

بار امانت

الهه رضاییان

پیشگیری از کمردرد در دوران بارداری

جلوی آینه مشغول مرتب کردن موهایم بودم. انگار نسبت به قبل پرتو و درخشنده تر شده است. به یاد این موضوع افتادم که الان موهای دختر کوچولوی ۶۵۰ کیلویی ام نیز احتمالا هم رنگ و هم حالت گرفته‌اند، هر چند که رنگ و حالت موهای او ممکن است بعد از تولد تغییر کند. اما در این هفته به وضوح دیده می‌شوند. از توی آینه یک نیم نگاهی هم به هیكلم انداختم، خصوصا در حالت نیمرخ. بعدش به کمربند حلقه‌ای که با این تغییر مرکز ثقل و افزایش خمیدگی در ستون فقرات دچار درد شدم.

البته جالب است بدانید با تغییر عادات بد که اغلب ما به آن دچاریم، می‌توانیم از کمردردهای بارداری پیشگیری کرده و یا حتی این دردها را تسکین دهیم.

مثلا هنگام ایستادن بسیاری از مردم وزن خود را روی یک پا می‌اندازند یا به عقب تکیه می‌کنند و یا خمیده می‌شوند که همه این وضعیت‌ها ستون فقرات را از هم ترازوی خود خارج کرده و به آن آسیب می‌زند یا در هنگام مسواک زدن به سمت سینک دستشویی خم شده و فشار اضافی به ستون فقرات می‌آورد.

اما من چند راه علمی یاد گرفتم که آن را به همه خانم‌های باردار توصیه می‌کنم:

سعی کنید کمی به سمت پایین چمباتمه زده و یک ساعت خود را به سینک تکیه دهید. (مانند شکل مقابل).

همچنین می‌توانید یک پای خود را روی چهار پایه قرار دهید که این به شما امکان می‌دهد هم ترازوی ستون فقرات را حفظ کنید و فشار را از روی کمر بردارید.

نکته بعدی در مورد پوشیدن جوراب یا کفش است:

برای پوشیدن جوراب یا کفش‌تان به جای اینکه به جلو خم شوید، که این حالتی دلهره‌آور است و امکان افتادن خصوصا در هفته‌ها یا ماه‌های آخر بارداری است که تعادل شما کمی به هم می‌خورد. راه ایده‌آل را انتخاب کنید یعنی نشسته، در حالی که پشت خود را صاف نگه داشته اید یک پای خود را بالا بیاورید و روی پای دیگر قرار دهید. سپس جورابتان را بپوشید.

بهترین مقاله را انتخاب کنید

۱۹۹۱۵۲

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

۲۰۰۰۲۸

بیشتر

با آزمایش‌های پیش از زایمان آشنا شوید

توصیه‌های دکتر شیرین نیرومنش به مادران بعد از این

اگر شما جزو آن گروه از زوج‌هایی هستید که در هر سن و سال برای باردار شدن تا آنجایی که می‌توانید برنامه‌ریزی دارید، به‌طور قطع به اهمیت مشاوره پیش از بارداری و ضرورت چکاپ کامل خود پیش از باردار شدن پی برده‌اید. اما آیا تا به حال نام تست‌های پرناتال وراثت شنیده‌اید و آنها را می‌شناسید؟ ما گفتگوی با دکتر شیرین نیرومنش، متخصص زنان و نازایی، فلوشیپ پریناتولوژی (طب مادر و جنین) و استاد دانشگاه علوم پزشکی تهران ترتیب داده‌یم که تنها با این تست‌ها آشنا شویم بلکه ضرورت انجام هر کدام را هم متوجه شویم.

