

דף מידע אודות - בחילות והקאות יתר בהריון

מטופלת יקרה, זה עתה אושפזת במחלקת נשים עקב "הקאות יתר בהריון".

דף מידע זה, נועד לספק לך תשובות על התופעה והטיפול במסגרת האשפוז.

נשמח לענות על כל שאלה שתעלה בהמשך.

בחילות והקאות בהריון הינו מצב שכיח מאוד אשר מופיע בקרב 80% מהנשים ההרות בשליש הראשון של ההריון. לתופעה זו מספר דרגות. הדרגה הקלה ביותר ידועה בשם "בחילות בוקר", והדרגה הקשה ביותר מוגדרת "כהקאות יתר בהריון". "הקאות יתר בהריון" הינה תופעה המוגדרת כמצב מתמשך של הקאות מרובות בהריון, הגורמת למצב פיזיולוגי לא תקין: איבוד של יותר מ-5% ממשקל הגוף, הופעה של סימני התייבשות וקטונים בשתן (תרכובות אורגניות הנוצרות כאשר הגוף מפרק שומנים במקום פחמימות כמקור ראשי לאנרגיה). בנוסף יתכנו בחילות, עייפות, תשישות, רגישות לריחות וריור יתר.

הסיבות "להקאות יתר בהריון" אינן חד משמעיות ומושפעת ממספר גורמים:

- שינויים הורמונליים משמעותיים המתרחשים בתחילת ההריון אשר גורמים לתופעות רגשיות וגופניות.
- השפעות גופניות של ההריון על הגוף.
- האטה בהתרוקנות הקיבה במהלך ההריון.
- חסר בוויטמינים וחומרים חיוניים כגון ברזל ואלקטרוליטים (מלחים).

טיפול מוקדם במצב של בחילה והקאה בהריון הוא חיוני על מנת למנוע הדרדרות למצב של "הקאות יתר בהריון".

טיפול ומעקב במהלך האשפוז

במהלך האשפוז במחלקה, תקבלי תוספת נוזלים דרך הוריד, תרופות נגד בחילות והקאות, תרופות סותרות חומצה בקיבה, ויטמינים ותוספי תזונה בהתאם למצבך. יילקחו לך בדיקות שונות, כגון: בדיקות דם לאלקטרוליטים, בדיקות שתן לאצטון (לשלילת מצב של התייבשות), שקילה יומית ומעקב אחר לחץ דם, דופק וחום. במחלקת נשים צוות רב מקצועי, הכולל רופאים, אחיות, עובדת סוציאלית, דיאטנית קלינית שתתאים את התזונה הנכונה עבורך, וצוות רפואה משלימה אשר יטפל בך באמצעות דיקור סיני, רפלקסולוגיה ודימיון מודרך, זאת במטרה לחזק אותך במהירות, ביעילות, בצורה הטובה האיכותית והבטוחה ביותר.



המלצות

- כדאי לאכול ארוחות קטנות לעיתים תכופות, מאחר וקיבה מלאה עלולה להגביר את תחושת הבחילה.
(דוגמא לארוחה קלה - 2 פרוסות לחם עם גבינה, פרוסת לחם עם תפוח, מעדן, אגוזים, קרקרים).
- במידה ואת מתקשה לשתות, אכלי קרטיבים (קרח) בטעמים, ניתן למצוץ סוכריות חמוצות.
- השימוש בגיינג'ר הוכח כיעיל נגד בחילות (קיימות גם קפסולות למציצה).
- בצעי פעילות גופנית קבועה ומתונה עלולה להקל על הבחילות.
- תמיכה של משפחה וחברים, שיחה ואוורור רגשות.
- מנוחה והבנה שזהו מצב זמני וחולף.

לסיכום

"הקאות יתר בהריון" הינה תופעה זמנית המאופיינת בהקאות תכופות, גורמת להגבלה משמעותית ביכולת לשתות ולאכול ופוגעת באיכות החיים. תופעה זו ניתנת להקלה וטיפול בעזרת אמצעים תמיכתיים שונים (קבלת עירווי נוזלים), תרופתיים, ריגשיים והתאמת התזונה למצב זה.

אנו במחלקת נשים כאן לעזרתך ועבורך,

על מנת שתעברי את התקופה הזו בצורה הטובה, הנוחה והבטוחה ביותר.

מאחלים לך בריאות שלמה ואיתנה,

צוות מחלקת נשים המרכז הרפואי בני ציון.

טלפון : 04-8359264/3

