

جدول راهنمای مراقبت های پیش از بارداری و بارداری (مرور کلی و سریع)

زمان مراقبت نوع مراقبت	پیش از بارداری	مراقبت ۱ هفته ۴ تا ۱۰	مراقبت ۲ هفته ۱۴ تا ۲۰	مراقبت ۳ هفته ۲۴ تا ۳۰	مراقبت ۴ و ۵ هفته ۳۱ تا ۳۴ هفته ۳۵ تا ۳۷	مراقبت ۴ تا ۸ هفته ۳۸ تا ۴۰ (هر هفته یک مراقبت)
مصاحبه و تشکیل یا بررسی پرونده	<ul style="list-style-type: none"> مشخصات، نسبت خویشاوندی با همسر سابقه بارداری و زایمان قبلی بیماری و ناهنجاری، اختلالات روانی/ همسرآزاری رفتارهای پرخطر اعتیاد، مصرف سیگار / الکل رژیم غذایی خاص 	<ul style="list-style-type: none"> مشخصات، وضعیت بارداری فعلی، تعیین سن بارداری، مصرف مکمل ها و گروه های غذایی سابقه بارداری و زایمان قبلی بیماری و ناهنجاری، اختلالات روانی/ همسرآزاری، رفتارهای پرخطر، اعتیاد، مصرف سیگار و الکل شکایت های شایع و علائم خطر، تروما آخرین روش پیشگیری از بارداری 	<ul style="list-style-type: none"> بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر شکایت های شایع و علائم خطر تعیین سن بارداری اختلالات روانی / همسرآزاری مصرف مکمل ها و گروه های غذایی حرکت جنین، تروما 	<ul style="list-style-type: none"> بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر شکایت های شایع و علائم خطر تعیین سن بارداری اختلالات روانی / همسرآزاری مصرف مکمل ها و گروه های غذایی حرکت جنین، تروما 	<ul style="list-style-type: none"> بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر شکایت های شایع و علائم خطر تعیین سن بارداری توجه به تاریخ تقریبی زایمان اختلالات روانی / همسرآزاری مصرف مکمل ها و گروه های غذایی، حرکت جنین، تروما 	<ul style="list-style-type: none"> بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر شکایت های شایع و علائم خطر تعیین سن بارداری توجه به تاریخ تقریبی زایمان اختلالات روانی / همسرآزاری مصرف مکمل ها و گروه های غذایی، حرکت جنین، تروما
معاینه بالینی	<ul style="list-style-type: none"> اندازه گیری قد و وزن تعیین نمایه توده بدنی معاینه حیاتی، معاینه فیزیکی معاینه واژن و لگن معاینه دهان و دندان 	<ul style="list-style-type: none"> اندازه گیری قد و وزن تعیین نمایه توده بدنی و ترسیم منحنی وزن گیری علائم حیاتی، حال عمومی معاینه دهان و دندان معاینه فیزیکی 	<ul style="list-style-type: none"> اندازه گیری وزن، علائم حیاتی، ارتفاع رحم، حال عمومی ترسیم منحنی وزن گیری معاینه چشم، اندام ها و صورت، دهان و دندان، پوست شنیدن صدای قلب جنین، کلاس آمادگی زایمان 	<ul style="list-style-type: none"> اندازه گیری وزن، علائم حیاتی، ارتفاع رحم، حال عمومی ترسیم منحنی وزن گیری معاینه چشم، اندام ها و صورت، پوست شنیدن صدای قلب جنین، کلاس آمادگی زایمان 	<ul style="list-style-type: none"> اندازه گیری وزن، علائم حیاتی، ارتفاع رحم، حال عمومی ترسیم منحنی وزن گیری معاینه چشم، اندام ها و صورت، پوست، شکم(لئوپولد) شنیدن صدای قلب جنین، کلاس آمادگی زایمان 	<ul style="list-style-type: none"> اندازه گیری وزن، علائم حیاتی، ارتفاع رحم، حال عمومی ترسیم منحنی وزن گیری معاینه چشم، اندام ها و صورت، شکم(لئوپولد) شنیدن صدای قلب جنین
آزمایش ها یا بررسی تکمیلی	<p>CBC, BG, Rh, FBS, U/A, U/C, HBsAg, (در صورت نیاز)، پاپ اسمیر و تیترا آنتی بادی ضد سرخجه(در صورت نیاز)</p> <p>VDRL و HIV (در رفتارهای پرخطر)،</p>	<p>CBC, BG, Rh, U/A, U/C, BUN, Crea, HBsAg (در صورت نیاز)، HIV و VDRL (در رفتارهای پرخطر)، نوبت اول کومبیس غیر مستقیم (در مادر Rh منفی پس از اطلاع از مثبت بودن Rh همسر)، GCT (در مادر در معرض خطر دیابت)</p>	<p>سونوگرافی در هفته ۱۶ تا ۱۸ بارداری (از شروع هفته ۱۶ تا قبل از پایان هفته ۱۸ بارداری)</p>	<p>CBC, U/A, نوبت دوم کومبیس غیر مستقیم (در مادر Rh منفی با همسر Rh مثبت) GCT در هفته ۲۴ تا ۲۸ بارداری</p>	<p>سونوگرافی در هفته ۳۱ تا ۳۴ بارداری</p>	<p>-----</p>
آموزش و مشاوره	<ul style="list-style-type: none"> بهداشت فردی و روان بهداشت جنسی بهداشت دهان و دندان تغذیه/ مکمل های دارویی عدم مصرف مواد مخدر/ داروی مخدر، سیگار و دخانیات/ الکل شغل سخت و سنگین تاریخ مراجعه بعدی(در صورت نیاز) زمان قطع روش پیشگیری از بارداری و زمان مناسب باردار شدن 	<ul style="list-style-type: none"> بهداشت فردی و روان بهداشت جنسی بهداشت دهان و دندان تغذیه/ مکمل های دارویی عدم مصرف مواد مخدر/ داروی مخدر، سیگار و دخانیات/ الکل علائم خطر/ شکایت های شایع تاریخ مراجعه بعدی 	<ul style="list-style-type: none"> علائم خطر شکایت های شایع بهداشت فردی و دهان و دندان شکایت های شایع شیردهی توصیه به شرکت در کلاس آمادگی زایمان عدم مصرف مواد مخدر/ داروی مخدر، سیگار و دخانیات/ الکل تاریخ مراجعه بعدی 	<ul style="list-style-type: none"> علائم خطر شکایت های شایع بهداشت فردی و دهان و دندان شکایت های شایع شیردهی توصیه به شرکت در کلاس آمادگی زایمان عدم مصرف مواد مخدر/ داروی مخدر، سیگار و دخانیات/ الکل تاریخ مراجعه بعدی 	<ul style="list-style-type: none"> علائم خطر، شکایت های شایع تغذیه/ مکمل های دارویی فواید زایمان طبیعی و ایمن، و محل مناسب زایمان شیردهی/ تنظیم خانواده عدم مصرف مواد مخدر/ سیگار/ الکل توصیه به شرکت در کلاس آمادگی زایمان بهداشت فردی و دهان و دندان مراقبت نوزاد، علائم خطر نوزاد تاریخ مراجعه بعدی 	<ul style="list-style-type: none"> علائم خطر، شکایت های شایع تغذیه/ مکمل های دارویی فواید زایمان طبیعی و ایمن، و محل مناسب زایمان شیردهی بهداشت فردی و دهان و دندان عدم مصرف مواد مخدر/ سیگار/ الکل مراقبت از نوزاد، علائم خطر نوزاد تاریخ مراجعه بعدی
مکمل های دارویی	اسید فولیک (نسخه توسط پزشک)	اسید فولیک(از ابتدای بارداری تا پایان بارداری)، آهن و مولتی ویتامین(از شروع هفته ۱۶ بارداری تا پایان بارداری)				
ایمن سازی	سرخجه و توأم(در صورت نیاز)	توأم در صورت نیاز - رگام از هفته ۲۸ تا ۳۴ بارداری				