سلامت: آزمایش‌های پرناتال چه آزمایش‌هایی هستند؟

این آزمایش‌ها را از زمانی که حاملگی شروع می‌شود یعنی به‌محض عقب‌افتادن سیکل قاعدگی ماهیانه باید انجام داد. انجام این تست‌ها به منظور تشخیص زودرس مشکلات جنین است تا اگر مشکلی وجود دارد، به درمان جنین در داخل شکم مادر بپردازیم. این آزمایش‌ها از آزمایش و بررسی‌های ساده تا انواع تخصصی ادامه دارد. یعنی شامل معاینات بالینی شرح حال کامل است مانند: گرفتن فشارخون، وزن بیمار، سابقه بیماری یا جراحی‌های او، داروهایی که مصرف می‌کرده، اینکه آیا قبلا سابقه تزریق خون داشته یا نه... سپس یک آزمایش خون برای بررسی گلبول‌های قرمز و کم‌خونی احتمالی مادر و یک آزمایش ادرار به عمل می‌آید. اوره و کراتینین خون و فاکتورهای ادراری بررسی می‌شود و کشت ادرار صورت می‌گیرد.

سلامت: اگر کسی سابقه مشکل ادراری و کلاهیع علامتی نداشته باشد باز باید آزمایش ادرار بدهد؟

بله، این بررسی لازم است چون خود حاملگی زمینه عفونت را به دلیل تغییرات هورمونی فراهم می‌کند. این بررسی‌ها، به‌علاوه تعیین گروه خونی و RH یعنی مثبت یا منفی بودن گروه خون و همچنین بررسی از نظر هپاتیت در همه باید انجام شود ولی گروه‌هایی هستند که برخطر محسوب می‌شوند مانند مبتلایان به فشارخون، دیابت، آنها که سابقه زایمان قبلی نوزادی با وزن بالا برای مثال ۴/۵ کیلو را داشتند یا مرگ جنین داخل رحمی داشتند و یا سن بالای ادرارند که نیازمند پیگیری و بررسی بیشتر هستند.

دکتر نیرومنش

پرناتال است؟

بله، به‌طور وسیع از این تست بهره می‌گیریم. وضعیت جنین، چندقلوبی، سن حاملگی و خیلی از نقایص جنینی را با سونوگرافی معلوم می‌کنیم. برای مثال اگر جنین نقصی در جدار شکم دارد و کبد یا اندام داخل شکمی، در خارج از بدنش باشد با سونوگرافی قابل تشخیص است. مهم‌تر از اینکه در هفته ۱۱ تا ۱۴ بارداری توصیه می‌کنیم همه بررسی سونوگرافی برای تشخیص نشانگان داون را انجام دهند. (در شهرهای بزرگ امکان بررسی وجود دارد) این سونوگرافی بسیار تخصصی است و تنها ده تا دوازده نفر از متخصصان مهارت انجام این سونوگرافی را در سطح تهران دارند. با این بررسی، ضخامت پشت گردن جنین و همچنین استخوان‌بندی او بررسی می‌شود. در موارد مشکوک به نشانگان داون یا منگولیسم استخوان بیینی جنین در سونوگرافی دیده نمی‌شود و ضخامت پشت گردن افزایش پیدا می‌کند. همراه با این سونوگرافی یک آزمایش خون خاص هم می‌گیریم که به بررسی پروتئین مخصوصی در خون مادر می‌پردازد. آزمایشگاه خاص (حداکثر یک یا دو مرکز در تهران داریم) برنامه کامپیوتری مخصوصی دارد که با مراکز معتبر دنیا مرتبط است و میزان آن فاکتور و سن مادر را وارد می‌کند، تا خطر نشانگان داون مشخص شود. برای آنهایی که در گروه برخطر باشند، تست بررسی سلامت جنین یعنی آمینوستز انجام می‌شود. برای خانم‌های بالای ۴۰ سال از همان ابتدا و در حوالی هفته ۱۵ بارداری تست آمینوستز را توصیه می‌کنیم.

