

بالا بودن فشار خون بارداری (پره اکلامپسی) چیست؟



گروه هدف: بیمار / همراه

تهیه و تنظیم: واحد آموزش بیمارستان یاس سپید



www.payamesalamat.com

DANFORS BOOK MEDICINE

منابع: بهرام قاضی جهانی و روشنگ قطبی - بارداری و زایمان ویلیامز - جلد یکم - انتشارات گلبن - ۲۰۱۰

آدرس: تهران ، بلوار کشاورز خیابان حجاب، کوچه یکم بیمارستان یاس سپید



تلفن: ۷۲-۸۸۹۹۵۷۶۷-۸۸۹۹۵۷۶۵

www.yashospital.com

info@yashospital.com

کدام مادران بیشتر در معرض پره اکلامپسی هستند؟

- 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 و بالای ۳۵ سال

چگونه از ابتلا به پره اکلامپسی پیشگیری کنیم؟

- کنترل مرتب فشار خون و اندازه گیری وزن و میزان پروتئین در ادرار 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 به دلیل خاصیت آنتی اکسیداتیو(محافظت کننده)
- مصرف ماهی ها بویژه ماهی های دریای جنوب به غیر از تن ماهی و استفاده از کپسول های روغن ماهی
- استراحت کافی در طول شبانه روز
- انجام مرتب تمرینات ورزشی

فشار خون بارداری

تشخیص فشار خون بارداری زمانی است که فشار خون به ۱۴۰ میلی متر جیوه یا بیشتر برسد. در صورتی که در آزمایش ادرار دفع پروتئین داشته باشد تحت عنوان **مسمومیت بارداری** شناخته می شود.

در صورتی که افزایش فشار خون با تورم یا ادم دست و پا یا صورت و وجود پروتئین در ادرار همراه باشد به آن پره اکلامپسی یا مسمومیت حاملگی گفته میشود که در سه ماهه آخر بارداری بیشتر شایع میشود چنانچه این وضعیت درمان نشود پیشرفت علائم به اکلمپسی منجر میشود که با تشنج همراه بوده و عوارض بسیار شدیدی روی جنین و مادر دارد و گاهی منجر به مرگ می شود.

آیامیدانید علت فشار خون در بارداری چیست؟

علت ناشناخته است و فرضیه های مختلفی برای توجیه آن ارائه شده است:

- عدم تحمل بین بافتهای مادر جفت و جنین
- تطابق نادرست مادر با تغییرات قلبی عروقی
- کمبود های تغذیه ای
- مسائل ژنتیکی و بیماریهای زمینه ای



علائم پره اکلامپسی خفیف:

- فشار خون ۹۰/۱۴۰
- ورم و مقدار کم پروتئین در ادرار

علائم پره اکلامپسی شدید:

- فشار خون ۱۱۰/۱۶۰ و بیشتر
- پروتئین در ادرار و ورم عمومی بدن بویژه دست و صورت
- افزایش ناگهانی وزن بدن
- اختلال در بینایی و تاری دید
- درد قسمت بالا و راست شکم
- سر درد
- کاهش ادرار و یا توقف جریان ادرار

عوارض مادری و جنینی شامل:

- زایمان زودرس، جدا شدن زودرس جفت
- زجر جنین، مرگ داخل رحمی، کاهش رشد-افزایش احتمال تولد نوزاد با وزن کم
- افزایش احتمال زایمان سزارین
- افزایش احتمال بروز فشار خون بعد از بارداری



درمان پره اکلامپسی:

اگر تاریخ زایمان نزدیک است و رشد جنین کافی است ممکن است پزشک با توجه به شرایط مادر و جنین تصمیم به انجام زایمان بگیرد.

اگر مادر پره اکلامپسی خفیف داشته و جنین رشد کافی نداشته

باشد موارد زیر به مادران توصیه می شود:

- استراحت به پهلو چپ برای افزایش خونرسانی به جنین
- محدود نمودن مصرف نمک
- مصرف مایعات کافی در طول روز
- مصرف داروهای پایین آورنده فشار خون به دستور پزشک
- بستری شدن در بیمارستان برای کنترل فشار خون و کارکرد کلیه
- اندازه گیری پروتئین دفعی از ادرار
- بررسی آزمایشات خونی
- بررسی جنین از طریق سونوگرافی و کنترل صدای قلب جنین
- توزین روزانه
- اندازه گیری مرتب فشار خون در وضعیت نشسته

