

म्याकक्याम्पबेल आउटपेसियन्ट केयरमा गर्भावस्थामा तनावको अवस्था जाँच

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.

तपाईं र तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य कल्याण निरीक्षण गर्न तपाईंको चिकित्सकले **नन-स्ट्रेस टेस्ट (NST)** गर्न अह्राएका हुन्। यो जाँचले बच्चाको मुटुको धड्कनको गति र क्रियाकलाप निरीक्षण गरेर तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्य अवस्थाको मूल्याङ्कन गर्छ। यसलाई लगभग 20 देखि 60 मिनेट लाग्छ। यो जाँच गराउने कारणहरू:

- तपाईंले आफ्नो बच्चा सदाजस्तै हलचल गरिरहेको महसुस गर्नुभएन भने।
- तपाईंको गर्भावस्था जोखिमयुक्त छ अथवा तपाईंसित अन्य जोखिमका कारणहरू छन् भने।
- तपाईंको समय नाघिसकेको छ भने।

जाँचका बारेमा

तपाईंको NST हरेक हप्ता तपाईंमा भएको जोखिमका तत्वहरूअनुसार हप्ताको 1 वा 2 पटक सम्म गरिन्छ। यो अक्सर गर्भावस्था भएको 32 हप्तापछि सुरु गरिन्छ, तर यो तपाईंको प्रदायकले आवश्यकता महसुस गरेमा चाँडै पनि गर्न सकिन्छ।

- कृपया तपाईंको बच्चाको हलचलमा सहायता गर्न तपाईंको अपोइन्टमेन्ट अघि केही खानेकुरा खान निश्चित रहनुहोस्।



THE OHIO STATE UNIVERSITY

WEXNER MEDICAL CENTER

wexnermedical.osu.edu

- 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.
- 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.
- जाँचको समयमा, तपाईंको पेटमा सकुचन र बच्चाको मुटुको गति जाँच दुइटै मनिटर राखिन्छ। तपाईंको बच्चा हरेक चोटि चलेको महसुस गर्दा तपाईंले बटन दबाउनु हुने छ।
- नर्सले बच्चाको मुटुको गति हरेक 20 मिनेटमा कम्तीमा पनि 2 पटक बढेको छ छैन हेरिरहेको हुनु हुने छ। तपाईंले हलचल गर्दा आफ्नो मुटुको गति बढेजस्तै, तपाईंको बच्चाको पनि बढ्नुपर्छ।
- जाँचको समयमा तपाईंको बच्चा सक्रिय छैन भने, तपाईंलाई आफ्नो स्थिति बदल्न वा चिसो पानी पिउन आग्रह गरिन सक्छ। नर्सले तपाईंको पेटमा बच्चालाई जगाउनका लागि बजरको आवाज निकाल्ने साधनको प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंको बच्चा हरेक घण्टा सामान्यतः 20 मिनेट वा बढी सुत्छन्।
- प्रदायकले तपाईंको जाँचको समयमा आएको परिणामलाई जाँचेर "प्रतिक्रियाशील" छ कि भनेर समीक्षा गर्नु हुने छ, जसको अर्थ तपाईंको बच्चा जाँचमा पास हुनु हो। यदि यो "अप्रतिक्रियाशील" छ भने तपाईंको बच्चाले जाँच पास गरेन र तपाईंले थप जाँच गराउनु पर्ने छ।
- तपाईंको NST समापन भएपछि, तपाईंको बच्चाको वरिपरि भएको तरल पदार्थ मापन गर्न, तपाईंले हरेक हप्ता सामान्य बेडसाइड अल्ट्रासाउण्ड गर्नु पर्ने छ, जसलाई एमनिओटिक फ्लुइड इन्डेक्स (AFI) पनि भनिन्छ।

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.

आगन्तुक नीति तथा निर्धारित समय कायम राख्ने

- यो प्रक्रिया कोठामा कुनै पनि आगन्तुक अथवा बालबालिका पस्न मनाही छ। यदि तपाईंको निर्धारित समयमा बालबालिका(हरू) पनि आउनु परेको खण्डमा उहाँहरू NST को समयमा अरू कुनै वयस्कसित प्रतिकालयमा बस्नुपर्ने हुन्छ।
- तपाईंको बच्चाको स्वास्थ्यलाभका लागि NST का निर्धारित समयहरूलाई कायम राख्न जरूरी छ। तपाईं निर्धारित समयमा आउन नसक्ने भएमा, कृपया सकेसम्म छिटो तालिका मिलाउनका लागि क्लिनिक (614)293-8045 मा कल गर्नुहोस्।

यो हातेपुस्तिका जानकारीमूलक उद्देश्यहरूका लागि मात्र हो। तपाईंसँग आफ्नो स्याहारको बारेमा कुनै पनि प्रश्न भएमा आफ्नो चिकित्सक वा स्वास्थ्य स्याहार टोलीसँग कुरा गर्नुहोस्। थप स्वास्थ्य जानकारीका लागि, wexnermedical.osu.edu/patiented मा जानुहोस् वा स्वास्थ्य जानकारी पुस्तकालयलाई 614-293-3707 वा health-info@osu.edu मा सम्पर्क गर्नुहोस्।

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.