سلامت: مایع آمنیوتیک را که جنین در آن غوطه‌ور است چه‌طور بررسی

پرناتال است؟

بله، به‌طور وسیع از این تست بهره می‌گیریم. وضعیت جنین، چندقلوبی، سن حاملگی و خیلی از نقایص جنینی را با سونوگرافی معلوم می‌کنیم. برای مثال اگر جنین نقصی در جدار شکم دارد و کبد یا اندام داخل شکمی، در خارج از بدنش باشد با سونوگرافی قابل تشخیص است. مهم‌تر از اینکه در هفته ۱۱ تا ۱۴ بارداری توصیه می‌کنیم همه بررسی سونوگرافی برای تشخیص نشانگان داون را انجام دهند. (در شهرهای بزرگ امکان بررسی وجود دارد) این سونوگرافی بسیار تخصصی است و تنها ده تا دوازده نفر از متخصصان مهارت انجام این سونوگرافی را در سطح تهران دارند. با این بررسی، ضخامت پشت گردن جنین و همچنین استخوان‌بندی او بررسی می‌شود. در موارد مشکوک به نشانگان داون یا منگولیسم استخوان بیینی جنین در سونوگرافی دیده نمی‌شود و ضخامت پشت گردن افزایش پیدا می‌کند. همراه با این سونوگرافی یک آزمایش خون خاص هم می‌گیریم که به بررسی پروتئین مخصوصی در خون مادر می‌پردازد. آزمایشگاه خاص (حداکثر یک یا دو مرکز در تهران داریم) برنامه کامپیوتری مخصوصی دارد که با مراکز معتبر دنیا مرتبط است و میزان آن فاکتور و سن مادر را وارد می‌کند، تا خطر نشانگان داون مشخص شود. برای آنهایی که در گروه برخطر باشند، تست بررسی سلامت جنین یعنی آمینوستز انجام می‌شود. برای خانم‌های بالای ۴۰ سال از همان ابتدا و در حوالی هفته ۱۵ بارداری تست آمینوستز را توصیه می‌کنیم.

سلامت: مایع آمنیوتیک را که جنین در آن غوطه‌ور است چه‌طور بررسی

متخصص باروری یک پزشک متخصص زنان و زایمان است که دارای تحصیلات عالی درباره عملکرد دغدغه‌دخلی مربوط به تولیدمثل در انسان است. این متخصصان یک دوره دو تا سه ساله را در مقطع فوق تخصص در رشته باروری طی می‌کنند و دارای صلاحیت‌های لازم برای درمان اختلالات مربوط به تولیدمثل در اطفال، زنان و مردان هستند. بهتر است برای درمان ناباروری به این متخصصان مراجعه شود.

وجود پزشک و پرستاران مجرب در کلینیک درمان ناباروری، وجود یک دستگاه سونوگرافی و ژینال و وجود آزمایشگاه‌های مجهز برای انجام آزمایش‌های تخصصی ضروری است. متخصصان از داروی کلومیفن برای تحریک باروری استفاده می‌کنند. داروی کلومیفن سبب تحریک عمل تخمک‌گذاری در زنان می‌شود. در تمامی موارد استفاده از این دارو، پزشک متخصص باید از تغییرات ایجاد شده در دستگاه تناسلی زنان با اطلاع شود.



سونوگرافی از مادر و جنین از آزمایش‌های رایج و بی‌خطر برای تشخیص بیماری جنین و عوارض بارداری است

سلامت: پیش از اینکه به ادامه بحث بپردازیم، لطفاً برای کسانی که نمی‌دانند تعیین گروه خونی چه اهمیتی دارد و میزان اهمیت این تست را می‌خواهند، توضیحی دهید.

اهمیت این بررسی تا آنجاست که گاهی خانم‌ها هفت-هشت بار حاملگی ناموفق را تجربه می‌کنند و یا نوزادشان را از دست می‌دهند چون همین چکاپ ساده و بررسی آن را انجام ندادند. اگر مادری با هر نوع گروه خونی دارای RH منفی باشد، باید گروه خونی شوهرش تعیین شود. در صورت مثبت بودن شوهر، فقدان تجانس RH اتفاق می‌افتد و باید تحت نظر باشد و حتی اگر هیچ‌گونه مشکلی در طی حاملگی نداشته باشد، در حدود هفته ۲۸ تا ۳۲ بارداری آمپول روگام تزریق کند و حتماً پس از زایمان هم آن را بزند. این خانم‌ها که به هر دلیلی مانند ضربه به شکم دچار لکه‌بینی و خون‌ریزی شوند یا تست تشخیصی خاصی (مانند نمونه‌برداری از مایع آمنیوتیک یا بیوپسی جفت که باید سوزنی وارد شکم او کنیم) انجام دهند باید حتماً برای پیشگیری آمپول مزبور را تزریق کنند. کسانی که همین کار ساده را انجام ندادند، در درمان بسیار سخت و تخصصی تزریق خون به جنین داخل شکم را باید انجام دهند. این کار تنها در دو مرکز در ایران انجام می‌شود. یکی از آنها بیمارستان میرزا کوچک‌خان است. گاهی هفت یا هشت بار تحت سونوگرافی، از راه رگ بند ناف یا به داخل شکم جنین خون تزریق می‌کنیم، به این امید که او بتواند زنده متولد شود.

