

جامعة حماه

كلية التمريض

سنة ثالثة

تمريض الأمومة وصحة المرأة

العناية التمريضية خلال الحمل

المحتوى

- المقدمة v
- التقييم v
- العناية بشكاوي الحمل v
- التغذية خلال الحمل v
- التنظيف الصحي v
- الرعاية النفسية والاجتماعية v
- التشخيص التمريضية v
- جدول الزيارات v

المقدمة:

العناية التمريضية خلال الحمل: هي تقديم رعاية تمريضية شاملة (جسديا، نفسيا، اجتماعيا) للسيدة خلال الحمل للحفاظ على صحة الأم والجنين.

الأهداف:

- مساعدة السيدة للتكيف مع الحمل
- تخفيف الاضطرابات المرافقة للحمل
- الكشف المبكر عن المشاكل المتعلقة بالأم والجنين
- الوقاية من حدوث مضاعفات
- تحضير السيدة للولادة والرضاعة
- تقليل نسبة وفيات الأمهات وحديثي الولادة

التقييم

القصة المرضية: الاسم - العمر - العنوان - العمل - المستوى التعليمي - الحالة المادية.

اسم الزوج - عمل الزوج - وجود قرابة

سوابق مرضية أو جراحية - أمراض عائلية - حساسية - العادات: النوم، الرياضة، التدخين،

الكحول

عدد مرات الولادة (Para) P.....

عدد مرات الحمل (Gravidia) G.....

عدد مرات الإجهاض (Abortion) A.....

عدد المواليد الأحياء (Live child) L.....

القصة النسائية:

الطمث:

تاريخ آخر طمث لتحديد موعد الولادة (+ 7 أيام، - 3 أشهر)

بداية الطمث، انتظام، المدة، القوام، الكمية، الأعراض المرافقة.

يكون القياس في الدورات الطمثية الغير منتظمة حسب مدة الدورة الطمثية نسبة إلى المدة

الطبيعية 28

مثال:

دورة 25 يوم \Leftarrow موعد الولادة = +4 أيام - 3 أشهر (25 أقل من 28 ب 3 \Leftarrow نضيف أقل من 7 بثلاث أيام)

دورة 30 يوم \Leftarrow موعد الولادة = +9 أيام - 3 أشهر (30 أكثر من 28 ب 2 \Leftarrow نضيف أكثر من 7 بيومين)

الحمل السابق: تاريخ الحمل السابق، عمر الحمل، المشاكل المرافقة أثناء الحمل، نوع الولادة، مدة المخاض، وزن المولود، جنس المولود، المشاكل المتعلقة.

وسائل تنظيم الأسرة: الوسيلة المستعملة، مدة الاستعمال، المشاكل المرافقة للوسيلة.

الفحص الفيزيائي:

• الفحص العام: أخذ العلامات الحيوية، قياس الطول والوزن، فحص بدني عام لجميع أجهزة الجسم.

• فحص البطن:

تقدير عمر الحمل:

الحافة الجانبية لليد اليسرى أسفل الرهابة ونحركها لأسفل البطن حتى نجس قعر

الرحم، يجرى عادة من الأسبوع 16

الأسبوع 16 \Leftarrow فوق ارتفاع العانة

الأسبوع 24 ⇐ عند السرة

الأسبوع 28 ⇐ فوق السرة

الأسبوع 32 ⇐ تحت الرهاية

الأسبوع 36 ⇐ بمستوى الرهاية

الأسبوع 40 ⇐ تحت الرهاية بأربع أصابع

مناورات جس البطن: تجرى بعد الأسبوع 24

المناورة الأولى: جس قعر الرحم بكلتا اليدين والأصابع مطبقة على بعضها

لتحديد جزء الجنين الذي يشغل أسفل الرحم

المناورة الثانية: جس جانبي الرحم بباطن اليدين لتحديد جهة ظهر الجنين وجهة

الأطراف، نستعمل يد لتثبيت الرحم واليد الأخرى لتحديد جهة الجنين.

