



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران

معاونت درمان - مدیریت امور پرستاری

بیمارستان جامع زنان

بیماریهای عفونی دوران بارداری

چرا در زمان بارداری، باید از ابتلا به عفونت پیشگیری کنیم؟

1. بسیاری از عفونتها در زمان بارداری، شدیدتر هستند.
2. خطر انتقال عفونت از مادر به جنین
3. برخی عفونتها باعث ایجاد نقایص مادر زادی و یا سقط جنین می شوند.

چه عفونتهایی باعث ایجاد مشکلاتی در مادر و جنین می شوند؟

1. پاروویروس (بیماری پنجم) :

بیماری شایع دوران کودکی است. 60-40٪ افراد بالغ در مقابل این بیماری ایمن هستند. در بالغین پاروویروس باعث ایجاد علائم متوسط تا شدیدی شود که شامل: درد مفاصل، خستگی و درد بدن می باشد. گاهی راش (دانه های قرمز رنگ) روی صورت، تنه، بازوها و پاها ایجاد می کند. راش های روی صورت، منظره ای شبیه به صورت سیلی خورده ایجاد می کند. این بیماری بدون در مان خوب می شود ولی در صورت ابتلای خانمهای باردار صدماتی به جنین در حال رشد وارد می نماید از قبیل مرگ جنین، کم خونی شدید در جنین و مشکلات قلبی .

این بیماری حتی قبل از ایجاد علائم قابل انتقال می باشد. پیشگیری از ابتلا، مشکل می باشد. تنها راه، رعایت کامل موازین بهداشتی، شستن دستها و عدم مصرف غذا و نوشیدنی مشترک با دیگران است. بخصوص خانمهای باردار که با بچه های کوچک سروکار دارند (مربی مهد کودک، معلم)، باید مراقبت بیشتری بعمل آورند.

2. سیتومگالو ویروس (CMV) :

این ویروس نیز از بیماریهای شایع دوران کودکی است و از طریق تماس جنسی، بزاق و از طریق سایر مایعات بدن مثل (ادرار - عرق و...) انتقال می یابد. تنها راه پیشگیری، مانند پاروویروس، رعایت بهداشت می باشد. اگر شما در هنگام بارداری مبتلا به تب، درد بدن، بزرگی غدد لنفاوی، درد گلو و خستگی شدید، با پزشک بیماریهای عفونی مشورت نمائید.

خطر انتقال از طریق شیر مادر وجود دارد، ولی مزایای فراوان شیر دهی بر احتمال کم انتقال این ویروس از طریق شیر مادر می چربد.

3. توکسو پلاسموز:

این بیماری از طریق خوردن گوشت خام و یا نیم پز چهارپایان، یا از طریق تماس با گربه و از طریق خوردن سبزی ها و میوه ها که با مدفوع گربه آلوده شده باشند، انتقال می یابد. این بیماری معمولاً بدون علامت است و یا علائم خفیفی مثل تب پایین و یا بزرگی غدد لنفاوی گردن، خود را نشان می دهد ولی می تواند باعث صدماتی به جنین و نقایص مادرزادی در جنین شود.

4. لیستریوز:

این بیماری از طریق خوردن غذای آلوده انتقال می یابد. معمولاً تب، اسهال آبکی، تهوع و استفراغ، سردرد و درد مفاصل و عضلات ایجاد می کند و 2 تا 3 روز بیشتر طول نمی کشد. این بیماری می تواند در زنان باردار علائم شدیدتری ایجاد کرده و حتی باعث سقط یا مرگ در جنین گردد.

📌 چه کارهایی باید انجام دهیم تا از بروز عفونت جلوگیری کنیم ؟

- ✓ شستن مرتب دستها
- ✓ استفاده نکردن از غذا یا نوشیدنی دیگران
- ✓ مطمئن بودن از سلامت مواد غذایی
- ✓ عدم نگهداری از مواد غذایی خام در کنار مواد پخته شده
- ✓ توجه به تاریخ مصرف مواد غذایی
- ✓ نگهداری مواد غذایی در یخچال با دمای 4-0 درجه سانتی گراد و در فریزر 18- درجه سانتی گراد باشد.
- ✓ اگر گوشت را نمی پزید ظرف 48 باید آنرا داخل فریزر قرار دهید.
- ✓ غذای پخته نشده را باید ظرف 2 ساعت پس از پخت، داخل یخچال بگذارید.
- ✓ به هنگام گرم کردن مجدد ماده غذایی، می بایستی حداقل 74 درجه سانتی گراد حرارت ببیند.

- ✓ غذای گرم را می بایستی در دمای 60 درجه سانتی گراد و غذای سرد را در دمای 4 درجه سانتی گراد نگهداری کنید.
- ✓ استفاده از کاندوم حین تماس جنسی
- ✓ افراد خانواده و نزدیکان شما می بایستی در مقابل بیماریها واکسینه شده باشند.
- ✓ سعی کنید به مناطقی که از نظر بیماری های مسری پرخطر هستند سفر نکنید.
- ✓ هنگام بروز هرگونه مشکل با پزشک متخصص مشورت نمائید.