سلامت: سونوگرافی هم یکی از بررسی‌های پرناتال است؟

بله، به‌طور وسیع از این تست بهره می‌گیریم. وضعیت جنین، چندقلوبی، سن حاملگی و خیلی از نقایص جنینی را با سونوگرافی معلوم می‌کنیم. برای مثال اگر جنین نقصی در جدار شکم دارد و کبد یا اندام داخل شکمی، در خارج از بدنش باشد با سونوگرافی قابل تشخیص است. مهم‌تر از اینکه در هفته ۱۱ تا ۱۴ بارداری توصیه می‌کنیم همه بررسی سونوگرافی برای تشخیص نشانگان داون را انجام دهند. (در شهرهای بزرگ امکان بررسی وجود دارد) این سونوگرافی بسیار تخصصی است و تنها ده تا دوازده نفر از متخصصان مهارت انجام این سونوگرافی را در سطح تهران دارند. با این بررسی، ضخامت پشت گردن جنین و همچنین استخوان‌بندی او بررسی می‌شود. در موارد مشکوک به نشانگان داون یا منگولیسم استخوان بیینی جنین در سونوگرافی دیده نمی‌شود و ضخامت پشت گردن افزایش پیدا می‌کند. همراه با این سونوگرافی یک آزمایش خون خاص هم می‌گیریم که به بررسی پروتئین مخصوصی در خون مادر می‌پردازد. آزمایشگاه خاص (حداکثر یک یا دو مرکز در تهران داریم) برنامه کامپیوتری مخصوصی دارد که با مراکز معتبر دنیا مرتبط است و میزان آن فاکتور و سن مادر را وارد می‌کند، تا خطر نشانگان داون مشخص شود. برای آنهایی که در گروه برخطر باشند، تست بررسی سلامت جنین یعنی آمینوستز انجام می‌شود. برای خانم‌های بالای ۴۰ سال از همان ابتدا و در حوالی هفته ۱۵ بارداری تست آمینوستز را توصیه می‌کنیم.

سلامت: مایع آمنیوتیک را که جنین در آن غوطه‌ور است چه‌طور بررسی

پرناتال است؟

بله، به‌طور وسیع از این تست بهره می‌گیریم. وضعیت جنین، چندقلوبی، سن حاملگی و خیلی از نقایص جنینی را با سونوگرافی معلوم می‌کنیم. برای مثال اگر جنین نقصی در جدار شکم دارد و کبد یا اندام داخل شکمی، در خارج از بدنش باشد با سونوگرافی قابل تشخیص است. مهم‌تر از اینکه در هفته ۱۱ تا ۱۴ بارداری توصیه می‌کنیم همه بررسی سونوگرافی برای تشخیص نشانگان داون را انجام دهند. (در شهرهای بزرگ امکان بررسی وجود دارد) این سونوگرافی بسیار تخصصی است و تنها ده تا دوازده نفر از متخصصان مهارت انجام این سونوگرافی را در سطح تهران دارند. با این بررسی، ضخامت پشت گردن جنین و همچنین استخوان‌بندی او بررسی می‌شود. در موارد مشکوک به نشانگان داون یا منگولیسم استخوان بیینی جنین در سونوگرافی دیده نمی‌شود و ضخامت پشت گردن افزایش پیدا می‌کند. همراه با این سونوگرافی یک آزمایش خون خاص هم می‌گیریم که به بررسی پروتئین مخصوصی در خون مادر می‌پردازد. آزمایشگاه خاص (حداکثر یک یا دو مرکز در تهران داریم) برنامه کامپیوتری مخصوصی دارد که با مراکز معتبر دنیا مرتبط است و میزان آن فاکتور و سن مادر را وارد می‌کند، تا خطر نشانگان داون مشخص شود. برای آنهایی که در گروه برخطر باشند، تست بررسی سلامت جنین یعنی آمینوستز انجام می‌شود. برای خانم‌های بالای ۴۰ سال از همان ابتدا و در حوالی هفته ۱۵ بارداری تست آمینوستز را توصیه می‌کنیم.