المناورة الثالثة: جس أسفل الرحم تحت السرة لمعرفة جزء الجنين الذي يشغل

أسفل الرحم.

المناورة الرابعة: (مناورة باولك) مسك الجزء السفلي من الرحم باليد اليمنى،

ونحركه لليمين واليسار، إذا تحرك يكون غير متدخل وإذا لم يتحرك يكون

متدخل.

• سماع دقات قلب الجنين: نضع المسماع في منتصف المسافة بين الشوكة الحرقفية

الأمامية العلوية والسرة في جهة توضع ظهر الجنين.

بالمسماع من الأسبوع 17- بالايكو من الأسبوع السادس

النبض الطبيعي للجنين: 120 - 150 ضربة الدقيقة

• الفحص المهبلي:

المس المهبلي: يجرى في الزيارة الأولى لتحري جدران المهبل (التمدد، الاتساع،

وجودالتهاب) وعنق الرحم (فوهة العنق، قوام العنق)

يكرر المس المهبلي في الحالات: نزف مهبلي، آلام بطنية حادة، وجود التهابات نسائية،

دخول الحامل في المخاض واقتراب موعد الولادة للتحري عن الانمحاء والاتساع.

المنظار المهبلي:

يجرى في الزيارة الأولى ويظهر هذا الفحص عنق الرحم، جدران المهبل.

يمكننا من التحري عن وجود احمرار، بوليبيات، مفرزات غير طبيعية.
مسحة ببنيكولو: يمكن إجراء هذا الفحص للحامل واخذ هذه المسحة من خلايا عنق الرحم وفحصها تحت الميكروسكوب للكشف عن سرطان عنق الرحم أو قناة الولادة لإعطاء العلاج اللازم.
عند إجراء فحص مهبلي (مس، منظار) يجب مراعاة التعقيم والتطهير لمنع حدوث إنتان.

الايكو:

يجرى في كل زيارة ويظهر لنا: عمر الحمل، نبض الجنين، المجيء والتوضع، كمية السائل الأمينوسي، وجود أي تشوهات.....

الفحوصات المخبرية:

فحص البول:

يجرى في كل زيارة تقوم بها الحامل

وجود بروتين في البول أكثر من 300 ملغال في بول 24 ساعة ⇐ انسمام حملي

وجود غلوكوز في البول ⇐ سكري حملي

ارتفاع WBC ⇐ إنتان

ارتفاع RBC ⇐ نزف

فحص الدم الكامل:

يتم فحص الدم الكامل في الزيارة الأولى

الخضاب لمعرفة ما اذا كانت الحامل تعاني من فقر الدم

القيمة الطبيعية 12-16 غادل ، تنخفض في الحمل 1.5-2 غادل وخاصة في الأسبوع 30-3

الهيماتوكريت: القيمة الطبيعية 36-46% تتخفص في الحمل 4-7% وخاصة في الأسبوع 30-34

فحص واسرمان: يجرى في الزيارة الأولى للتأكد من أن الحامل لا تعاني من مرض الزهري لأنه يسبب تشوهات خطيرة بالجنين فيجب علاجه.

فحص زمرة الدم وعامل الريزوس: لنقل الدم للحامل في حال حدوث نزف. وللوقاية من حدوث تضاد في دم الجنين

اختبار تحمل السكر:

يطلب في الأسبوع 24-28

يطلب في حالات: (أجنة عرطل، قصة عائلية لداء السكري، قصة سابقة لأذية ولادية نتيجة كبر حجم الرحم)

بزل السائل الأمنوسي:

نقوم به في حالات الإسقاطات المتكررة، سوابق تشوهات بالأنيوب العصبي، قصة تشوهات عائلية، عمر الأم فوق 45 سنة، لمعايرة مركب (ألفا - فيتوبروتين) الذي يرتفع في التشوهات.

