Mams (Kehamilan)
Artikel

5 Tanda Mam Mengalami Kehamilan Kembar

MAR 24, 2021

Cara mengetahui kehamilan kembar yang paling akurat adalah melalui pemeriksaan USG. Selain itu dapat juga dilihat dari beberapa tanda seperti naiknya hormone HcG dan denyut jantung janin.

Kehamilan kembar dapat terdeteksi melalui pemeriksaan USG pada usia kandungan antara 10-13 minggu.

Jika ada riwayat keturunan kembar dalam keluarga, Mam kemungkinan bisa mengalaminya juga. Cara mengetahui kehamilan kembar yang paling akurat adalah melalui pemeriksaan USG. Biasanya, kehamilan kembar dapat terdeteksi melalui pemeriksaan USG pada usia kandungan antara 10-13 minggu.

Kehamilan kembar adalah pengalaman yang langka dan luar biasa. Dalam kondisi ini, dua janin tumbuh bersama di dalam rahim Mam, yang bisa terjadi karena berbagai faktor seperti riwayat keluarga, perawatan kesuburan, atau alasan lainnya. Kehamilan kembar sendiri secara alami hanya terjadi pada 1 dari 250 kehamilan, menjadikannya sebuah momen yang istimewa sekaligus memerlukan perhatian ekstra. Karena risiko komplikasi yang lebih tinggi bagi Mam dan janin, perawatan kehamilan kembar sering kali memerlukan kunjungan prenatal yang lebih sering untuk memastikan kesejahteraan keduanya.

Meskipun kehamilan kembar dapat dikonfirmasi secara akurat melalui pemeriksaan USG, ada beberapa tanda yang dapat Mam kenali sejak dini. Dari ukuran perut yang lebih besar hingga morning sickness yang lebih parah, tanda-tanda ini bisa menjadi petunjuk awal bahwa Mam mungkin sedang mengandung si kecil kembar. Yuk, pelajari lebih lanjut tentang ciri-ciri hamil kembar dan pastikan Mam mendapatkan perawatan terbaik untuk perjalanan kehamilan yang menakjubkan ini!

Ukuran Perut Lebih Besar dari Kehamilan Tunggal

Salah satu ciri-ciri hamil kembar adalah ukuran perut yang terlihat lebih besar dibandingkan kehamilan tunggal pada usia kandungan yang sama. Dokter atau bidan biasanya mengukur

tinggi fundus (dari atas tulang kemaluan hingga puncak rahim) untuk memantau perkembangan janin. Pada kehamilan kembar, rahim sering kali membesar lebih cepat, dengan perbedaan yang biasanya mulai terlihat pada trimester kedua.

Kehamilan kembar tidak hanya memengaruhi ukuran rahim tetapi juga laju kenaikan berat badan. Wanita hamil kembar cenderung mengalami kenaikan berat badan lebih cepat dibandingkan kehamilan tunggal, terutama karena peningkatan kebutuhan plasenta dan perkembangan janin yang ganda. Kehamilan kembar dapat memerlukan kenaikan hingga 35-45 pon (sekitar 16-20 kg) selama kehamilan.

Memahami hal ini penting untuk memastikan Mam mendapatkan penanganan yang tepat dan memenuhi kebutuhan nutrisi kedua janin. Jika Mam mendapati ukuran perut lebih besar dari perkiraan usia kehamilan atau kenaikan berat badan lebih cepat dari biasanya, segera konsultasikan dengan dokter atau bidan untuk memastikan kondisi kehamilan tetap optimal.

Mual Muntah yang Berlebihan

Mam merasa mual dan muntah lebih intens daripada kehamilan sebelumnya? Hal ini bisa jadi tanda kehamilan kembar. Tingginya kadar hormon seperti human chorionic gonadotropin (hCG) dalam kehamilan kembar sering dikaitkan dengan morning sickness yang lebih parah dibandingkan kehamilan tunggal, sehingga dapat menjadi salah satu ciri hamil kembar dari trimester 1. Bahkan, kondisi seperti hyperemesis gravidarum (HG), atau mual dan muntah yang tidak terkontrol hingga memerlukan penanganan medis seperti cairan infus, lebih sering terjadi pada kehamilan kembar.

Kehamilan kembar memiliki risiko lebih tinggi mengalami mual yang parah, terutama selama trimester pertama. Menariknya, kehamilan dengan janin kembar perempuan cenderung memiliki tingkat mual dan muntah yang lebih berat dibandingkan dengan kombinasi jenis kelamin lainnya. Untungnya, bagi sebagian besar ibu hamil, *morning sickness* ini biasanya mulai mereda setelah minggu ke-12 hingga ke-14. Jika Mam mengalami mual yang lebih berat dari biasanya, disarankan untuk berkonsultasi dengan dokter untuk memastikan asupan nutrisi tetap terjaga dan mendapatkan penanganan yang sesuai.

Kenaikan Level Hormon HcG

Hormon HcG (Human Chorionic Gonadotropin) meningkat pesat dalam kehamilan, terutama pada kehamilan kembar. Tes darah atau urine yang menunjukkan kadar HcG sangat tinggi dapat menjadi indikasi awal. Namun, untuk memastikannya, dokter biasanya akan melakukan pemeriksaan lebih lanjut seperti USG.

