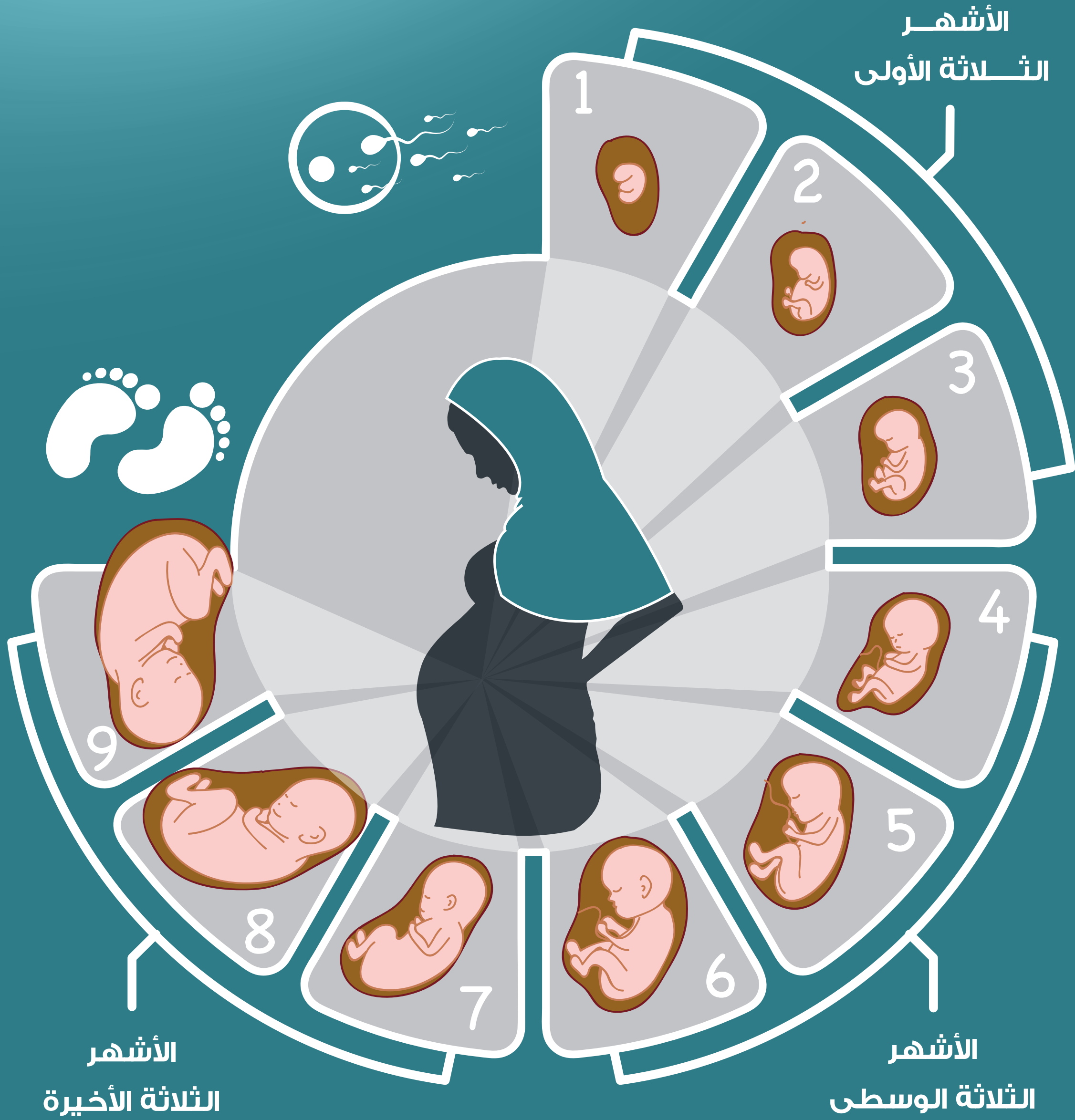


مراحل نمو الجنين



- الحمل يعتبر من أهم مراحل نمو أعضاء الجنين وأطرافه.
- في الإسبوع السادس : يمكن الكشف عن نبض الجنين.
- عند نهاية الشهر الثالث : يبدأ الجنين بالحركة بدون أن تشعر به الأم.



- يزداد حجم الجنين بسرعة ابتداء من الشهر السابع.
- تطور نمو الرئة والجهاز الهضمي عن طريق استنشاق وبلع كميات صغيرة من السائل الأمينوسي.
- يستمر نمو الجنين ويكتمل نمو أعضائه الداخلية.
- تبدأ وضعية الجنين في الرحم بالتغير والإستعداد للولادة من الأسبوع ٣٧-٣٩.

- يستمر تطور نمو الجنين وتظهر ملامحه بوضوح كالوجه واليدين والرجلين وبقية الأعضاء .
- يبدأ الجهاز العصبي بالعمل.
- يمكن الشعور بحركة الجنين.
- يكتمل الجهاز التناسلي.

- احرص على تناول الغذاء الصحي وتجنبي الزيادة المفرطة في الوزن وحافظي على ضبط مستوى السكر في الدم.
- تناولي حمض الفوليك والحديد.
- احرص على أخذ الأدوية واللقاحات وفق تعليمات الطبيب.
- ابتعدي عن الضغوطات النفسية

نصائح هامة
لتعزيز
نمو الجنين

المديرية العامة لرعاية الصحة الأولية
دائرة صحة المرأة والطفل
دائرة التثقيف وبرامج التوعية الصحية

لزيارة المكتبة الإلكترونية
وزارة الصحة



f OmanHealth @ OmaniMOH
www.moh.gov.om 24441999