كل ما يجب معرفته عن فترة الحمل
مقالة

علامات وأعراض الحمل المبكرة

JUN 2, 2022

عندما تكونين نشطة جنسيًا ، يكون لديك الكثير من "ماذا لو" ، وأهمها "هل أنا حامل؟" نظرًا لأن العديد من أعراض الحمل لا تقتصر على الحمل، كثيرًا ما تتساءل النساء عما إذا كانت أعراضهن ناتجة عن الحمل أو أي شيء آخر.

علامات وأعراض الحمل المبكرة

هل أنا حامل أم أن هناك شيء آخر؟



- عندما تكونين نشطة جنسيا ، يكون لديك الكثير من **"ماذا لو"** ، وأهمها **"هل أنا حامل؟"** نظرًا لأن العديد من أعراض الحمل **ا** تقتصر على الحمل، كثيرًا ما تتساءل النساء عما إذا كانت أعراضهن ناتجة عن الحمل أو أي شيء آخر **لمعرفة ما إذا كان الوقت قد حان للتفكير في إجراء اختبار الحمل لتحققي من هذه المقالة**

- **بعد تتبع دورتك الشهرية من أفضل الأشياء التي يمكنك القيام بها** إذا كنت تحاولين الحمل ، أو تخمينه ، أو تريدين فقط معرفة المزيد عنها

- هناك العديد من التطبيقات المتاحة لهاتفك الذكي و / أو التابلت و / أو جهاز الكمبيوتر/ التابلت) الخاص بك والتي يمكن أن تساعدك على **تتبع موعد الدورة الشهرية التالية**

- يمكن لهذه التطبيقات أيضًا تتبع الأعراض . وبعد بضعة أشهر ، يمكن أن تساعدك على **تصميق ومعرفة فترة الخصوبة أكثر / وفترة التبويض المتوقعة**

ما هي أكثر العلامات شيوعًا للحمل المبكر ؟ [1]

غياب الدورة الشهرية



- إذا كنت في **سنوات الإنجاب** وغابت دورتك الشهرية المتوقع مجيئها لمدة أسبوع أو أكثر ، **فقد تكونين حاملاً** ومع ذلك ، قد تكون هذه الأعراض مضللة إذا كنت تعانين من عدم انتظام الدورة الشهرية

انتفاخ الثدي وبصبح أكثر إيلاما .

- في بداية الحمل ، **قد تؤدي التغيرات الهرمونية إلى أن يصبح ثديك أكثر حساسية ومؤلمين** . عندما يتكيف جسمك مع التغيرات الهرمونية ، **سوف تهدأ هذه الأعراض المزعجة بعد بضعة أسابيع .**

قد يصاحب الغثيان بعض القيء.



- عادة ما يبدأ غثيان الصباح ، الذي يمكن أن يحدث في النهار أو الليل ، **بعد شهر من الحمل** ومع ذلك ، فإن بعض النساء يعانين من الغثيان **في وقت أبكر من البعض الآخر** ، والبعض لا يعانين منه على الإطلاق .

- حيث أن السبب الحقيقي للغثيان أثناء الحمل غير معروف ، **فمن المرجح أن تلعب هرمونات الحمل دورًا**

كثرة التبول



- ربما تحتاجين الى التبول **أكثر من المعتاد أثناء الحمل** حيث تزداد **كمية الدم في الجسم** ، مما يتسبب في **احتراق الكليتين للسوائل الزائدة** وبالتالي ستزيد أيضًا كمية البول الذي تكونه والذي يتم التخلص منه **عن طريق المثانة**

الشعور بالتعب والاجهاد



- التعب و الاجهاد **أحد أكثر أعراض الحمل المبكرة شيوعًا** . حيث ترتفع مستويات هرمون البروجسترون في الحمل . **مما قد يجعلك تشعرين بالتعاس .**

هل أنا حامل أم على وشك أن تبدأ دورتي الشهرية؟



- قد يكون من الصعب التمييز بين أعراض الحمل والحيض ألا متشابهة للغاية **تقلب المزاج ، تقلصات البطن ، ألم الظهر ، إيلام الثدي ، الصداع ، والرغبة الشديدة في تناول الطعام .**



- هناك نوعان من الأعراض التي ترتبط بالحمل بشكل أكثر شيوعًا من فترة الحيض **الغثيان / القيء وتريف الانعراس .** فمعي في اعتبارك أنه لن تمر كل النساء بهذه الأعراض.

