

[رابطه کمخونی نوزاد و اضطراب مادر](#)

کمخونی ناشی از فقر آهن و اختلالات فیزیکی و مغزی در انتظار نوزادانی است که مادرشان طی 3 ماه اولیه بارداری و رشد جنین مضطرب و نگران باشد.



جام جم آنلاین: کمخونی ناشی از فقر آهن و اختلالات فیزیکی و مغزی در انتظار نوزادانی است که مادرشان طی 3 ماه اولیه بارداری و رشد جنین مضطرب و نگران باشد.

دوران اولیه شکل‌گیری جنین، دوران مهمی در رشد انسان‌ها به شمار می‌رود. از همین رو با مراقبت‌ها، پرهیزها، الزام‌ها و توجهات بسیاری باید همراه باشد تا فرزند سالم به دنیا بیاید.

طبق تازه‌ترین یافته‌های پژوهشگران، یکی از این مراقبت‌های دوران بارداری، دوری از اضطراب و استرس است که سبب کاهش مقدار آهن موجود در بدن شده، فعل و انفعالات شیمیایی مورد نیاز برای درست شکل گرفتن جنین را مختل کرده، فرزند یا فرزندان این مادران را ناخواسته به کمخونی مبتلا می‌کند.

محققان دانشگاه میشیگان، طی پژوهشی ابتدا منطقه‌ای پراضطراب و استرس‌آور برای زندگی را در نظر گرفتند و سپس گروهی از مادران باردار را که طی سه ماه اول بارداری در این شرایط و مناطق زندگی می‌کردند از نظر میزان افسردگی، استرس و آتارش بر جنین مورد بررسی و مطالعه قرار دادند سپس با برقراری شرایط آرامش در منطقه، عوامل و نشانه‌های اضطراب و استرس را از میان برداشته، به مطالعه و تجزیه و تحلیل ویژگی جنین مادرانی روی آوردند که در آن منطقه این بار فرورفته در آرامش، دوران بارداری خود را طی می‌کردند.

نتایج تحقیق معلوم می‌کرد میزان آهن خون در بند ناف 63 نوزاد مادرانی که در شرایط مضطرب زندگی می‌کرده‌اند به مراتب کمتر از 77 نوزاد مادرانی است که در گروه بدون نگرانی و اضطراب دوره سه ماهه اول بارداری را پشت‌سر گذاشته بودند.

اگر نمی‌خواهید فرزندان کمخونی به دنیا بیاورید، از نگرانی‌ها و استرس‌ها در دوره بارداری دوری کرده و با تغذیه مناسب به سلامت بیشتر نوزادتان کمک کنید.