سلامت: مایع آمنیوتیک را که جنین در آن غوطه‌ور است چه‌طور بررسی

متخصص باروری یک پزشک متخصص زنان و زایمان است که دارای تحصیلات عالی درباره عملکرد دغدغه‌دخلی مربوط به تولیدمثل در انسان است. این متخصصان یک دوره دو تا سه ساله را در مقطع فوق تخصص در رشته باروری طی می‌کنند و دارای صلاحیت‌های لازم برای درمان اختلالات مربوط به تولیدمثل در اطفال، زنان و مردان هستند. بهتر است برای درمان ناباروری به این متخصصان مراجعه شود.

وجود پزشک و پرستاران مجرب در کلینیک درمان ناباروری، وجود یک دستگاه سونوگرافی و ژینال و وجود آزمایشگاه‌های مجهز برای انجام آزمایش‌های تخصصی ضروری است. متخصصان از داروی کلومیفن برای تحریک باروری استفاده می‌کنند. داروی کلومیفن سبب تحریک عمل تخمک‌گذاری در زنان می‌شود. در تمامی موارد استفاده از این دارو، پزشک متخصص باید از تغییرات ایجاد شده در دستگاه تناسلی زنان با اطلاع شود.

زنان و مردان | ۱۵

هشدار به زنان باردار درباره گوشت‌های قربانی

ایرنا: کمیته تخصصی بهداشت مواد غذایی روز سه‌شنبه در رعایت نکات بهداشتی از هنگام ذبح تا مصرف گوشت‌های قربانی به زنان باردار هشدار داد.

رئیس کمیته تخصصی بهداشت مواد غذایی جامعه دامپزشکان تهران گفت: «سلامت زنان باردار در هنگام تمیز کردن گوشت بیشتر در معرض خطر ابتلا به بیماری است.» دکتر آراسب دباغ مقدم اظهار داشت: «زنان باردار برای تمیز کردن گوشت گوسفند باید حتماً از دستکش استفاده کنند زیرا امکان انتقال بیماری توکسوپلاسموز و ایجاد سقط و یا ناهنجاری‌های جنینی همچون کوری، آب آوردگی مغز، کوچک شدن مغز و عقب‌افتادگی ذهنی در اثر ابتلای مادر باردار به این بیماری وجود دارد.» وی افزود: «توکسوپلاسموز یک بیماری انگلی تک یاخته‌ای است که میان انسان، گربه‌ها و گوسفندان مشترک است.»

آموزش بهداشت باروری باید از دبیرستان شروع شود

ایستا: یک متخصص زنان و زایمان گفت: «چنانچه بهداشت باروری و ناباروری، طریقه جلوگیری از بارداری، بهداشت دوران ازدواج و پیشگیری از بیماری‌های مختلف از دوران دبیرستان آغاز شود، می‌توان از بسیاری از حاملگی‌های ناخواسته جلوگیری کرد.»

دانشیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، آموزش به دختران و پسران را از دوران دبیرستان بسیار مهم دانست و اظهار داشت: «چنانچه به‌خواهیم پس از ازدواج، اطلاعات لازم را به زوجین بدهیم ممکن است در آن مقطع این فرصت فراهم نشده و زوجین با باروری بدون برنامه‌ریزی مواجه شوند.» دکتر مریم افراخته با بیان اینکه کلاس‌های آموزشی نیز در این زمینه وجود دارد و همچنین در دانشگاه‌ها نیز برای بسیاری از رشته‌ها واحد تنظیم خانواده ارایه می‌شود، گفت: «به نظر می‌رسد که این آموزش‌ها کافی نیست؛ چرا که ما با حاملگی‌های ناخواسته و سؤالات بسیار زیاد از سوی زنانی که بعد از ازدواجشان می‌خواهند روش‌های پیشگیری از بارداری را آغاز کنند، مواجه می‌شویم.»

