

## NST

ارزیابی سلامت جنین شامل تست هایی می باشد که سلامت جنین را ارزیابی می کند و شامل NST- سونوگرافی بیوفیزیکال و ... است.

در روش NST میزان افزایش تعداد ضربانات قلب جنین حین فعالیت از طریق یک مانیتورینگ الکترونیکی کنترل می شود.



### کاربرد این تست:

مرده زایی قبلی- پارگی زودرس کیسه آب- تاخیر رشد داخل رحمی- دوقلوئی با اختلاف واضح بین دو قل- کاهش یا افزایش مایع اطراف جنین- کاهش حرکات جنین- بیماریهایی از قبیل دیابت، فشارخون مزمن، کلیوی و ...- سیر زایمان و و القای دردهای زایمانی.

## روش انجام کار

- ❖ مادر در وضعیت نیه نشسته یا خوابیده به پهلوی چپ قرار گرفته و به مانیتور الکترونیکی وصل می شود. ابتدا ژل روی شکم مالیده می شود و دو کمربند به دور شکم مادر قرار داده می شود. سپس پروب ها گذاشته می شود.
- ❖ حداقل زمان انجام این تست 20 دقیقه می باشد.
- ❖ طی انجام تست که ضربان قلب جنین در حال ثبت می باشد از مادر خواسته می شود که حس حرکات جنین را با فشردن شاسی گزارش نماید.

### نتایج تست

اطمینان بخش (Reactive)

غیر اطمینان بخش (Non Reactive)

### تست اطمینان بخش یا Reactive

در طی یک دوره 20 دقیقه ای تعداد ضربان قلب جنین حداقل 2 بار افزایش سرعت را نشان می دهد به طوریکه در هر بار افزایش، ضربان قلب جنین 15 تا بالا برود و به مدت 15 ثانیه طول بکشد.

نکته: قبل از 32 هفته این میزان افزایش ضربان قلب 10 ضربه در 10 ثانیه است.

## تست غیر اطمینان بخش یا Non Reactive

فقدان افزایش ضربان قلب طی 40 دقیقه- فقدان خط پایه مناسب در قلب جنین- فقدان تغییر پذیری ضربان قلب جنین- کاهش ضربان قلب جنین از حد طبیعی- افزایش ضربان قلب جنین از حد طبیعی و ...

### علل تست غیر اطمینان بخش

میزان رسیدگی جنین- خواب جنین- مصرف دخانیات توسط مادر- کمبود اکسیژن جنین- برخی عفونت ها- ناهنجاریهای سیستم عصبی و قلبی جنین و ...

### درمان

اگر NST اطمینان بخش و طبیعی باشد اجازه ادامه بارداری داده می شود و تکرار تست در فواصل منظم صورت می گیرد.

اگر NST غیر اطمینان بخش باشد باید تست های دیگر انجام شود. چون در 80 درصد موارد تستهای غیر اطمینان بخش، به طور کاذب غیر اطمینان بخش هستند.

### نکاتی که مادر باید به آن توجه کند



**NST (تست بدون استرس)**

**آموزش به بیمار**



تهیه کننده: واحد لیبر

تایید کننده: دکتر قلی بیکی-متخصص زنان

شماره سند: EL-09-29

تاریخ صدور: 1404/11/15

تاریخ بازنگری: 1405/11/15

یک ساعت یا زودتر جنین شما 4 حرکت یا بیشتر داشته باشد تعداد حرکات مناسب است.

چنانچه تست حرکت را به مدت یک ساعت انجام دادید و نتیجه ی مطلوب به دست نیامد باید یک ساعت دیگر به شمارش ادامه دهید. احساس 10 حرکت جنین طی 2 ساعت اطمینان بخش است.

جهت پاسخگویی به سوالات مربوط به این بیماری با شماره تلفن زیر تماس حاصل فرمایید

تلفن: 35225120 الی 28

جهت اطلاعات تکمیلی به سایت ذیل مراجعه نمایید:

[Vlayathouse.semums.ac.ir](http://Vlayathouse.semums.ac.ir)

منابع: ویلیامز 2018- راهنمای کشوری ارایه خدمات مامایی و زایمان

1- حتما قبل از انجام این تست غذا به میزان کافی مصرف نمایید. و یا مایعات شیرین میل کنید، گرسنگی سبب می شود تست به طور کاذب غیر اطمینان بخش شود.

2- جنین هم مثل ما دوره های خواب و بیداری دارد که بین 20 تا 45 دقیقه طول می کشد و در موقع خواب حرکت نمی کند به همین دلیل تا پایان دوره 45 دقیقه باید برای کنترل حرکات جنین حوصله به خرج داد. بنابراین سعی شود به محض اینکه جنین شما بیدار شد تست شمارش حرکات جنین را شروع کنید.

**تست شمارش حرکات جنین توسط مادر**

آ- پیش از شروع شمارش از یک میان وعده شیرین (ترجیحا قندهای طبیعی) مصرف کنید یا تست حرکت را بعد از هر وعده غذایی انجام دهید.

ب- در یک محیط آرام قرار بگیرید.

پ- به پهلولی چپ بخوابید و دست را روی شکم قرار دهید.

د- شمارش حرکات را شروع کنید، ابتدا به مدت 1 ساعت حرکات جنین خود را بشمارید. در صورتی که طی