جدول راهنمای مراقبت های پس از زایمان (مرور کلی و سریع)

مراقبت ۳ (روزهای ۴۲ تا ۶۰)	مراقبت ۲ (روزهای ۱۰ تا ۱۵)	مراقبت ۱ (روز های ۱ تا ۳)	زمان مراقبت نوع مراقبت
- بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر - سؤال در مورد ترشحات مهبل و خونریزی، مشکلات ادراری- تناسلی و اجابت مزاج، وضعیت شیردهی، اختلالات روانی، سرگیجه، شکایت شایع، همسرآزاری، درد، مصرف مکمل های دارویی	- بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر - سؤال در مورد ترشحات مهبل و خونریزی، مشکلات ادراری- تناسلی و اجابت مزاج، اختلالات روانی، بیماری زمینه ای، وضعیت شیردهی، سرگیجه، شکایت شایع، همسرآزاری، درد، مصرف مکمل های دارویی	- مشخصات، وضعیت زایمان - سؤال در مورد ترشحات مهبل و خونریزی، مشکلات ادراری- تناسلی و اجابت مزاج، اختلالات روانی، بیماری زمینه ای، وضعیت شیردهی، سرگیجه، شکایت شایع، همسرآزاری، درد، مصرف مکمل های دارویی	مصاحبه و تشکیل یا بررسی پرونده
- معاینه چشم، دهان و دندان، پستان، شکم (رحم)، اندام ها، محل بخیه ها - کنترل علائم حیاتی، حال عمومی	- معاینه چشم، پستان ها، شکم (رحم)، اندام ها، محل بخیه ها - کنترل علائم حیاتی، حال عمومی	- معاینه چشم، پستان ها، شکم (رحم)، اندام ها، محل بخیه ها - کنترل علائم حیاتی، حال عمومی	معاینه بالینی
پاپ اسمیر (در صورت نیاز)	-----	-----	آزمایش ها
بهداشت فردی و روان و جنسی، بهداشت دهان و دندان، تغذیه و مکمل های دارویی، شکایت شایع، تداوم شیردهی، علائم خطر مادر و نوزاد، مراقبت از نوزاد، مشاوره تنظیم خانواده (در صورت عدم مشاوره در ملاقات دوم)، تاریخ مراجعه بعدی برای دریافت خدمات تنظیم خانواده	بهداشت فردی و روان و جنسی، بهداشت دهان و دندان، تغذیه و مکمل های دارویی، شکایت شایع، تداوم شیردهی، علائم خطر مادر و نوزاد، مراقبت از نوزاد، مشاوره تنظیم خانواده، مراجعه برای انجام پاپ اسمیر در صورت نیاز در هفته ۶ پس از زایمان، تاریخ مراجعه بعدی	بهداشت فردی، روان و جنسی، بهداشت دهان و دندان، تغذیه و مکمل های دارویی، شکایت شایع، نحوه شیردهی و مشکلات آن، علائم خطر مادر و نوزاد، تنظیم خانواده، مراقبت از نوزاد، تاریخ مراجعه بعدی	آموزش و مشاوره
آهن و مولتی ویتامین تا ۳ ماه پس از زایمان			مکمل های دارویی
-----	-----	رگام در مادر اره اش منفی با نوزاد اره اش مثبت طی ۷۲ ساعت اول پس از زایمان	ایمن سازی