شكايات الحمل

الثالث الأول	الثالث الثاني	الثالث الثالث
حرقة الفؤاد	حرقة الفؤاد	حرقة الفؤاد
الحكة	الحكة	الحكة
غثيان واقياء	إمساك	إمساك
فرط العاب	بواسير	بواسير
كثرة تبول	ألم ظهري	ألم ظهري

وڌمات	زلة تنفسية	تعب
متلازمة الوريد الأجوف السفلي	متلازمة الوريد الأجوف السفلي	انخفاض الشهية
دوالي		دوخة
كثرة تبول		صداع
تقلصات عضلية		تورم اللثة
متلازمة نفق الرسغ		

العناية بحرقة الفؤاد:

1. تجنب الأطعمة الحاوية على دهون
2. تناول وجبات قليلة لفترات متكررة
3. الحركة بعد الطعام
4. تجنب الانحناء للأمام
5. النوم على وسادة مرتفعة
6. النوم على الجانب الأيمن
7. النوم بعد نصف ساعة من تناول الطعام
8. تجنب التدخين والمنبهات كالقهوة (التدخين يؤدي إلى توسيع الأوعية الدموية وبالتالي ترتخي الألياف الملساء وارتخاء معصرة الفؤاد)
9. ارتداء ملابس فضفاضة على الخصر

العناية بالغثيان و الإقياء:

1. تناول وجبات قليلة لفترات متكررة
2. الإكثار من الوجبات الحاوية على بروتين، فواكه، عصائر
3. الالتزام بتناول الإفطار الصباحي، ينصح بتناول القليل من الخبز أو البسكويت قبل النهوض من الفراش

4. تجنب الأطعمة الحاوية على دهون
5. البقاء بالفرش لمدة نصف ساعة، ثم النهوض بهدوء
6. استمرار الغثيان والإقياء أكثر من 12 أسبوع يدل على حالة مرضية، يجب مراجعة الطبيب لكشف وجود إقياءات الحمل المعنّدة: هي عبارة عن إقياء شديد بعد تناول الطعام مما يؤدي لحدوث نقص شديد في العناصر الغذائية واحتمال حدوث تشوهات جنينية.

العناية بفرط اللعاب:

1. الحفاظ على نظافة الفم والأسنان
2. الإكثار من السوائل

العناية بتورم اللثة:

1. العناية بنظافة الفم والأسنان لمنع حدوث التهاب
2. استخدام فرشاة أسنان لينة لمنع حدوث نزف
3. تجنب الأطعمة الصلبة والقاسية

العناية بانخفاض الشهية:

1. تناول وجبات بكميات قليلة وفترات متكررة
2. الإكثار من العصائر والسوائل
3. تزيين الوجبات
4. اختيار الأصناف المفضلة لدى الأم
5. قياس الوزن باستمرار في حال وجود وحام يجب تلبية رغبة الأم إذا كانت لا تتعارض مع نظامها الغذائي

العناية بكثرة التبول:

1. تجنب حصر البول
2. مراعاة النظافة الشخصية

3. الإقلال من تناول السوائل قبل النوم
4. الالتزام بإفراغ المثانة قبل الخروج من المنزل
5. تجنب البقاء لفترة طويلة في الأماكن غير المزودة بحمامات
6. وضع فوط صحية إذا لزم الأمر
7. تقييم لون البول ومراجعة الطبيب في حالة وجود حرقة أو ألم أو تغير في لون البول

العناية بالتعب:

1. أخذ قسط كافي من النوم والراحة
2. أخذ قيلولة أثناء النهار
3. اتباع نظام غذائي متوازن
4. إجراء تمارين رياضية منتظمة

العناية بالصداع:

1. النوم لفترات كافية ليلا (8 ساعات) وقيلولة خلال النهار (2 ساعة)
2. تجنب البقاء لفترة طويلة دون طعام
3. الإكثار من السوائل
4. المشي في الهواء الطلق
5. الاستحمام
6. إجراء مساج للرقبة والأكتاف
7. يجب مراجعة الطبيب في حال استمرار الصداع (فحص البصر، فحص الجيوب)

العناية بالحكة:

