

احساس حرکت کودکتان نشانه‌ای از این است که او سالم است

در بیشتر زنان و افراد باردار احساس حرکت کودک بین هفته‌های 16 و 24 بارداری شروع می‌شود.



با بخش زایمان خود تماس بگیرید و فوراً برای معاینه بروید اگر:

- کودک شما کمتر از حد معمول حرکت می‌کند
- حرکات ضعیف‌تر از حد معمول احساس می‌شوند
- حرکات متوقف شده‌اند

هیچ تعداد دفعات مشخصی برای حرکات طبیعی وجود ندارد. هر کودکی متفاوت است.

از هفته 16 تا 24 به بعد تا هفته 32 باید حرکات کودک خود را بیشتر و بیشتر احساس کنید.

از آن زمان به بعد، حرکات باید تقریباً به همان شکل ادامه یابد تا زمان زایمان و همچنین در طول درد زایمان.

چرا حرکات کودک من مهم است؟

گاهی اوقات، کودکی که کمتر حرکت می‌کند اکسیژن کافی دریافت نمی‌کند. تعداد کمی از کودکانی که کمتر حرکت می‌کنند مرده به دنیا می‌آیند (این بدان معناست که آنها قبل از تولد می‌میرند).

بنابراین مهم است که فوراً معاینه شوید حتی اگر بارداری شما بدون مشکل بوده یا قبلاً هیچ مشکلی نداشته‌اید.

اگر کودک من پس از معاینه کمتر حرکت کند باید چه کار کنم؟

فوراً با بخش زایمان خود تماس بگیرید. این کار را انجام دهید حتی اگر اندکی قبلتر در همان روز در آنجا ویزیت شده‌اید یا اخیراً به شما گفته شده که کودکتان سالم است.

همیشه معاینه شوید، مهم نیست چند بار این انجام می‌شود.

من در مورد حرکات مطمئن نیستم، اما فقط احساس می‌کنم که مشکلی وجود دارد. چه کار باید بکنم؟

شما بدن و بارداری خود را بهتر از هر کسی می‌شناسید.

اگر احساس می‌کنید مشکلی وجود دارد، با بخش زایمان خود تماس بگیرید و به آنها بگویید که در حال رفتن به آنجا هستید. شما باید این کار را انجام دهید حتی اگر نتوانید دقیقاً توضیح دهید که چرا احساس می‌کنید مشکلی وجود دارد.

- برای معاینه شدن تا روز بعد صبر نکنید. بخش زایمان 24 ساعت شبانه روز و 7 روز هفته باز است. شما می‌توانید در هر زمانی از شبانه روز تماس بگیرید و معاینه شوید.

اگر از خانه دور هستید، می‌توانید با هر بخش زایمانی تماس بگیرید.

- هیچ کاری برای تلاش در جهت به حرکت واداشتن کودک خود انجام ندهید.

- از داپلرهای خانگی، مانیتورهای دستی یا برنامه‌های تلفن همراه برای بررسی ضربان قلب کودک خود استفاده نکنید. حتی اگر صدای ضربان قلب را می‌شنوید، این بدان معنا نیست که کودک شما سالم است.



درباره حرکات کودک خود در دوران بارداری بیشتر بخوانید



وقتی در بیمارستان معاینه می‌شوم چه اتفاقی می‌افتد؟

اگر این معاینات و آزمایش‌ها برای شما انجام نشد، باید آنها را درخواست کنید. این بروشور را به ماما یا پزشک خود نشان دهید. اگر پزشک یا مامای شما می‌خواهد معاینات متفاوتی انجام دهد، باید دلیل پزشکی آن را توضیح دهد. شما همچنان می‌توانید معاینات و آزمایش‌های موجود در این بروشور را نیز درخواست کنید.

26 هفته به بعد

یک ماما یا پزشک همچنین کارهای زیر را انجام خواهد داد:

ضربان قلب و حرکات کودک شما را با استفاده از مانیتور CTG کنترل می‌کنند - دستگاهی که به شکم شما بسته می‌شود و ضربان قلب کودک را نشان می‌دهد.



24 تا 26 هفته بارداری

یک ماما یا پزشک کارهای زیر را انجام خواهد داد:

به صدای ضربان قلب کودک شما گوش می‌دهند



درباره حرکات کودک شما سوال می‌کنند



فشار خون شما را بررسی می‌کنند



اددار شما را آزمایش می‌کنند



اندازه شکم شما را بررسی می‌کنند



بعد چه اتفاقی خواهد افتاد؟

اگر پزشک یا مامای شما نگرانی خاصی داشته باشد، درباره اینکه چه اتفاقی باید بیفتد با شما صحبت خواهد کرد.

شما نباید به خانه فرستاده شوید تا زمانی که:

- حرکات کودک شما برایتان اطمینان‌بخش باشد
 - آزمایشی نشان دهد که شما و کودک در آن زمان سالم هستید
- اگر آزمایش‌ها مشکلی را نشان دهند، نباید بدون یک برنامه مشخص به خانه فرستاده شوید.

با تشکر از سازمان‌های زیر برای حمایت از تهیه این بروشور:



اطلاعات بیشتر در

www.tommys.org/pregnancy-information

ارسال بازخورد به pregnancyinfo@tommys.org

خبریه Tommy's به شماره 1060508 و SC039280 ثبت شده است
بازبینی ژانویه 2026. بازبینی بعدی ژانویه 2029