

آموزش های لازم بعد از انتقال جنین

- بعد از انتقال جنین، استراحت طولانی در بخش لازم نیست و پس از ۳۰ دقیقه می توانید به منزل بروید.
- مثانه خود را تخلیه کنید. مثانه نیمه پر قبل از انتقال جنین برای انجام راحت تر سونوگرافی لازم است و بعد از انتقال جنین باید عمل دفع به صورت عادی انجام شود.
- داروهای تجویز شده توسط پزشک را طبق دستور مصرف کنید. استفاده صحیح از داروهای هورمونی تجویز شده بیشتر از مصرف مکمل ها در امکان موفقیت IVF تاثیر دارد.
- داروهای شما بر اساس شرایط و نیاز بدن شما نسخه شده است، داروهای خود را با دیگران مقایسه نکنید.
- در صورت کمبود دارو تا روز آزمایش دوم بارداری با بخش انتقال جنین (۰۲۱۲۳۵۱۹ داخلی ۲۷۳) تماس بگیرید.
- محل تزریق دارو را ماساژ ندهید و روی آن کمپرس سرد یا گرم نگذارید زیرا بر گردش خون ناحیه تزریق و میزان جذب دارو تاثیر می گذارد.
- در منزل به استراحت مطلق نیازی ندارید و می توانید فعالیت های روزمره خود را داشته باشید.
- در صورت نیاز به استعلاجی حتما به مامای بخش انتقال جنین اطلاع دهید. تعداد روزهای استعلاجی بر اساس نظر پزشک شما تعیین می شود.
- پس از انتقال جنین، فعالیت جسمی شدید که منجر به خستگی شود نداشته باشید. ورزش در حد قدم زدن و نرمش برای شما مناسب است.
- رفت و آمد از پله ها برای کارهای ضروری و با آرامش مانعی ندارد.
- خم و راست شدن برای کارهای ضروری مانند رکوع و سجده نماز، پوشیدن کفش، .. مانعی ندارد.
- از جابجایی و حمل اجسام سنگین پرهیز کنید.
- پس از رفتن به منزل می توانید استحمام کنید ولی از وان گرم استفاده نکنید.
- سرویس بهداشتی ایرانی و فرنگی فرقی ندارد و هر کدام را در منزل دارید استفاده کنید.
- برای نظافت ناحیه تناسلی از دوش واژینال یا تامپون استفاده نکنید و در لگن آب و بتادین یا سایر مواد ضدعفونی کننده ننشینید.

- از داشتن رابطه زناشویی خودداری کنید. در صورت باردار شدن تا زمانی که ضربان قلب جنین در سونوگرافی دیده شود رابطه زناشویی نداشته باشید. در صورت عدم بارداری تا زمان پایان خونریزی عادت ماهیانه بعدی رابطه زناشویی نداشته باشید.
- بلافاصله بعد از انتقال جنین، برگشتن به شهر محل سکونت با انواع وسیله نقلیه منعی ندارد. اگر پزشک به شما دستور خاصی داده است دستور پزشک خود را انجام دهید. در مسیر برگشت به منزل، بی حرکت نباشید و هر دو ساعت از وسیله نقلیه پیاده شوید و چند قدم راه بروید.
- غذای معمولی میل نمایید. ماده غذایی یا رژیم غذایی خاصی جهت افزایش شانس بارداری معرفی نشده است. برای جلوگیری از یبوست از مواد غذایی حاوی فیبر (میوه و سبزیجات) و مایعات بیشتر استفاده کنید.
- از بیبی چک (آزمایش خانگی بارداری) استفاده نکنید و در تاریخ های مشخص شده آزمایش خون بدهید.
- در روزهای ۱۴ و ۱۶ بعد از انتقال جنین، جهت انجام آزمایش بارداری (سنجش مقدار هورمون HCG در خون) به آزمایشگاه نزدیک منزل خود مراجعه کنید.
- آزمایش بارداری نیاز به ناشتا بودن ندارد. هر دو آزمایش را در یک آزمایشگاه انجام دهید.
- نتیجه آزمایش بارداری را در شیفت صبح به شماره تلفن ۰۲۱۲۳۵۱۹ داخلی ۸۲۳ (پاسخگویی کلینیک بارداری) اطلاع دهید.
- در صورتی که نتیجه آزمایش بارداری مثبت باشد در شیفت صبح با شماره تلفن ۰۲۱۲۳۵۱۹ داخلی ۸۱۸ (کلینیک بارداری) تماس بگیرید و نوبت ویزیت بارداری را رزرو نمایید.
- تا زمان مراجعه به پزشک به مصرف داروهای قبلی تان ادامه دهید. در صورت کمبود دارو با در دست داشتن برگه آموزشی دارای مهر پزشک به داروخانه نزدیک منزل خود مراجعه و داروها را تهیه کنید.
- اولین مراجعه شما در هنگام بارداری، حداکثر یک هفته بعد از آزمایش مثبت بارداری جهت انجام سونوگرافی واژینال و دیدن ساک بارداری است. افرادی که سابقه سقط مکرر دارند باید بلافاصله بعد از مثبت شدن آزمایش بارداری مراجعه کنند.
- در صورت تمایل به استفاده از خدمات غیرحضور کلینیک بارداری با مامای کلینیک بارداری صحبت کنید.

- سه روز اول پس از انتقال جنین، لکه بینی عادی است اما از روز چهارم، لکه بینی را سریعاً اطلاع دهید.

- ممکن است درد مختصری در شکم یا لگن داشته باشید، در صورت نیاز می توانید از قرص استامینوفن ساده استفاده کنید.

- دو هفته انتظار تا زمان انجام آزمایش بارداری ممکن است آزار دهنده باشد. مراقب وضعیت روحی و روانی خود باشید. خود را با فعالیت های سرگرم کننده و آرامش بخش مشغول کنید. تنها نمانید و با بقیه افراد در ارتباط باشید.

- استفاده از اینترنت و موبایل برای انجام کارهای ضروری مانعی ندارد.

- به علایم هشدار دقت کنید:

درد شدید شکم یا لگن

لکه بینی از روز چهارم بعد از انتقال

خونریزی از واژن

تب (دمای بدن بالاتر از ۳۸ درجه سانتیگراد)

مشکل در دفع ادرار یا دفع دردناک ادرار

حالت تهوع شدید یا استفراغ

تنگی نفس

درد قفسه سینه

درد اندام ها

حساسیت شدید

- در صورت مشاهده هر یک از علایم هشدار؛ در ساعت های کاری به واحد پاسخگویی به سوالات پزشکی کلینیک زنان به شماره ۰۲۱۲۳۵۱۹ داخلی های ۸۱۹ و ۸۲۰، و در ساعت ها و روزهای تعطیل با شماره تلفن آنکالی ۰۲۱۲۲۶۴۴۷۳۰ تماس بگیرید.