1. المحافظة على الأظافر نظيفة وقصيرة
2. تشتيت الانتباه عن الحكة بنشاطات أخرى
3. الاستحمام
4. تجنب استخدام الصابون المخرش
5. ارتداء ألبسة فضفاضة

العناية بالإمساك:

1. زيادة الحركة كالمشي أو تمارين رياضية
2. زيادة كمية السوائل
3. تناول الأطعمة الحاوية على ألياف كالخضار والفواكه
4. عدم تأجيل التغوط في حال الشعور به

العناية بالبواسير:

1. منع حدوث الإمساك
2. تجنب الضغط بشدة للتغوط في حالة الإمساك
3. الجلوس في مغطس دافئ 15-20 دقيقة ثلاث مرات في اليوم
4. الالتزام بالحركة والمشي بانتظام

العناية بالدوالي:

1. تجنب زيادة الوزن
2. تجنب الوقوف لفترات طويلة، وفي حال الوقوف أخذ فترات من الراحة
3. ارتداء جوارب طبية خاصة وأرطبة مطاطية مع خلعها قبل النوم
4. رفع القدمين للأعلى لمدة 20 دقيقة ثلاث مرات باليوم

العناية بالوذمات:

1. تناول وجبات غذائية غنية بالبوتاسيوم
2. تجنب الأطعمة المالحة
3. تجنب الوقوف لفترات طويلة
4. تجنب ارتداء الألبسة الضيقة والأرطبة الضاغطة في الأطراف السفلى

العناية بالألم الظهر:

1. الحفاظ على وضعية جيدة للظهر

2. ارتداء أحذية وتجنب الكعب
3. تجنب زيادة الوزن
4. تدليك الظهر وإجراء مساجات منظمة
5. زيادة فترات الراحة
6. النوم على أحد الجانبين
7. استخدام كمادات دافئة

العناية بالدوخة:

1. النهوض التدريجي من الفراش
2. تجنب الأماكن المرتفعة
3. تجنب الوقوف لفترة طويلة
4. زيادة كمية السوائل
5. تناول نظام غذائي متوازن

العناية بمتلازمة الوريد الأجوف السفلي:

1. النوم على أحد الجانبين
2. قياس الضغط باستمرار
3. زيادة كمية السوائل

العناية بالتقلصات العضلية:

1. الإكثار من الأطعمة الحاوية على كالسيوم (حليب، بيض)
2. كمادات دافئة للطرفين السفليين
3. إجراء تدليك للطرفين السفليين
4. الالتزام بإجراء تمارين رياضية منتظمة

العناية بالزلة التنفسية:

1. تعليم الأم تمارين الاسترخاء والتنفس العميق

2. وضع وسادة تحت الأكتاف عند النوم
3. الحفاظ على تهوية كافية ومتجددة في البيئة المتجددة
4. تجنب الأعمال المجهدة

العناية بمتلازمة نفق الرسغ:

1. وضع جبيرة على اليد عند النوم
2. رفع اليدين على وسائد
3. تجنب الأعمال المجهدة كرفع أشياء ثقيلة
4. زيادة فترات الراحة

التغذية في الحمل

البروتين:

تحتاج الحامل 60 غ بروتين يوميا
ضروري من أجل ترميم الأنسجة، نمو وتطور الجنين والمشيمة والثديين، والمحافظة
على تكوين الهيموغلوبين والكريات الحمر
يتواجد في : (اللحوم، الحليب، الجبن، صفار البيض، الكبد، السمك، البقول)

الكاربوهيدرات:

تحتاج الحامل (50-200) غ يوميا
ضروري من أجل الحصول على الطاقة الحرارية- تكوين الهيكل العظمي- بناء الخلايا
المكونة لميناء الأسنان في اللثة
يتواجد في (الحبوب، الرز، البقول، البطاطا)

المغنزيوم:

تحتاج الحامل (320) ملغ يوميا
ضروري من أجل تكوين الحموض النووية- ونمو سليم للجنين

يتواجد في (اللحم الأبيض، البقول)

