现在，在家就能做“胎监”？

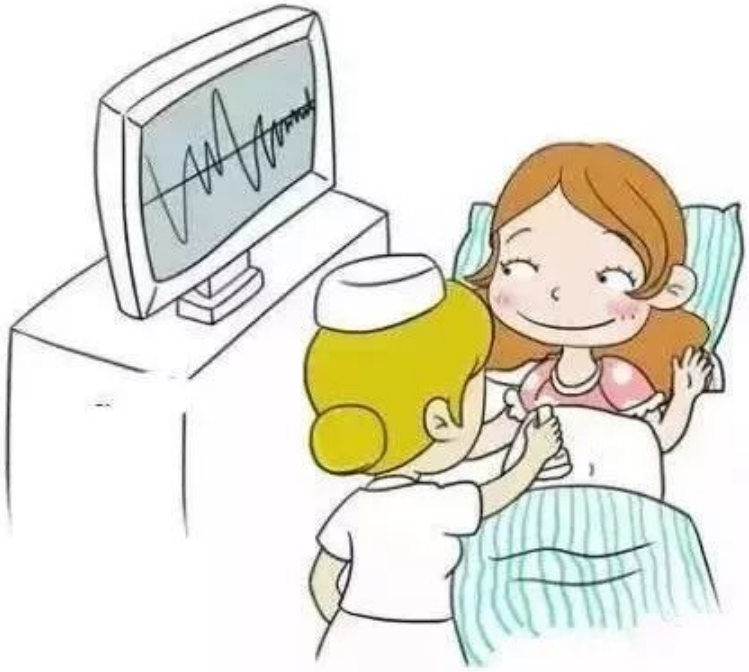
2019-12-24原文

关注“我”，让“我”成为你的专属卫士吧！

怀胎十月　日日小心
时时关注　秒秒紧张
自打怀孕以来
孕妈妈们都时刻揣着一颗玻璃心
希望自己长着一双可以透视的眼睛
可以看穿腹中宝宝的情况
透视眼妈妈们确实是不可能拥有了
但可以通过仪器设备
观察腹中宝宝的情况
胎监就是其中最为常见的一种

胎监是什么？

胎儿电子胎心监护，即胎儿电子监护（简称“胎监”），它是通过观察记录胎心率的动态变化，以及胎心与胎动及宫缩之间的关系，评估胎儿在宫内的安危情况。



虽然有各种各样的监测手段和方法，但是胎心监测仍然是最方便也是最有效的方法，它简单、方便、无创且经济实惠，并广泛运用于孕晚期的检查中。

有效的胎心监测能及时发现胎儿宫内的窘迫，通过积极有效的干预，可以明显的降低新生儿各种并发症的发生率和死亡率。可是，到医院做一次胎心检测并不轻松，开单、检查、看结果都需要一定的排队时间，若遇到胎儿状态不对，还可能需要反复调整。

•

准妈妈们，想要随时随刻了解宝宝在肚子里的情况吗？想要有个贴身医生为你随时解答胎心监测方面的疑惑吗？近日，攀枝花市中心医院产科互联网**远程胎心监护**正式上线了，孕妈妈们只需要一台远程胎心监护仪，通过手机APP，无论是在家、上班还是外出，都可以随时随地进行胎心监护。

孕妈妈只要在医院
租一个远程胎心监护仪
手机里下载一个APP
在最舒服、自然的状态下
就可以做胎心检测
及时的了解宝宝安危

再通过手机APP
上传至远程胎心监护室
就会由经验丰富的产科医务人员
进行判读并发送报告
为准妈妈们提供最佳的解决方案
如果发现胎心异常
将及时提醒您到医院就诊

小胎监也有大智慧　　下面听我来支招

在做胎心检测前30分钟至1个小时最好吃一些食物，例如巧克力之类的（除特殊化验、检查外）。

尽量选择舒适的体位，坐在椅子上或者半卧位，避免腰酸背痛，妈妈不舒服，宝宝也会不舒适。

最好选择一天中胎动最为频繁的时候去做胎心监测，在做胎心监测的过程中，宝宝不愿意动，有可能睡着了，准妈妈可以轻轻摇晃或者拍打你的腹部将宝宝唤醒。

准妈妈们不要选择饱食后或者饥饿状态下进行胎心监测，因为这时候宝宝是不喜欢动的，最好在进食30分钟后再进行。

- 不可否认的是，胎监的结果会受到多种因素的综合影响，有时会出现假阳性，即反应欠佳或不满意，但并非一定是宝宝缺氧。这时，妈妈们一定不要惊慌，可以到医院就诊，产科医生会建议纠正某些特定因素后复查。

多点关注

多份关爱

精选留言

暂无...