

علل زایمان زودرس

زایمان زودرس چه عوارضی ممکن است داشته باشد؟

طبق مطالعات جدید مشخص شده کودکانی که یک تا سه هفته زودتر از موعد به دنیا می‌آیند، در هفته اول تولد، شش برابر و در سال اول تولد سه برابر بیشتر از نوزادانی که در زمان مقرر به دنیا می‌آیند، در معرض خطر مرگ قرار می‌گیرند. صرف نظر از میزان مرگ و میر، این گروه از نوزادان نسبت به بقیه آسیب‌پذیرتر هستند. پس متوجه اهمیت زمان تولد نوزاد می‌شوید.

زمان تولد نوزاد طبیعی، هفته ۳۷ بارداری به بعد است. نوزادان زودرس، ۷۱ درصد نوزادان را شامل می‌شوند. در مطالعات زیادی مشخص شده است که این کودکان بیش از بقیه در معرض مشکلات تنفسی و تغذیه‌ای قرار می‌گیرند، در تنظیم دمای بدن خود با مشکلات بیشتری مواجه هستند و احتمال ابتلا به **زردی** هم در آنها بیشتر است. همچنین این کودکان در فرآیند رشد مغز نیز با مشکلاتی مواجه می‌شوند.

کدام مادران در معرض زایمان زودرس قرار دارند و چرا؟

در مواردی به دلیل ناهنجاری‌های رحمی، مادر قدرت نگهداری جنین را تا زمان معمول ندارد. در حال حاضر نیز با توجه به روش‌های **باروری مصنوعی**، به دلایل مختلف مادران قدرت کمتری

در نگهداری جنین تا پایان ۹ ماه دارند و در نتیجه شیوع نارسی نوزاد بالا می‌رود.

پرستاران شیفت شب علاوه بر اینکه از نظر جسمی و روحی دچار ضربه می‌شوند، متأسفانه نسبت به سایر زنان شاغل، بیشتر در معرض خطر بروز زایمان‌های زودرس و سقط جنین هستند. عواملی همچون **شب کاری**، **استرس** شغلی و تماس با داروها، علاوه بر تاثیرات منفی بر جنین، احتمال زایمان زود هنگام را در پرستاران افزایش می‌دهد.

اما به طور کلی علت عمده زایمان‌های زودرس معلوم نیست.

آیا ویژگی‌ها و خصلت‌های روانی مادران هم بر احتمال زایمان زودرس تاثیر دارد یا نه؟

به تازگی با بررسی حدود ۱۸۰۰ زن باردار مشخص شد، خطر زایمان پیش از موعد در افرادی که نگرانی آنها درباره بارداری شان زیاد است، تا سه برابر افزایش می‌یابد.

از علل دیگر زایمان زودرس، ابتلای مادر به افسردگی است. مادران باردار افسرده بیشتر در معرض خطر زایمان زودرس قرار دارند. هورمون استرس در مادران

افسرده به طور قابل توجهی بیشتر است که منجر به زایمان زودرس می‌شود

به طور متوسط مادران مبتلا به **افسردگی**، دو روز زودتر از معمول زایمان می‌کنند، اما مادرانی که دچار افسردگی شدید هستند، زیر ۳۷ هفته زایمان می‌کنند.

عوامل موثر دیگری هم هست؟

بله، مثلاً **عفونت‌های دهان و دندان** در زنان، احتمال زایمان زودرس را تا هفت برابر بیشتر می‌کند که تحقیقات نشان داده است، انتقال سریع عفونت‌های دهان و دندان به جنین، باعث زایمان زودرس می‌شود. قرار گرفتن زنان غیرسیگاری در معرض دود دخانیات و به ویژه دود **سیگار** در دوران حاملگی، باعث کاهش وزن نوزاد و زایمان زودرس می‌شود.

همچنین مواجهه با دود دخانیات در دوران حاملگی می‌تواند باعث تاخیر در رشد درون‌رحمی و سقط ناگهانی جنین شود.

پس علت‌های بروز زایمان زودرس و تولد نوزاد نارس، خیلی زیاد است.

هر عاملی که مانع از تکامل جسمی و سیستم‌های مختلف بدن جنین در داخل رحم شود، می‌تواند باعث به دنیا آمدن زودرس جنین شود، مثل انواع بیماری‌ها از جمله **تب**. مادر

نوزادان نارس

برای درمان عفونت‌های دهان و دندان، توصیه می‌شود به دلیل اینکه سه ماهه اول بارداری حساسیت ویژه‌ای دارد و امکان عکس برداری و بی‌حسی نیست، در ماه‌های بعدی نیز درمان مشکلات دندانی بدون درد و با روش بی‌حسی امکان‌پذیر نیست، بهتر است زنان قبل از باردار شدن، توجه بیشتری به بهداشت دهان و دندان خود داشته باشند و هرگونه درمانی را که لازم است، انجام دهند.

در مجموع شاید زایمان زودرس در حال حاضر مهم‌ترین مشکل بارداری و زایمان باشد و سالانه صدها تحقیق در مورد علل و نحوه پیشگیری از آن انجام شود، اما هنوز بسیاری از سوالات در مورد زایمان زودرس همچنان بی‌پاسخ مانده‌اند.

آتوسا زندی

کارشناس کاردرمانی

بخش کاردرمانی جسمی مرکز اسما

منبع: سایت تبیان

بهمن ماه ۱۳۸۹

بنابراین روش‌های پیشگیری عبارت
است از جلوگیری از بروز این
عوامل و پیگیری روش زندگی
سالم.

اما روش درمان و کاهش خطر
بروز زایمان نوزاد نارس شامل چه
مواردی می‌شود؟

با کنترل بیماری‌های مادر و کنترل تغذیه و تأمین شرایط مناسب برای حاملگی می‌توان از تولد نوزاد نارس جلوگیری کرد، اما بعد از تولد نیز با استفاده از امکانات جدید پزشکی می‌توان نوزادان نارس را با بهترین کیفیت نگهداری کرد و در نتیجه از مرگ و میر آنها جلوگیری کرد.

برای کاهش خطر زایمان نوزاد نارس نیز باید مواردی را رعایت کرد؛ مثلاً در مورد مادران افسرده و مضطرب، اگر پزشک متخصص با این افراد گفتگو کند می‌تواند ترس و اضطراب آنها را به حداقل برساند. حمایت و نقش پدر نیز در کاهش این اضطراب‌ها و نگرانی‌ها بسیار تاثیرگذار است.

برای پیشگیری از ابتلا به مسمومیت بارداری، کنترل دقیق موارد این بیماری و پرهیز از تصمیم‌گیری شتاب‌زده برای ختم بارداری را در موارد خفیف پره‌اکلامپسی (نوعی مسمومیت بارداری) توصیه می‌کنیم.