

اختبار عدم الإجهاد في الحمل لرعاية مرضى العيادات الخارجية في ماكامبل

Non-Stress Test in Pregnancy for McCampbell Outpatient Care

A non-stress test (NST) has been ordered by your doctor to monitor the well-being of you and your baby. This test assesses the health of your baby by monitoring your baby's heart rate and activity. It takes about 20 to 60 minutes. This test may have been ordered if:

- You are not feeling your baby move as much as usual.
- Your pregnancy is high risk, or you have other risk factors.
- You are past your due date.

About the test

Your NST will be done 1 or 2 times each week depending on your risk factors. This usually begins at 32 weeks of pregnancy, but can be done sooner if your provider feels it is needed.

- Please make sure to eat something before your appointment to aid in your baby's activity.
- During the test, 2 monitors will be placed on your abdomen to check for contractions and to monitor the baby's heart rate. You will push a button every time you feel your baby move.
- The nurse will be watching to see that your baby's heart rate increases at least 2 times within 20 minutes. Just as your heart rate increases with movement, so should your baby's.

طلب طبيبك إجراء اختبار عدم الإجهاد (NST) لمراقبة صحتك أنت وطفلك. حيث إن هذا الاختبار يقيّم صحة طفلك من خلال مراقبة معدل ضربات قلب الطفل ونشاطه. ويستغرق الأمر حوالي 20 إلى 60 دقيقة. وقد يُطلب إجراء هذا الاختبار في الحالات التالية:

- إذا كنت لا تشعرين بحركة طفلك بالقدر المعتاد.
- إذا كان حملك عالي الخطورة، أو لديك عوامل خطر أخرى.
- إذا تجاوزت موعد ولادتك.

نبذة عن الاختبار

سيتم إجراء اختبار عدم الإجهاد لك مرة أو مرتين كل أسبوع اعتمادًا على عوامل الخطر لديك. وسيبدأ عادة في الأسبوع 32 من الحمل، ولكن يمكن القيام به في وقت مبكر إذا رأى مقدم الخدمة أن هناك حاجة لذلك.

- يُرجى التأكد من تناول شيء ما قبل موعدك لتحفيز نشاط طفلك.
- أثناء الاختبار، سيتم وضع جهاز مراقبة على بطنك للتحقق من الانقباضات ومراقبة معدل ضربات قلب الطفل. وسوف تضغطين على الزر في كل مرة تشعرين فيها بتحريك طفلك.
- ستراقب الممرضة ما يحدث للتأكد من أن معدل ضربات قلب طفلك يرتفع مرتين على الأقل خلال 20 دقيقة. ومثلما يزداد معدل ضربات قلبك مع الحركة، يجب أن يزداد معدل ضربات قلب طفلك كذلك.



- If your baby is not active during the test, you may be asked to change positions or drink cold water. The nurse may use a device that makes a buzzing noise on your stomach to wake your baby. Your baby typically sleeps 20 minutes or more every hour.
- A provider will review the results during your test to determine if it is “reactive,” which means your baby has passed the test. If it is “non-reactive,” this means your baby did not pass the test, and you will need more testing.
- After you finish the NST, you will have a simple bedside ultrasound each week, called an amniotic fluid index (AFI), to measure the fluid around your baby.

- إذا لم يكن طفلك نشطاً أثناء الاختبار، فقد يُطلب منك تغيير وضعيته أو شرب الماء البارد. وقد تستخدم الممرضة جهازاً يصدر صوت طنين على بطنك لإيقاظ طفلك. حيث إن الطفل ينام عادة 20 دقيقة أو أكثر كل ساعة.
- سيقوم مقدم الخدمة بمراجعة النتائج أثناء الاختبار لتحديد ما إذا كان ذلك يُعد «تفاعلاً»، مما يعني أن طفلك قد اجتاز الاختبار. وإذا كانت الحالة «غير تفاعلية»، فهذا يعني أن طفلك لم يجتز الاختبار وسوف تحتاجين إلى إجراء المزيد من الفحوصات.
- بعد الانتهاء من اختبار عدم الإجهاد، سيُجري لك فحصاً أبسط بالموجات فوق الصوتية بجانب السرير كل أسبوع، يُسمى مؤشر السائل الأمنيوسي (AFI)، لقياس السائل حول طفلك.

Visitor policy and keeping appointments

- No visitors or children are allowed in the procedure room. If your child(ren) must come with you to your appointment, they will need to stay in the waiting room with another adult during the NST.
- Keeping your NST appointments are vital to your baby’s well-being. If you cannot keep an appointment, please call the clinic at (614)293-8045 to reschedule as soon as possible.

سياسة الزوار والالتزام بالمواعيد

- لا يُسمح بدخول الزوار أو الأطفال إلى غرفة العمليات. وإذا اضطررت لإحضار طفلك (أطفالك) معك يوم موعدك، فسيُتوجب عليهم البقاء في غرفة الانتظار مع شخص بالغ آخر أثناء قيامك بإجراء اختبار عدم الإجهاد.
- يُعد التزامك بمواعيد اختبار عدم الإجهاد أمرًا حيويًا لصحة طفلك. وإذا تعذر عليك الالتزام بأحد المواعيد، يُرجى الاتصال بالعيادة على الرقم (614)293-8045 لتحديد موعد آخر في أقرب وقت ممكن.

هذه النشرة للأغراض الإعلامية فقط. يُرجى التحدث إلى طبيبك أو فريق الرعاية الصحية إذا كان لديك أي أسئلة حول رعايتك. وللمزيد من المعلومات الصحية، يُرجى زيارة الموقع wexnermedical.osu.edu/patiented، أو الاتصال بالمكتبة للحصول على المعلومات الصحية على الرقم 614-293-3707 أو من خلال البريد الإلكتروني health-info@osu.edu.

This handout is for informational purposes only. Talk to your doctor or health care team if you have any questions about your care. For more health information, go to wexnermedical.osu.edu/patiented or contact the Library for Health Information at 614-293-3707 or health-info@osu.edu.