الزنك:

تحتاج الحامل (15) ملغ يوميا

ضروري من أجل نمو الأنسجة الجنينية - له دور في استقلاب وتركيب الأنسولين - له

دور في تكوين الحموض النووية

يتواجد في (اللحم، السمك، صفار البيض، الخضراوات، الزبدة)

نقص الزنك يؤدي لتشوهات في الجهاز التناسلي - زيادة فترة المخاض - مضاعفات

أثناء الولادة

الحديد:

تحتاج الحامل (30) ملغ يوميا

ضروري من أجل تكوين الهيموغلوبين - تكوين الهيموغلوبين وكريات الدم الحمراء عند

الجنين

يتواجد في (اللحم، الكبد، صفار البيض، الخضراوات، الفواكه)

نقص الحديد يؤدي لحدوث فقر دم

يستمد الجنين احتياجاته من الحديد في أول ثلثين، يخزن الحديد في الثلث الثالث

حمض الفوليك:

تحتاج الحامل 3 حبات من حمض الفوليك يوميا، كل حبة بمقدار 1ملغ.

هو نوع من أنواع فيتامين B complex

ضروري من أجل الوقاية من التشوهات الدماغية وتشوهات الأنبوب العصبي

الكالسيوم:

تحتاج الحامل 1200 ملغ يوميا

ضروري من أجل تكوين العظام والأسنان - تنظيم ضربات القلب - الحفاظ على المقوية

العضلية

له دور رئيسي في تغيير استقطاب الخلايا وخروج البوتاسيوم ودخول الصوديوم وتداخل
خيوط الأكتين والميوزين
يتواجد في الحليب البقري ومشتقاته، الحوم الحمراء، الخضار.

فيتامين C:

تحتاج الحامل 70 ملغ يوميا
ضروري من أجل تكوين العظام والأسنان، تشكيل الكولاجين
يتواجد في الخضار والفواكه خاصة الحمضيات

فيتامين B₆ :

تحتاج الحامل (3,2) ملغ يوميا
ضروري من أجل استقلاب البروتينات
يتواجد في (اللبن، الكبد، اللحم، البروتينات)
نقصه يؤدي إلى خلل واضطرابات في الجهاز العصبي

فيتامين B₁₂:

تحتاج الحامل (2,2) ملغ يوميا
ضروري من أجل تكوين الحموض النووية – تصنيع الأنسجة الجديدة
يتواجد في المنتجات الحيوانية

فيتامين B₁:

تحتاج الحامل (1,6) ملغ يوميا
يدعى فيتامين التيامين
يتواجد في الذرة، القمح، الخبز الأسود، كلى الحيوانات
نقصه يؤدي لإصابة الجهاز العصبي كضمور العضلات، وشلل الأطراف

فيتامين A :

تحتاج الحامل (500) وحدة عالمية يوميا
يدعى فيتامين النمو، ضروري لبناء الأسنان
يتواجد في (كبد و كلى الحيوانات، البيض، الزبدة، الجزر، السبانخ)

فيتامين D:

تحتاج الحامل (400) وحدة عالمية يوميا
يدعى الفيتامين المضاد للكساح
ضروري من أجل تنسيق وتمثيل الكالسيوم والفوسفور - نمو غشاء خلايا الجسم - الوقاية
من حدوث الكساح
يتواجد في الزيوت النباتية، الخضراوات المورقة كالخس، البقول، اللحم الأبيض، البيض،
زيت السمك

فيتامين E:

تحتاج الحامل (15) وحدة عالمية يوميا
يتواجد في الذرة، القمح، البيض، الكبد، بعض الأنسجة النباتية
نقصه يؤدي إلى موت الجنين - حدوث إجهاض عفوي

اليود:

تحتاج الحامل (175) وحدة عالمية يوميا
ضروري من أجل متطلبات الجنين
يتواجد في (السمك، زيت كبد السمك)

التثقيف الصحي في الحمل

الراحة والنوم:

- يجب أخذ قسط كافي من الراحة والاسترخاء والنوم لتجديد الخلايا العصبية لكي تقوم بمهامها.
- يجب على السيدة الحامل أن تنام 8 ساعات ليلا وساعتين بعد الظهر.
- يجب رفع الأطراف السفلية واستخدام وسادة صغيرة لاسناد البطن، يمكن وضع وسادة تحت الأكتاف في حال وجود زلة تنفسية.

