

مادر گرامی: این پمفلت آموزشی به منظور آشنایی شما با پره‌اکلامپسی یا مسمومیت حاملگی و مراقبت‌های آن آماده شده است به امید اینکه بارداری بدون مشکل و خوشایندی را تجربه نمایید.



فشار خون وابسته به بارداری و پره‌اکلامپسی چیست؟

پره‌اکلامپسی، فشار خون وابسته به بارداری یا مسمومیت بارداری یک مشکل اختصاصی در بارداری است که می‌تواند تمام اعضای بدن را تحت تاثیر قرار دهد و با افزایش فشار خون بیش از 140/90 میلی متر جیوه و دفع پروتئین در ادرار گفته می‌شود که حداکثر ۱۲ هفته بعد از بارداری به حد طبیعی برگردد، که اگر تشنج نیز به آن اضافه گردد به آن اکلامپسی میگویند. مادران مبتلا به پره‌اکلامپسی در معرض خطر بیشتری از نظر عوارض مادری و جنینی هستند به همین دلیل باید تحت مراقبت های ویژه بارداری قرار گیرند.

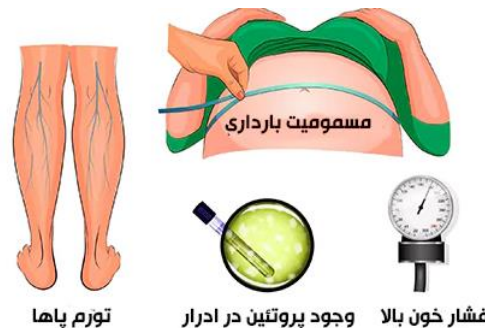
عوامل مستعد کننده پره اکلامپسی

- مادران شکم اول
- زنان با سابقه پره اکلامپسی در خواهر یا مادر
- زنان با سابقه پره اکلامپسی در بارداری قبلی

- زنان چاق
- مادران مبتلا به بیماری دیابت قبل از بارداری یا حین حاملگی
- زنان باردار در سنین زیر ۱۸ سال و بالای ۳۵ سال
- وضعیت اقتصادی – اجتماعی نامناسب حاملگی
- چندقلو
- بیماری های کلیوی
- مول هیداتیفرم
- کمبود کلسیم

علائم مسمومیت بارداری یا پره‌اکلامپسی خفیف:

- فشار خون بالای 140/90
- ورم و مقدار کم پروتئین در ادرار



علائم مسمومیت بارداری یا پره‌اکلامپسی شدید:

- فشار خون بالای 160/110
- پروتئین در ادرار، ورم عمومی بدن به ویژه دست و صورت
- افزایش ناگهانی وزن بدن
- اختلال در بینایی و تاری دید و سردرد
- درد قسمت بالا و راست شکم
- کاهش ادرار یا توقف جریان ادرار

عوارض مسمومیت بارداری روی جنین و مادر:

- افزایش احتمال مرگ جنین در داخل رحم و مرده‌زایی
- افزایش احتمال تولد نوزاد با وزن کمتر از 2500
- افزایش احتمال جدا شدن زودرس جفت
- افزایش احتمال زایمان سزارین
- افزایش احتمال نارسایی کلیوی و قلبی
- افزایش احتمال بروز فشار خون پس از زایمان
- افزایش احتمال زایمان زودرس
- نارسایی کلیوی و کبدی و ریوی

چگونه از بروز فشار خون وابسته به بارداری و پره اکلامپسی آگاه شویم؟

هر کدام از نشانه های گفته شده می‌توانند نشانی از بروز پره اکلامپسی باشد در هر بار مراجعه به پزشک یا ماما نیز با اندازه گیری فشارخون و وزن در صورت وجود علائم با درخواست آزمایشات لازم وضعیت شما را مورد بررسی قرار می‌دهد. سونوگرافی می‌تواند به تعیین وضعیت جنین و جفت نیز کمک کند

درمان فشار خون وابسته به بارداری و پره اکلامپسی:

درمان بستگی به سن بارداری دارد:

۱) اگر تاریخ زایمان نزدیک است و رشد جنین کافی است ممکن است پزشک با توجه به شرایط مادر و جنین تصمیم به ختم بارداری و زایمان بگیرد.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی، درمانی کرمانشاه
بیمارستان شهدای سرپل ذهاب

مسمومیت حاملگی

(پره اکلامپسی)



واحد آموزش بیمارستان

تهیه کننده: نیلوفر مرادی قادری

با تایید متخصصین زنان بیمارستان



بهار ۱۴۰۴

متأسفانه راه مطمئنی برای پیشگیری از وقوع پره اکلامپسی وجود ندارد ولی برای کاهش عوامل مستعدکننده که باعث افزایش فشار خون میشود موارد زیر توصیه می‌شود:

- کنترل مرتب فشار خون و اندازه گیری وزن و میزان پروتئین در ادرار با توجه به دستور پزشک
- ویزیت مرتب توسط پزشک یا ماما
- مصرف مایعات کافی در طول شبانه روز
- مصرف کم مواد کافئین دار
- مصرف بیشتر میوه و سبزیجات تازه
- مصرف ماهی ها و استفاده از کپسول های روغن ماهی
- پرهیز از مصرف نمک و مواد نشاسته ای و غذاهای سرخ کردنی و استراحت کافی در طول روز

مراقبت های پس از زایمان

- ترخیص با داروهای فشار خون در بعضی از افراد برای جلوگیری از سکتة مغزی
- بیش تر از ۲۴ ساعت در بیمارستان بستری باشند
- کنترل مکرر فشار خون در ۷۲ ساعت اول و اگر در محدوده قابل قبول بود اندازیگیری مجدد ۷-۱۰ روز بعد انجام شود
- تا زمان برطرف شدن تمام علائم به پیگیری مداوم نیاز است

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۴/۰۱/۰۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۴/۰۱/۰۱

کد پمفلت: PED-PAM-43-00

۲) اگر مادر پره اکلامپسی خفیف داشته و جنین رشد کافی نداشته باشد موارد زیر به مادر توصیه می شود:

- استراحت به پهلو چپ و افزایش خونرسانی به جنین
- کنترل مرتب فشار و اندازه گیری وزن و میزان پروتئین ادرار با توجه به دستور پزشک
- افزایش تعداد ویزیت توسط پزشک یا ماما
- محدود کردن مصرف نمک
- مصرف کم مواد کافئین دار
- مصرف مایعات کافی در طول شبانه روز
- مصرف داروی پایین آورنده فشار خون
- بستری شدن در بیمارستان برای کنترل فشار خون و کارکرد کلیه
- اندازه گیری هفتگی و یا هر دو هفته یکبار BPP و NST
- هر سه هفته یکبار سونوگرافی
- شمردن روزانه حرکات جنین
- مصرف میوه، سبزیجات تازه و ماهی
- پرهیز از مصرف زیاد نمک و مواد نشاسته ای و سرخ کردنی

چگونه از ابتلا به پره اکلامپسی پیشگیری کنیم؟

خانم هایی که به تازگی فشار پایین آن ها ۱۱ تا ۱۰ میلی متر جیوه شده است یا بیش از یک کیلوگرم در هفته افزایش وزن پیدا کرده اند باید هر ۵ تا ۴ روز یکبار مراجعه کنند و مراقبت به طور سریایی ادامه پیدا کند مگر این که علایمی مانند:

فشار خون بالا، وجود پروتئین در ادرار، اختلالات دید، درد در ربع فوقانی و راست شکم در آنها بروز کند