- عندما **تلتصق البويضة المخصبة ببطانة الرحم بعد ١٢-١ يومًا من الإخصاب .** تعاني بعض النساء من **يوم إلى ثلاث أيام** من بقع خفيفة أو تريف ، وهو ما نسميه تريف الانعراس. يحدث هذا عادة حول أو قبل **الوقت المتوقع لدورة المرأة.**



- الغثيان الذي يحدث قبل الدورة الشهرية مباشرة يكون في الأغلب سببه **الحمل المبكر أو أي شيء آخر أكثر منه حيضا** كثير من الناس يشيرون الى هذا على أنه **"غثيان الصباح"** المصاحب للحمل . علي الرغم من أنه يمكن أن يحدث في خلال اليوم. انتظري بضعة أيام . وإذا لم يأتي دورتك الشهرية طبيعية **كما تتوقعينها ، فقد حان الوقت لإجراء اختبار الحمل.**

إذا كانت نتيجة اختبار الحمل سلبية [2]



- إذا كانت نتيجة اختبار الحمل ايجابي، من شبه المؤكد أن تكون نتيجة الاختبار الإيجابية صحيحة . **طالما أنك اتبعت التعليمات بشكل صحيح.**

- إذا كانت نتيجة اختبار الحمل سلبي، أقل موثوقية إذا حملت على نتيجة سلبية وما زلتي تعتقدين أنك حامل . **انتظري أسبوعًا آخر وحاولي مرة أخرى**

المراجع

1. American Pregnancy Association. Am I Pregnant, Or...?. Available at: https://americanpregnancy.org/pregnancy-symptoms/am-i-pregnant/. Last accessed on: 12.12.2021.
2. American Pregnancy Association. Early Signs of Pregnancy. Available at: https://americanpregnancy.org/pregnancy-symptoms/early-signs-of-pregnancy/. Last accessed at: 12.12.2021.
3. NHS. Signs and symptoms of pregnancy. Page last reviewed: 8 October 2019. Available at: https://www.nhs.uk/pregnancy/trying-for-a-baby/signs-and-symptoms-of-pregnancy/. Last accessed at: 12.12.2021.

علامات وأعراض الحمل المبكرة

هل أنا حامل أم أن هناك شيء آخر؟

- عندما تكونين نشطة جنسيًا ، يكون لديك الكثير من "ماذا لو" ، وأهمها "هل أنا حامل؟"

نظرًا لأن العديد من **أعراض الحمل** لا تقتصر على الحمل، كثيرًا ما تتساءل النساء عما إذا كانت أعراضهن ناتجة عن الحمل أو أي شيء آخر.

لمعرفة ما إذا كان الوقت قد حان للتفكير في إجراء اختبالار الحمل ,تحققي من هذه المقالة.

- يعد تتبع دورتك الشهرية من أفضل الأشياء التي يمكنك القيام بها إذا كنتِ تحاولين الحمل ، أو تتجنبينه ، أو تريدين فقط معرفة المزيد عنه!
- هناك العديد من التطبيقات المتاحة لهاتفك الذكي و / أو التابلت و / أو جهاز الكمبيوتر(اللابتوب) الخاص بك والتي يمكن أن تساعدك على تتبع موعد الدورة الشهرية التالية.
- يمكن لهذه التطبيقات أيضًا تتبع الأعراض ، وبعد بضعة أشهر ، يمكن أن تساعدك على تضييق ومعرفة فترة الخصوبة أكثر / وفتره التبويض المتوقعة.

ما هي أكثر العلامات شيوعًا للحمل المبكر؟ [2]

غياب الدورة الشهرية.

إذا كنت في سنوات الإنجاب وغابت دورتك الشهرية المتوقع مجيئها لمدة أسبوع أو أكثر ، فقد تكونين حاملاً. ومع ذلك ، قد تكون هذه الأعراض مضللة إذا كنت تعانين من عدم انتظام الدورة الشهرية.

انتفاخ الثدي ويصبح أكثر إيلاما .

