

احساس کردن حرکت طفل تان نشانه‌ای از صحت خوب او است.

اکثر زنان و افراد باردار بین هفته‌های 16 و 24 حاملگی شروع به احساس حرکت طفل خود می‌کنند.



با بخش ولادی خود به تماس شوید و فوراً برای معاینه بروید اگر:

- طفل شما کمتر از حد نورمال حرکت میکند
- حرکات ضعیف‌تر از حد نورمال احساس می‌شود
- حرکات متوقف شده‌اند

هیچ تعداد مشخصی برای حرکات نورمال وجود ندارد. هر طفل متفاوت است.

از هفته 16 الی 24 به بعد شما باید حرکات طفل تان را بیشتر و بیشتر احساس کنید تا هفته 32.

از آن زمان به بعد، حرکات باید تقریباً یکسان باقی بماند تا زمانی که ولادت کنید و در جریان درد ولادت نیز همین‌طور باشد.

چرا حرکات طفل من مهم است؟

بعضی اوقات، طفلی که کمتر حرکت میکند آکسیجن کافی به دست نمی‌آورد. تعداد کمی از اطفال که کمتر حرکت میکنند مرده به دنیا می‌آیند (این بدان معناست که آنها قبل از تولد می‌میرند).

بنابر این مهم است که فوراً معاینه شوید حتی اگر حاملگی شما بدون مشکل بوده یا قبلاً هیچ مشکلی نداشته‌اید.

اگر طفل من بعد از معاینه شدن کمتر حرکت کند چه؟

فوراً با بخش ولادی خود به تماس شوید. این کار را انجام دهید حتی اگر قبلاً در همان روز معاینه شده‌اید یا اخیراً به شما گفته شده که طفل تان خوب است. همیشه معاینه شوید، مهم نیست چند بار معاینه انجام می‌شود.

من در مورد حرکات مطمئن نیستم، اما فقط احساس میکنم که یک چیزی اشتباه است. من باید چه کار کنم؟

شما بدن و حاملگی خود را بهتر می‌شناسید.

اگر احساس میکنید یک چیزی اشتباه است، با بخش ولادی خود به تماس شوید و به آنها بگویید که می‌آید. شما باید این کار را انجام دهید حتی اگر نمی‌توانید دقیقاً توضیح دهید که چرا احساس میکنید یک چیزی اشتباه است.



در مورد حرکات طفل تان در دوران حاملگی بیشتر بخوانید



وقتی در شفاخانه معاینه میشوم چه اتفاقی خواهد افتاد؟

اگر این معاینات و تست‌ها را انجام ندادید، باید آنها را درخواست کنید. این رساله را به قابله یا داکتر خود نشان دهید.

اگر داکتر یا قابله شما می‌خواهد معاینات متفاوتی را انجام دهد، باید دلیل طبی آن را توضیح دهد. شما همچنان می‌توانید معاینات و تست‌های این رساله را نیز بخواهید.

از هفته 26 به بعد

یک قابله یا داکتر **همچنان** کارهای زیر را انجام خواهد داد:

ضربان قلب و حرکات طفل شما را با استفاده از ماشین CTT نظارت میکند - ماشینی که به شکم شما بسته میشود و ضربان قلب طفل شما را نشان میدهد.



24 الی 26 هفته حاملگی

یک قابله یا داکتر کارهای زیر را انجام خواهد داد:

به ضربان قلب طفل تان گوش میدهد



در مورد حرکات طفل تان پرسا می‌کند



فشار خون شما را چک میکند



ادرار شما را معاینه میکند



اندازه شکم شما را بررسی میکند



بعد چه اتفاقی خواهد افتاد؟

اگر داکتر یا قابله شما نگرانی داشته باشد، در مورد اینکه بعد چه اتفاقی باید بیفتد با شما صحبت خواهد کرد.

شما نباید به خانه فرستاده شوید تا زمانی که:

- حرکات طفل شما برای تان اطمینان‌بخش باشد
- تستی نشان دهد که شما و طفل تان در آن زمان خوب هستید
- اگر تست‌ها مشکلی را نشان دهند، شما نباید بدون یک پلان واضح به خانه فرستاده شوید.

تشکر از سازمان‌های زیر برای حمایت از تهیه این رساله:



معلومات بیشتر را در اینجا پیدا کنید

www.tommys.org/pregnancy-information

نظرات خود را به pregnancyinfo@tommys.org بفرستید

سازمان Tommy's یک خیریه ثبت شده به شماره 1060508 و SC039280 است
بازنگری شده در جنوری 2026. بازنگری بعدی جنوری 2029