

گروه دارویی کیش مدیفارم

دوران بارداری یکی از حساس‌ترین دوران‌های هر یک از بانوان است که نیاز به مراقبت‌های بسیار زیادی دارد و اصلاً نباید سرماخوردگی اتفاق بیافتد اما اگر فرد بیمار شد، باید بدانید درمان سریع سرماخوردگی در بارداری چگونه رخ می‌دهد.

اولین اشتباه می‌تواند در این دوران کاملاً جبران‌ناپذیر باشد. بیماری سرماخوردگی به صورت کلی بیماری خطرناکی نیست، اما به دلیل محدودیت مصرف دارو سرماخوردگی و همچنین وضعیت خاص بانوان در دوران بارداری و حتی شدید شدن علائم و طولانی شدن آن در دوران بارداری می‌تواند چالش‌های بسیاری ایجاد کند.

نکته بسیار مهم اینجاست که سیستم ایمنی بدن هم در زمان بارداری به شکل قبل فعالیت نمی‌کند، از این رو سرماخوردگی در بارداری ریسک بالاتری نسبت به زمان‌های دیگر دارد. در این مطلب قصد داریم در خصوص سرماخوردگی در بارداری، علائم و روش‌های بهبود آن صحبت کنیم.

سرماخوردگی در بارداری چه ریسک‌هایی دارد؟

سرماخوردگی در بارداری به علت تغییرات بدن و وجود کودک در بدن مادر و تغییر در روند فعالیت سیستم ایمنی بدن می‌تواند خطراتی داشته باشد که در بخش زیر به بررسی هر یک از آنها می‌پردازیم:

تشدید علائم سرماخوردگی در بارداری

در دوران سرماخوردگی علائم با توجه به تغییر در فعالیت سیستم ایمنی بدن می‌تواند شدیدتر باشد. علائمی مانند عطسه، سرفه، گلودرد و ضعف و بی‌حالی بدن می‌تواند در دوران بارداری بروز شدیدتری داشته باشد و بیماری را برای بانوان باردار سخت‌تر کند.

افزایش خطر عفونت در بارداری

همانطور که در بخش قبل گفته شد در دوران بارداری سیستم ایمنی بدن مادر ضعیف‌تر عمل می‌کند و همین موضوع می‌تواند سبب افزایش خطر عفونت در بانوان باردار شود. بیشترین خطر برای مادران در این دوره احتمال ابتلا به عفونت‌های سیستم تنفسی و برونشیت است.

عفونت‌های دوران بارداری ممکن است به کودک نیز سرایت کند و این موضوع به خطر کلی آن می‌افزاید.

ممنوعیت مصرف داروها در زمان بارداری

در حالت عادی برای بهبود بیماری سرماخوردگی داروهای بسیاری وجود دارد اما در زمان سرماخوردگی بارداری برای مادران برخی داروها و روش‌های درمانی مناسب نیستند و ممکن است حتی ممنوع باشند. همین مسئله درمان را سخت‌تر و علائم بیماری را تشدید می‌کند و بر خطر موجود می‌افزاید.

خوردن قرص سرماخوردگی در زمان اقدام به بارداری و دوران بارداری

در حالت کلی مصرف دارو در دوران بارداری یک مسئله چالش برانگیز است چرا که برخی از داروها برای مادر باردار و برخی دیگر از داروها برای جنین مناسب نیستند. اما برای خوردن قرص سرماخوردگی در دوران بارداری به چه نکاتی باید توجه کرد؟

داروهای سرماخوردگی مجاز و بی‌خطر در بارداری

برخی از داروهای سرماخوردگی معمولاً برای زنان باردار بی‌خطر محسوب می‌شوند، که لیست آن‌ها در ادامه آورده شده است:

- استامینوفن
- آنتی‌هیستامین‌های نسل اول
- محلول‌های نمکی بینی

داروهای ممنوع یا با احتیاط بالا برای سرماخوردگی مادران باردار

برخی دیگر از دارو ها وجود دارند که بر اساس تحقیقات ثابت شده است که برای درمان سرماخوردگی بارداری ممنوع هستند و یا دارای ریسک بالایی می‌باشند. لیست این داروها در بخش زیر آورده شده است:

- ایبوپروفن و آسپرین
- داروهای ضداحتقان
- برخی از آنتی‌بیوتیک‌ها

در زمان بارداری و در صورت ابتلا به بیماری سرماخوردگی حتما باید به پزشک مراجعه شده و تحت نظر پزشک و در صورت نیاز دارو مصرف شود.