في بداية الحمل ، قد تؤدي التغيرات الهرمونية إلى أن يصبح ثدييك أكثر حساسية ومؤلمين . عندما يتكيف جسمك مع التغيرات الهرمونية ، سوف تهدأ هذه الأعراض المزعجة بعد بضعة أسابيع .

قد يصاحب الغثيان بعض القيء.

عادة ما يبدأ غثيان الصباح ، الذي يمكن أن يحدث في النهار أو الليل ، بعد شهر من الحمل. ومع ذلك ، فإن بعض النساء يعانين من الغثيان في وقت أبكر من البعض الآخر ، والبعض لا يعانين منه على الإطلاق .

حيث أن السبب الحقيقي للغثيان أثناء الحمل غير معروف ، فمن المرجح أن تلعب هرمونات الحمل دورًا.

كثرة التبول :

ربا تحتاجين الي التبول أكثر من المعتاد أثناء الحمل ،حيث تزداد كمية الدم في الجسم ،

مما يتسبب في اخراج الكليتين للسوائل الزائدة وبالتالي ستزيد أيضا كمية البول الذي تكونه والذي يتم التخلص منه عن

طريق المثانة.

الشعور بالتعب والاجهاد

التعب و الاجهاد أحد أكثر **أعراض الحمل** المبكرة شيوعًا. حيث ترتفع مستويات هرمون البروجسترون في الحمل ، مما قد يجعلكِ تشعرين بالنعاس .

هل أنا حامل أم على وشك أن تبدأ دورتي الشهرية؟

قد يكون من الصعب التمييز بين **أعراض الحمل** والحيض لأنها متشابهة للغاية:

تقلب المزاج ، تقلصات البطن ، آلام الظهر ، إيلام الثدي ، الصداع ، والرغبة الشديدة في تناول الطعام.

هناك نوعان من الأعراض التي ترتبط بالحمل بشكل أكثر شيوعًا من فترة الحيض: الغثيان / القيء ونزيف الانغراس.

ضعي في اعتبارك أنه لن تمر كل النساء بهذه الأعراض.

عندما تلتصق البويضة المخصبة ببطانة الرحم بعد ٦- ١٢ يومًا من الإخصاب ، تعاني بعض النساء من يوم الي ثلاث أيام من بقع خفيفه أو نزيف، وهو ما نسميه نزيف الانغراس. يحدث هذا عادة حول أو قبل الوقت المتوقع لدورة المرأة.

الغثيان الذي يحدث قبل الدورة الشهرية مباشرة يكون في الأغلب سببه الحمل المبكر (أو أي شيء آخر) ,أكثر منه حيضا.

كثير من الناس يشيرون إلى هذا على أنه "غثيان الصباح" المصاحب للحمل ، على الرغم من أنه يمكن أن يحدث في خلال اليوم. انتظري بضعة أيام ، وإذا لم على تأتي دورتك الشهرية طبيعية كما تتوقعينها ، فقد حان الوقت لإجراء اختبار الحمل.

إذا كانت نتيجة اختبار الحمل سلبية [3]

- **إذا كانت نتيجة اختبار الحمل ايجابي:** من شبه المؤكد أن تكون نتيجة الاختبار الإيجابية صحيحة ، طالما أنك اتبعت التعليمات بشكل صحيح.
- **إذا كانت نتيجة اختبار الحمل سلبي:** أقل موثوقية. إذا حصلت على نتيجة سلبية وما زلتي تعتقدين أنك حامل ، انتظري أسبوعًا اخر وحاولي مرة أخرى.

المراجع:

1. American Pregnancy Association. Am I Pregnant, Or...?. Available at: https://americanpregnancy.org/pregnancy-symptoms/am-i-pregnant-or/. Last accessed at: 12.12.2021.
2. American Pregnancy Association. Early Signs of Pregnancy. Available at: https://americanpregnancy.org/pregnancy-symptoms/early-signs-of-pregnancy/. Last accessed at: 12.12.2021.
3. Signs and symptoms of pregnancy. Page last reviewed: 8 October 2019. Available at: https://www.nhs.uk/pregnancy/trying-for-a-baby/signs-and-symptoms-of-pregnancy/. Last accessed at: 12.12.2021.