مردان باهوش، قدرت تولید مثلی بیشتری دارند

سلامت‌یران: پژوهشگران اعلام کردند: «مردان باهوش که ضریب هوشی بالاتری دارند، اسپرم‌هایی با کیفیت بهتر تولید می‌کنند.»

گروهی از پژوهشگران انستیتو روان‌پریشی اطلاعات به‌دست آمده از سربازان سابق ارتش آمریکا را در این پژوهش مورد تجزیه و تحلیل قرار دارند. این سربازان در طول جنگ ویتنام در ارتش خدمت می‌کردند. این پژوهشگران دریافتند: «سربازانی که در آزمایشات هوش بهتر عمل می‌کنند، اسپرم‌های جنسی آنها قدرت حرکت بیشتری دارند، این توان حرکتی در واقع قدرت بارورسازی اسپرم را افزایش می‌دهد.» این تحقیق در مجله «هوش» به چاپ رسیده است. یافته جدید از این ایده حمایت می‌کند که بر اساس آن زن‌هایی که در صفت باهوشی نقش دارند ممکن است تاثیرات بیولوژیکی دیگری نیز داشته باشند. البته این بدان معنا نیست که تمام مردان در سطح ضریب هوشی متوسط اسپرم‌های ناتوان دارند.

تماس با دود سیگار، مشکلات بارداری را تشدید می‌کند

ایستا: تماس با دود سیگار چه در کودکی و چه در بزرگسالی مشکلات قابل توجهی را در سیستم باروری زنان به‌وجود می‌آورد و خطر سقط جنین نیز در آنها افزایش می‌یابد. دانشمندان مرکز پزشکی دانشگاه روچستر برای مطالعه در این زمینه یک تحلیل همه‌گیر شناسایی روی بیش از ۴ هزار و ۸۰۰ زن غیرسیگاری انجام دادند. نتایج این تحلیل گسترده نشان داد: «وقتی زنان در دوران کودکی یا نوجوانی روزانه شش ساعت یا بیشتر در تماس با دود سیگار باشند، در مقایسه با زنانی که در این قبیل محیط‌ها نبوده‌اند ۶۸ درصد بیشتر با مشکلات بارداری مواجه می‌شوند.»

متخصص باروری چه کار می‌کند؟

از روش‌های زیر کمک می‌گیرند:

الف: انجام تست‌های پس از آمیزش برای بررسی آمادگی اسپرم برای نفوذ در تخمک

ب: ارزیابی میزان ترکیبات مخاط گردن رحم

ج: انجام تست از لحاظ عفونت باکتریایی

د: انجام سونوگرافی در زمان حداکثر ترشح LH برای بررسی وضعیت رحم و تخمدان‌ها. اگر سلول‌های مفروش شده در رحم نازک باشند نشانه آن است که یک مشکل هورمونی وجود دارد. ناهنجاری‌هایی از قبیل فیبروئیدها و کیست‌های تخمدانی را می‌توان از طریق سونوگرافی تشخیص داد. همچنین ناهنجاری در شکل رحم هر دو سونوگرافی قابل تشخیص است. بسیاری از پزشکان پس از سونوگرافی اولیه یک مرحله دیگر سونوگرافی نیز انجام می‌دهند. در این سونوگرافی مشخص می‌شود که آیا فولیکول تخمک را آزاد کرده است یا خیر. در همین مواقع تخمک‌ها رسیده می‌شوند ولی از فولیکول آزاد نمی‌شوند. این حالت را می‌توان در سونوگرافی تشخیص داد.

متخصص باروری یک پزشک متخصص زنان و زایمان است که دارای تحصیلات عالی درباره عملکرد دغدغه‌دخلی مربوط به تولیدمثل در انسان است. این متخصصان یک دوره دو تا سه ساله را در مقطع فوق تخصص در رشته باروری طی می‌کنند و دارای صلاحیت‌های لازم برای درمان اختلالات مربوط به تولیدمثل در اطفال، زنان و مردان هستند. بهتر است برای درمان ناباروری به این متخصصان مراجعه شود.