



را درگیر می کند. این خارش در شب بدتر می شود به حدی که منجر به اختلال خواب در مادر باردار می شود.

خارش معمولاً از دوره سوم بارداری شروع می شود. اما گاهی حتی زودتر نیز آغاز می شود. با نزدیک شدن به زمان زایمان شدت خارش ها افزایش پیدا می کند.

چند روز پس از به دنیا آمدن نوزاد این خارش ها خود به خود برطرف می شوند.

دیگر علائم کم تر شایع کلستاز بارداری شامل موارد زیر می شوند:

از دست دادن اشتها

حالت تهوع

زردی



عوامل خطر:

سابقه بیماری های کبدی در خانواده

بارداری دوقلوئی

سابقه خانوادگی یا فردی کلستازیس

در صورتی که مادر باردار قبلاً دچار این عارضه شده باشد، امکان بروز این حالت در بارداری های بعدی نیز وجود خواهد داشت.

شرح بیماری:

کلستازی بارداری معمولاً در اواخر بارداری رخ می دهد و منجر به خارش در کل بدن به خصوص در دست ها و پاهای مادر باردار می شود. کلستاز بارداری می تواند برای مادر بسیار ناراحت کننده باشد اما در طولانی مدت برای مادر خطری ندارد اما برای جنین در حال رشد در رحم مادر دارای خطرانی می باشد و به همین علت اغلب پزشک برای مادر زایمان زودرس را توصیه می کند.

واژه کلستازی به هر شرایطی اطلاق می شود که جریان صفرا که نوعی مایع گوارشی در کبد می باشد، دچار اختلال می شود. بارداری یکی از شرایطی است که می تواند منجر به این عارضه شود.

علل شایع:

علل ایجاد کلستاز بارداری هنوز مشخص نشده است. اما به نظر می رسد که ژنتیک یکی از عوامل موثر در ایجاد کلستاز بارداری می باشد.

هورمون های بارداری نیز در ایجاد این عارضه بی تأثیر نیستند. افزایش هورمون های بارداری به خصوص در سومین دوره بارداری می تواند بر عملکرد کبد و صفرا تأثیر گذاشته و منجر به اختلال در جریان خروج صفرا از کبد شود و در نهایت افزایش میزان صفرا در کبد منجر به ورود اسیدهای صفرا به جریان خون می شود، با تجمع پیدا کردن اسیدهای صفرا درون بافت های مادر، احساس خارش ایجاد می شود.

علائم:

شایع ترین علامت کلستازی ایجاد خارش در بدن می باشد این خارش در برخی از مادران باردار فقط در دست، کف دست و کف پا می باشد و در برخی دیگر کل بدن



مرکز آموزشی درمانی امین اصفهان

خارش دوران بارداری

تهیه کننده: واحد آموزش سلامت

تایید کننده: کمیته آموزش بیمار

تاریخ تهیه: 1403

منابع: ClinicalKey, WebMD, Mayo clinic



عوارض احتمالی:

برای مادر:

- اختلال در فرایند جذب ویتامین های محلول در چربی که به ندرت بر تغذیه مادر تأثیر می گذارد.
- در موارد بسیار نادر ایجاد مشکلات کبدی.
- تکرار شدن وضعیت در بارداری های بعدی.

برای جنین:

- افزایش احتمال تولد نوزاد نارس
- افزایش احتمال مکنونیوم: مواد زاید موجود در روده جنین وارد مایع آمنیوتیک (مایعی که جنین در آن شناور است) می شود و امکان دارد که جنین این مواد را که مکنونیوم نامیده می شود بلعد و در نتیجه آن مشکلات تنفسی برای نوزاد ایجاد می شود.

تشخیص:

- تشخیص توسط پزشک با اخذ شرح حال و معاینه دقیق صورت می گیرد و در صورت نیاز از دیگر روش های تشخیصی از جمله آزمایش خون برای بررسی عملکرد کبد و وجود نمک های صفرا استفاده می شود.
- سی.تی.اسکن
- ام.آر.آی
- سونوگرافی
- آندوسکوپی رتروگراد کلانژیوپانکراتوگرافی

درمان:

- هدف درمان کاهش خارش و برطرف کردن عوارض کلستاسیز می باشد.