روش های درمان سریع سرماخوردگی در بارداری

برای درمان سریع سرماخوردگی در بارداری باید از روش‌های طبیعی استفاده شود، چرا که روش‌های طبیعی ساده‌ترین و در عین حال کم خطرترین روش‌ها برای بهبود و درمان سرماخوردگی بارداری است.

در بخش زیر لیستی از روش‌های طبیعی برای درمان سرماخوردگی در دوران بارداری برای شما آورده شده است:

- استراحت کافی در منزل
- خواب کافی
- مصرف مایعات گرم و دمنوش‌های گیاهی مجاز

- مصرف خوراکی‌های گرم مانند سوپ
- مصرف آب کافی
- استفاده از بخور با آب گرم
- هوای مناسب در محل اقامت
- قرقره آب با نمک
- مصرف مرکبات مجاز دارای ویتامین سی
- مصرف خشکبار مجاز
- بالا نگه داشتن سر در هنگام خواب
- مراجعه به پزشک و تحت نظر بودن

سرماخوردگی مرد در زمان اقدام بارداری

سرماخوردگی در حالت کلی بر کیفیت باروری در مردان در زمان اقدام به باروری اثرگذار است. اما با توجه به اینکه این بیماری یک بیماری ویروسی خفیف است، نگرانی زیادی در این خصوص وجود ندارد. در ادامه به بررسی تاثیر سرماخوردگی در اقدام به بارداری در مردان می‌پردازیم.

تأثیر سرماخوردگی بر باروری مردان

همونطور که در بخش قبل گفته شد سرماخوردگی یک بیماری خفیف ویروسی است و نمی‌تواند تاثیر بسزایی در روند بارداری برای مردان داشته باشد اما تب ناشی از بیماری سرماخوردگی می‌تواند بر کیفیت اسپرم‌ها اثر گذارد. برخی از اثرات تب بر اسپرم مردان در بخش زیر آورده شده است که بهتر است به آن توجه ویژه‌ای داشته باشید:

- افزایش دمای بدن و بیضه‌ها و کاهش تحرک اسپرم
- ضعف سیستم ایمنی و تاثیر بر تولید اسپرم

- مصرف داروهای سرماخوردگی و آنتی بیوتیک ها و تاثیر بر تولید اسپرم

تاثیر سرماخوردگی مرد در زمان اقدام بارداری

در حالت کلی پاسخ به این سوال منفی است یعنی سرماخوردگی تاثیری بر قدرت باروری در مردان ندارد اما می‌توان گفت سرماخوردگی اثر موقت بر کیفیت اسپرم در مردان می‌گذارد و پس از مدتی از بهبود بیماری سرماخوردگی کیفیت اسپرم ها به حالت طبیعی قبلی باز می‌گردد.

باید توجه داشته باشید در صورتی که فرد در حین بیماری سرماخوردگی دچار عفونت‌هایی از جمله عفونت آنفولانزا و سایر عفونت‌های بدن شود این مشکل می‌تواند مدت بازگشت اسپرم‌ها به کیفیت ابتدایی را افزایش دهد.

آیا سرماخوردگی روی تخمک‌گذاری تاثیر دارد؟

همیشه و در همه حال تخمک گذاری در بانوان می‌تواند چالش‌هایی داشته باشد. در این بخش قصد داریم به این پرسش پاسخ دهیم که آیا سرماخوردگی بر تخمک گذاری در بانوان تاثیری دارد یا خیر؟

در حالت کلی سرماخوردگی می‌تواند سبب ایجاد عفونت در بدن شود. عفونی شدن بدن در مردان و زنان نیازمند مصرف داروهای آنتی بیوتیک بوده و همین داروها می‌تواند بر کیفیت تخمک‌گذاری در بانوان اثرگذار باشد. اما این چنین نیست که بگوییم سرماخوردگی سبب مشکل در باروری بانوان می‌شود اما قادر است اختلالاتی ایجاد نماید.

نتیجه‌گیری

در این مطلب به بررسی تاثیر سرماخوردگی بر باروری بانوان و آقایان پرداختیم و بررسی کردیم که سرماخوردگی در بارداری چه اثراتی می‌تواند داشته باشد.

توجه داشته باشید که دوران بارداری یکی از حساسترین و مهمترین دوران در زندگی بانوان و زوجها بوده و در صورت بروز هرگونه مشکل در روند بارداری باید سریعاً به پزشک مراجعه نمایید.

محتوای این مقاله صرفاً برای افزایش آگاهی شماست و به هیچ وجه نباید به عنوان مشاوره حرفه‌ای یا توصیه‌های تخصصی در نظر گرفته شود. هدف ما ارائه اطلاعات عمومی و کمک به شما در درک بهتر موضوعات مختلف است.