

نشانه حاملگی ۱۰

برخی از زنان از همان لحظه انعقاد نطفه به حامله بودن خود پی میبرند. برای بقیه ممکن است بعد از پنج تست مثبت حاملگی یا ظهور یک سری علائم این اطمینان حاصل گردد. اگر تصور میکنید که باردار هستید، امیدواریم این لسیت که شامل متداولترین نشانه های حاملگی می باشد، پاسخ سؤال شما را بدهد. بخاطر داشته باشید که همه زنان با هم تفاوت داشته و در نتیجه ممکن است هیچ یک (یا برخی) از این علائم را تجربه نکنند:

۱- درد سینه و نوک سینه

هنگام حاملگی تقریباً سه هفته بعد از عمل لقاح متوجه درد در سینه و نوک سینه خود می شوید (وقتی قاعدگی حدود یک هفته دیر می گردد). همچنین ممکن است متورم شوند — همانند نزدیک شدن به زمان قاعدگی.

۲- لک دیدن خفیف یا گرفتگی عضلات شکم

اگر باردار باشید، لکه های خفیف صورتی رنگ در زمان تشکیل جنین می تواند نمایان گردد — وقتی که جنین در داخل پوشش رحم قرار میگیرد. این تقریباً هشت تا ده روز بعد از تخمک گذاری روی می دهد، کمی زودتر از رسیدن موعد قاعدگی. معمولاً می توان خونریزی ناشی از تشکیل جنین را از قاعدگی معمولی تشخیص داد: اگر کمی زودتر از زمان مورد انتظار رخ دهد، اگر خفیف و اندک و به صورت لک باشد، مایل به رنگ صورتی باشد (نه قرمز و غلیظ همانند قاعدگی معمولی) و از الگوی یک قاعدگی نرمال پیروی نکند (خفیف، به تدریج شدید و سپس دوباره خفیف). گرفتگی عضلات شکم نیز میتواند در مراحل آغازین بارداری شایع باشد. وقتی که رحم حالت متوسط خود را بدست آورده و در سه ماهه دوم توسط استخوان لگن خاصره بهتر نگهداری می شود، بدن همانند زمان قاعدگی مستعد گرفتگی و درد عضلات شکم میگردد.

۳- تیره شدن دور نوک سینه

در دوران اولیه حاملگی -- نزدیک زمان قاعدگی -- ممکن است دور نوک سینه (بخش تیره تری که نوک سینه را احاطه کرده) تیره تر و قطور تر گردد. گفته می شود که رنگ تیره تر دور نوک سینه به نوزاد در یافتن نوک سینه برای شیر خوردن کمک می کند. همچنین ممکن است رگهای سینه نمایانتر شده و برآمدگی های کوچکی که در اطراف نوک سینه قرار دارند بزرگتر شده و تعدادشان افزایش یابد -- بطور متوسط بین ۴ تا ۲۸ عدد به ازای هر سینه.

۴- خستگی مفرط

در صورت حاملگی، یکی از شایع ترین علائم در هشت تا ده هفته اول خستگی و فرسودگی می باشد. وقتی باردار میشوید، بدن شما دچار یک سری تغییرات متابولیک مهم می گردد. تمامی بخشهای بدن باید خود را برای فرایند رشد یک کودک آماده کنند. برای اغلب زنان، خستگی بعد از هفته دوازدهم بارداری از بین میرود.

۵- حالت تهوع و استفراغ

اگر باردار باشید، ممکن است خیلی سریع -- یک هفته بعد از عمل لقاح -- متوجه حالت تهوع و ناخوشی صبحگاهی گردید. حالت تهوع میتواند هر زمانی اتفاق بیفتد -- روز یا شب.

۶- ادرار مکرر

زمانیکه قاعدگی به مدت یک تا دو هفته به تاخیر می افتد، ممکن است متوجه شوید که بیشتر از حد معمول ادرار میکنید. این به آن دلیل است که کودک در حال رشد درون رحم، به مثانه شما فشار وارد می آورد.

۷- یبوست

ممکن است در روزهای اولیه بارداری متوجه تغییر در اجابت مزاج خود گردید. هورمونهای اضافی تولید شده در حین حاملگی، باعث میگردد روده کارایی خود را از دست بدهد.

۸- افزایش دمای طبیعی بدن

اگر دمای طبیعی بدن حتی بعد از سپری شدن زمان مقرر قاعدگی بالا ماند و به میزان قبل از تخمک گذاری تقلیل نیافت، احتمال حاملگی بسیار افزایش می باید. هنگامی که شما حامله میشوید، تخمک در لوله های رحم (محل رشد جنین) بارور میگردد. در این هنگام است که بدن شما نهایتاً میتواند تشخیصی دهد که شما حامله هستید. وقتی هورمون hCG ترشح می شود، زنان معمولاً برای بار سوم یک افزایش دما احساس میکنند که به اندازه تغییر دمای اولیه نیست، اما در خلال یک هفته تا ۱۲ روز بعد از اولین افزایش دمای مربوط به تخمک گذاری میتوان آن را مشاهده نمود.

۹- قطع قاعدگی

این میتواند اولین نشانه حاملگی بشمار آید بخصوص اگر روال قاعدگی شما بصورتی منظم بوده باشد. این نشانه به همراه نشانه های مثبت دیگر ممکن است بارداری شما را به اثبات برساند.

۱۰- تست حاملگی مثبت

اگر قاعدگی شما حداقل یک روز دیر شد، و آماده اید که حقیقت را بدانید، ممکن است بخواهید یک تست حاملگی خانگی را انجام دهید. تست حاملگی ادرار می تواند در فاصله ۱۰ تا ۱۴ روز بعد از عمل لقاح دقیق عمل نماید. اگر نمیتوانید تا موعد قاعدگی صبر کنید، تست حاملگی خونی می تواند در فاصله ۸ تا ۱۰ روز بعد از عمل لقاح دقیق عمل نماید. بخاطر داشته باشید که تست های حاملگی (حتی تست خونی) ۱۰۰ درصد بدون خطا و اشتباه نیستند. اگر نتیجه تست شما منفی بود و باز احساس حاملگی نمودید، یک هفته بعد تست را تکرار کرده و با پزشک خود درمیان بگذارید