- برای جلوگیری از ایجاد عوارض کلستاسیز برای نوزاد، ترجیحاً از طریق تداخلات پزشکی در هفته 37 بارداری فرایند زایمان صورت می گیرد.

فعالیت:

- از صابون های ملایم استفاده کنید و دقت کنید که آن را بخوبی آب کشی کنید و سپس به آرامی پوست را خشک کنید.
- پس از استحمام از کرم های مرطوب کننده استفاده کنید و ترجیحاً انواعی را که معطر نیستند انتخاب کنید زیرا بعضی از انواع عطریات می توانند پوست را تحریک کنند.
- لباس های نخی و گشاد بپوشید و هنگام گرمای روز از خانه خارج نشوید زیرا حرارت خارش را تشدید می کند
- نواحی که دچار خارش می شوند را در آب ولرم قرار دهید.
- برای برخی از خانم ها استفاده از حمام آب گرم جهت کاهش خارش موثر واقع می شود.
- استفاده از یخ نیز برای مدت زمان موقت می تواند منجر به کاهش خارش شود. اما باید توجه داشته باشید که بهتر است یخ را بدون واسطه و پوشش روی پوست قرار ندهید. بهتر است یخ را ابتدا در یک پوشش قرار داده و سپس آن را روی محل خارش قرار دهید.

رژیم غذایی:

- لسیتین:** نوعی چربی اشباع نشده است. بدن خود به صورت طبیعی مقداری لسیتین تولید می کند. لسیتین در غشای سلولی غذاهای حیوانی و گیاهی نیز وجود دارد. بر اساس تحقیقات صورت گرفته مصرف لسیتین می تواند مانع پیشرفت کلستاسیز شود. مواد غذایی که شامل لسیتین هستند شامل موارد زیر می باشند:
- محصولات سویا، روغن ذرت، بادام زمینی و سفیده تخم مرغ
- منابع لسیتین گیاهی هستند.

- گوشت و انواع محصولات لبنی منابع لسیتین گیاهی هستند.

- برای جلوگیری از مصرف بیش از حد کلسترول از منابع لبنی و محصولات گوشتی کم چرب استفاده کنید.

- در مصرف محصولات سوپا زیاده روی نکنید و سعی کنید تعادلی بین منابع حاوی لسیتین گیاهی و حیوانی برقرار کنید.

دارو درمانی:

- برای کاهش سطح صفرا در جریان خون مادر، کاهش خارش و کاهش عوارض برای کودک، داروی اورسودیول تجویز می شود.
- استفاده از آنتی هیستامین ها (ضد حساسیت ها) توصیه نمی شود زیرا در اکثر موارد مصرف این داروها تأثیری در کاهش خارش ها نداشته و برعکس می تواند اثرات مضر بر جنین داشته باشد. و حتی اگر تأثیری نیز داشته باشد می تواند منجر به کاهش احساس خارش، دیر مراجعه کردن به پزشک و در نتیجه بروز عوارض برای جنین شود.
- استفاده از کرم های ضد خارش نیز تأثیری بر کاهش خارش نداشته و منجر به بروز عوارض برای جنین می شود.
- ممکن است برای کاهش میزان خارش بدن برای شما قرص اسید اورسودی اکسی کولیک و ویتامین کا به مدت دو تا چهار هفته قبل از تاریخ زایمان تجویز گردد تا اطمینان حاصل شود که بیماری کبد بر روی توانایی خون شما برای لخته شدن تأثیر نگذارد.

در چه شرایطی به پزشک مراجعه نمایید؟

- در صورتی که در طی دوران بارداری خود به خصوص دوره سوم بارداری دچار خارش شدید حتماً به پزشک مراجعه کنید.
- در صورت بروز زردی
- در صورت بروز دیگر علائم نگران کننده.