الرياضة أثناء الحمل:

- تعمل الرياضة على: تهدئة الأعصاب - تنشيط الدورة الدموية - تحسين الشهية - منع البدانة - منع الإمساك - تشجع على النوم - تساعد على التنفس العميق - لتقوية عضلات الجسم وتليينها وبخاصة العضلات التي يحتاج إليها الجسم أثناء الولادة.
- يعتبر المشي في الهواء الطلق لمدة نصف ساعة من أفضل أنواع الرياضة للحامل.
- إجراء تمارين رياضية للأطراف، وتمارين بسيطة للبطن والحوض.
- تجنب الرياضات المجهدة مثل الركض والسباحة.
- إجراء التمارين بانتظام على الأقل 3 مرات بالأسبوع.
- أخذ النبض كل 15 دقيقة عند إجراء التمارين الرياضية.
- إيقاف التمارين عند الشعور بضيق تنفس أو دوخة أو تعب.

السفر:

- لا يوجد أضرار لسفر الحامل.
- لا مانع للسفر في القطار أو الطائرة.
- إذا اضطرت للسفر بالسيارة فعليها أن تأخذ فترات راحة كل ساعتين لمدة 15 دقيقة.
- السفر الغير مرغوب فيه في حالة الإجهاض المتكرر وفي آخر فترة الحمل خشية وقوع الولادة في مكان لا يوجد فيه مستشفى أو شخص يتمكن من مساعدتها.

الملابس:

- ارتداء ملابس واسعة وفضفاضة.
- تجنب استعمال أربطة ضاغطة.

- استعمال أحذية طبية وتجنب الكعب العالي.
- تحضير ملابس الطفل من الشهر الرابع حتى الشهر السابع.

العمل:

- أخذ قسط من الراحة وعدم القيام بأعمال مجهدة لأن هذا يضر بصحتها وصحة الجنين.
- تجنب مجالات العمل التي يمكن أن تتعرض فيها الحامل إلى مواد سامة كمركبات الرصاص، أو إشعاعات لأنها تسبب إجهاض وتشوهات جنينية.

التسلية:

- هي تجديد للنشاطات لتخفيف القلق وتحسين التكيف مع التغيرات الجديدة التي تحدث خلال الحمل.
- التسلية مهمة في حياة الإنسان عامة وخصوصا الحامل لأنه يهيئها نفسيا للقيام بدورها الجديد.
- للتسلية مصادر عديدة منها: المطالعة، الموسيقى، زيادة النشاطات العائلية.

العلاقة الجنسية:

- يحدث تغيرات كثيرة في عواطف الحامل ومشاعرها أثناء الحمل مما قد يؤثر على علاقتها الزوجية.
- تتغير الرغبة الجنسية أثناء الحمل أما تزيد أو تقل، ولكن هذا التغيير مؤقت.
- كبر حجم البطن لا يؤثر على النشاط الجنسي بين الحامل وزوجها إلا بعد الشهر الخامس من الحمل.

التدخين والكحوليات:

- التدخين مضر بشكل عام وخاصة بصحة الحامل لأنه يحتوي على مادة النيكوتين التي تقبض الأوعية الدموية.
- يقلل النيكوتين من نسبة الأكسجين في جسم الحامل ويزيد من نسبة أول أكسيد الكربون.
- إدمان التدخين يؤدي تأخر نمو الجنين داخل الرحم، ولادة باكرة، إجهاض.

- إدمان الكحول يؤدي إلى تناذر الجنين الكحولي وهي عبارة عن تشوهات قحفية وقلبية.

