

## آمادگی های لازم قبل از انجام نوار قلب جنین

### (تست بدون استرس):

➤ ترجیحا گرسنه نباشید ، وعده غذایی سبکی میل کنید هنگامی که غذا

هضم شود جنین بیدار می شود و حرکات بیشتری خواهد داشت ، در

صورتی که دیابتی نیستید می توانید مایعات شیرین میل کنید.

➤ در صورت داشتن قند بارداری یا دیابت می توانید بیسکویت ساقه

طلایی و شیر میل کنید. ( یا رژیم غذایی که پزشکتان در نظر گرفته

است )

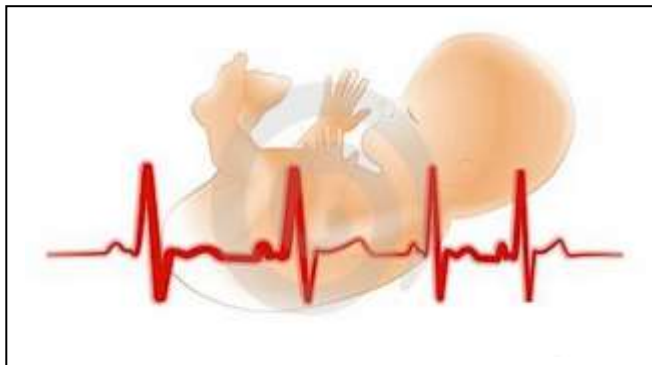
➤ قبل از انجام نوار قلب جنین آب فراوان بنوشید.

➤ قبل از مراجعه متما مثانه خود را خالی کنید.

➤ چند ساعت قبل از انجام نوار قلب از کشیدن سیگار و قلیان

پرهیز کنید ، کشیدن دانهیات باعث می شود فعالیت جنین کم

شود .



## نوار قلب جنین یا تست بدون استرس چیست؟

این تست به منظور بررسی تغییرات طبیعی یا غیر طبیعی ضربان قلب

جنین انجام می شود ، به طور مثال در حالت طبیعی با حرکت جنین ضربان

قلب نیز افزایش پیدا می کند.

از هفته ی 28 بارداری حرکات جنین اهمیت

بیشتری دارد ، هرچه به انتهای بارداری نزدیک می شوید به دلیل بزرگ

شدن جنین حرکات او کمتر می شود.

جنین در حالت خوابیده به دست چپ و در مدت 2 ساعت بعد از غذا

باید 10 حرکت داشته باشد.



به نام خالق هستی  
دانشگاه علوم پزشکی شیراز  
مرکز آموزشی درمانی حافظ  
عنوان:



آمادگی های لازم برای انجام نوار قلب جنین

(تست بدون استرس)

تهیه کنندگان: مهشاد زارع (کارشناس ماماپی)

منبع: کتاب ویلیامز 2022

تاریخ تدوین: پاییز 1401

تاریخ بازنگری:



مرکز آموزشی درمانی

یادتان باشد که حرکت هر جنین باید نسبت به فودش سنبله شود ، برقی

جنین ها کلا پر حرکت هستند و برقی دیگر کم تفرک.

اگر طی یک روز حرکت جنین کم یا زیاد شود ممکن است نشانه در فطر

بودن جنین باشد.

