری
شروع درمان در صورتی که نتایج آزمایش کم کاری روی مرز باشد.
خانم هایی که سابقه ابتلا دارند باید در حاملگی دوباره آزمایش بدهند تا در صورت لزوم میزان دوز دارو مشخص شود.

برای کم کاری تیروئید در بارداری چه بخوریم؟

برای اینکه میزان هورمون های تیروئید در خانم های مبتلا به این بیماری طبیعی باشد بهتر است غذاهای زیر در رژیم غذایی خانم های حامله قرار بگیرد
سبزیجات غیرنشاسته ای
روغن های سالم و پروتئین ها
غلات فری گلوتن
لبنیات پرچرب
حذف غذاهای فرآوری شده



مادر گرمای :

پمفلتی که در دست دارید حاوی اطلاعات ضروری در خصوص نگهداری از فرزند دلبندتان و چگونگی روند درمان و مراقبت آن می باشد.

جنین در سه ماه نخست حاملگی به شدت وابسته به هورمون تیروئید مادر است که از طریق جفت دریافت می کند. بعد از سه ماه اول حاملگی، غده تیروئید جنین آمادگی ترشح هورمون تیروئید را پیدا کرده و از طریق مادر، یُد مورد نیاز برای تولید این هورمون را تامین می کند.

این هورمون نقش کلیدی در سلامت و رشد مغز و سیستم عصبی جنین برعهده دارد، به همین دلیل برای پیشگیری از باید آزمایش تیروئید بدهید. ریسک ابتلا به این اختلال در حاملگی در خانم هایی بالاتر خواهد بود که سابقه ابتلا در آنها یا اقوام درجه یک وجود دارد

علت کم کاری تیروئید در بارداری:

یکی از عوارض بارداری کم کاری تیروئید در این دوران است. اختلال خودایمنی تیروئیدیت هاشیموتو رایج ترین علت تیروئید کم کار در بارداری است که بدن به اشتباه به سلول های غده تیروئید حمله می برد. مادرانی که سابقه این بیماری را دارند یا در حاملگی دچار این بیماری شدند باید هر ۶ هفته یکبار میزان هورمون تیروئید خود را با آزمایش تیروئید چک کنند و تحت نظر پزشک متخصص غدد باشند.

کم کاری تیروئید در بارداری چه عوارضی دارد؟

مهم ترین تاثیر هورمون های تیروئیدی روی رشد و سلامت مغز نوزاد در دوران جنینی است. کم کاری این هورمون در حاملگی باعث ایجاد اختلالات عصبی، رشدی و شناختی می شود و احتمال ابتلا به کندذهنی یا ناتوانی ذهنی پیش می آید. عدم درمان کم کاری این غده



در این دوران حساس عوارض زیر را به دنبال دارد:

تولد زودرس

کمبود وزن

اختلال تنفسی نوزاد

نقص رشد

آی کیو پایین تر

خطر دیر فهمیدن کم کاری تیروئید در بارداری چیست؟

ریسک بالاتر سقط و بروز نشانه های سقط جنین

کم خونی

خونریزی بعد زایمان

پره اکلامپسی

درد عضلانی و ضعف

نارسایی احتقانی قلب

آیا کم کاری تیروئید در بارداری بعد از زایمان از بین می رود؟

این مشکل در بارداری بیماری است که ممکن است لزوما بعد زایمان برطرف نشود. اما التهاب تیروئید به نام تیروئیدیت که معمولا بعد زایمان ایجاد می شود، در فاصله ۱۲ تا ۱۸ ماه بعد از بروز نشانه ها به حالت عادی برمی گردد.



علائم کم کاری تیروئید در بارداری

بعد از اقدام به بارداری باید به نشانه های مختلف توجه داشته باشید. علائم این بیماری در حاملگی که شباهت زیادی با علائم و نشانه های معمول بارداری دارند عبارتند از:

افزایش وزن

خستگی شدید: باید برای اینکه بدانید خستگی بدن نشانه چیست، به متخصص زنان مراجعه کنید.

حساسیت به سرما

گرفتگی عضلات

یبوست

اختلال حافظه و مشکل تمرکز

تورم دست و صورت

تغییرات پوستی مثل خشکی پوست: علت خشکی پوست در بارداری مختلف است و باید پزشک دلیل آن را تشخیص دهد.

ریزش موی ابرو

آهسته شدن ضربان قلب