الأدوية:

- تحذير الحامل من ضرورة عدم تناول أي دواء وخاصة خلال الثلث الأول، إلا بعد استشارة الطبيب، والاطلاع إلى النشرة المرفقة بالدواء.

اللقاحات:

- الحصبة: يعتبر مضاد استطباب خلال الحمل، يعطى الغلوبين المناعي للوقاية بعد الإصابة.
- الحصبة الألمانية: مضاد استطباب خلال الحمل، لتأثيره المشوه للأجنة وخاصة في الثلث الأول من الحمل.
- النكاف: مضاد استطباب.
- السل : مضاد استطباب.
- الكزاز: مستطب وضروري خلال الحمل، يجب اعطاؤه على جرعتين:
الجرعة الأولى: في الأسبوع (20-24) من الحمل.
الجرعة الثانية: في الأسبوع (24 - 28) من الحمل.
- ملاحظة: اللقاحات المضادة للاستطباب هي اللقاحات الحية المضعفة التي تكون مصدر خطر بسبب انخفاض مناعة الحامل، أما اللقاحات المستطبة هي عبارة عن لقاح ميت.

التحضير للولادة:

- يجب التحضير للولادة قبل أسبوعين من التاريخ المتوقع للولادة.
- شرح حول آلية الولادة والإجابة عن تساؤلات الحامل.
- طمأنة الحامل وتقليل المخاوف والقلق حول الولادة.
- تحديد مكان الولادة قبل التاريخ المتوقع.
- تحديد نوع الولادة.

التحضير للإرضاع:

- تشجيع الأم على الرضاعة الطبيعية.
- شرح أهمية الرضاعة وفوائدها للأم والوليد.
- تقييم الحلمة بارزة أو غائرة.
- تعليم الأم كيفية حمل حديث الولادة وطريقة إرضاعه.

الرعاية النفسية والاجتماعية

الرعاية النفسية خلال الحمل:

- تقليل الخوف ومستوى القلق.
- تشجيع الحامل على طرح الأسئلة والتعبير عن مخاوفها.
- الإجابة عن أسئلتها بوضوح وبما يناسب مستواها الثقافي، بعيدا عن استخدام المصطلحات الطبية.
- طمأنة الحامل لزيادة ثقتها بنفسها.

الرعاية الاجتماعية خلال الحمل:

- يعتبر الحمل حدث عائلي هام يتأثر به جميع أفراد الأسرة وخاصة الزوج والزوجة والأولاد وغيرهم من باقي الأسرة.
- تشجيع الحامل على زيادة نشاطاتها الاجتماعية.
- تحضير الزوج وشرح كل مايتعلق بالحمل وتأثيره على السيدة الحامل لكي يتمكن من القيام بمساندة الزوجة وتقديم الطمأنة لها.
- التأكيد على ضرورة التواصل المستمر بين الحامل والأشخاص المحيطين، مع مراعاة التغيرات النفسية لدى الحامل.

التشخيص التمريضية

التشخيص التمريضية المستمرة خلال فترة الحمل:

∇ قلق

∇ عدم سلامة الجلد

∇ عدم فعالية التكيف الفردي

∇ عالي الخطورة للأذية

∇ اضطراب النموذج الجنسي

∇ اضطراب نموذج النوم

∇ نقص المعرفة

التشخيص في الثلث الأول:

∇ نقص حجم السوائل

∇ تغير نموذج التغذية: أقل من احتياجات الجسم

∇ اضطراب نموذج الإطراح البولي

∇ تغير في سلامة الأغشية المخاطية

∇ تعب

∇ عالي الخطورة للإنتان

التشخيص في الثلثين الثاني والثالث:

∇ ألم ظهري (ظهري، مفصلي)

∇ اضطراب نموذج التنفس (ث2)

∇ اضطراب نموذج الإطراح البولي

∇ تغير نموذج الإطراح الغائطي: إمساك

∇ عالي الخطورة للأذية

∇ عدم تحمل نشاط