HcG adalah hormon yang diproduksi oleh plasenta untuk mendukung pertumbuhan janin dengan merangsang produksi progesteron. Dalam kehamilan kembar, kadar HcG cenderung meningkat 30–50% lebih tinggi dibandingkan kehamilan tunggal pada usia kehamilan yang sama. Peningkatan ini biasanya paling mencolok pada awal kehamilan, ketika kadar HcG

berlipat ganda setiap 48–72 jam hingga mencapai puncaknya antara minggu ke-8 dan ke-10. Meski demikian, kadar HcG yang tinggi bukan satu-satunya penanda kehamilan kembar karena tingkat hormon ini juga dapat bervariasi secara signifikan antar individu.

Baca Juga: Manfaat Omega 3 dan 6 untuk Anak

Selain kehamilan kembar, kadar HcG yang tinggi juga bisa dipengaruhi oleh faktor lain seperti kesalahan perhitungan usia kehamilan, kehamilan molar, atau kondisi medis tertentu. Oleh karena itu, dokter biasanya mengamati pola kenaikan HcG dari beberapa tes darah untuk memastikan apakah pertumbuhan janin sesuai dengan harapan. Jika hasil tes menunjukkan tren kenaikan HcG yang lebih cepat dari biasanya, USG awal biasanya dilakukan sekitar minggu ke-6 untuk memastikan adanya dua janin atau lebih.

Dua Detak Jantung yang Terdeteksi

Dengan menggunakan sistem Doppler, dokter kandungan atau bidan dapat mendeteksi lebih dari satu detak jantung janin. Namun, pemeriksaan ini tidak selalu akurat, karena suara detak jantung tunggal sering kali terdengar dari beberapa area pada perut ibu, sehingga dapat keliru dianggap sebagai dua detak. Oleh sebab itu, USG menjadi metode yang lebih akurat untuk mengonfirmasi kehamilan kembar, terutama pada usia kehamilan sekitar 6 minggu, ketika janin sudah dapat terlihat jelas.

Penting untuk dicatat bahwa Doppler juga digunakan untuk tujuan yang lebih luas dalam kehamilan kembar, termasuk memantau aliran darah di arteri umbilikalis atau arteri otak tengah untuk memastikan kesehatan janin, terutama jika terdapat komplikasi seperti perbedaan ukuran antara janin. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan Doppler secara rutin dalam kehamilan kembar dapat membantu mengidentifikasi kondisi seperti pertumbuhan janin terhambat atau *intrauterine growth restriction* (IUGR) atau komplikasi lain lebih awal dibandingkan kehamilan tunggal. Hal ini dapat meningkatkan peluang intervensi yang tepat waktu untuk memastikan hasil kehamilan yang lebih baik.

Selain ciri-ciri hamil kembar, pemeriksaan rutin seperti USG sangat penting untuk memastikan kehamilan kembar dan kesehatan janin. Jangan lupa untuk berkonsultasi secara teratur dengan dokter kandungan untuk memantau perkembangan si kecil dan memastikan semua ciri-ciri hamil kembar terdeteksi dengan baik.

Source

https://my.clevelandclinic.org/health/articles/23158-twin-pregnancy.
Dari https://my.clevelandclinic.org/health/articles/23158-twin-pregnancy. Diakses pada 5/12/24.

https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/staying-healthy-during-pregnancy/twin-pregnancy-answers-from-maternal-fetal-medicine-specialist.
Dari https://www.hopkinsmedicine.org/health/conditions-and-diseases/staying-healthy-during-p

regnancy/twin-pregnancy-answers-from-maternal-fetal-medicine-specialist. Diakses pada 5/12/24.

https://obgynif.com/difference-between-single-and-twin-pregnancy-symptoms/.
Dari https://obgynif.com/difference-between-single-and-twin-pregnancy-symptoms/. Diakses pada 5/12/24.

https://www.whattoexpect.com/pregnancy/twins-and-multiples/carrying-more-than-one/managing-your-weight.aspx. Dari Diakses pada 5/12/24. https://www.whattoexpect.com/pregnancy/twins-and-multiples/carrying-more-than-one/managing-your-weight.aspx. Diakses pada 5/12/24.

https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/multiples/weight-gain-with-multiples/. Dari

https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/multiples/weight-gain-with-multiples/. Diakses pada 5/12/24.

https://www.babycenter.com/pregnancy/your-baby/when-and-how-to-find-out-if-youre-carrying-twins-or-more_3579.
Dari https://www.babycenter.com/pregnancy/your-baby/when-and-how-to-find-out-if-youre-carrying-twins-or-more_3579. Diakses pada 5/12/24.

https://www.webmd.com/baby/features/11-things-you-didnt-know-about-twin-pregnancies.
Dari https://www.webmd.com/baby/features/11-things-you-didnt-know-about-twin-pregnancies. Diakses pada 5/12/24.

https://www.parents.com/pregnancy/my-baby/twins-multiples/signs-you-might-be-pregnant-with-twins.
Dari https://www.parents.com/pregnancy/my-baby/twins-multiples/signs-you-might-be-pregnant-with-twins. Diakses pada 5/12/24.

https://www.parents.com/pregnancy/my-body/your-hcg-levels-with-twins-what-to-expect/.
Dari https://www.parents.com/pregnancy/my-body/your-hcg-levels-with-twins-what-to-expect/.

https://www.healthline.com/health/pregnancy/hcg-levels-twins.
Dari https://www.healthline.com/health/pregnancy/hcg-levels-twins. Diakses pada 5/12/24.

https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1521693422001092.
Dari https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1521693422001092. Diakses pada 5/12/24.

https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/multiples/twin-pregnancy-symptoms/. Dari https://americanpregnancy.org/healthy-pregnancy/multiples/twin-pregnancy-symptoms/. Diakses pada 5/12/24.

Bagikan sekarang

