

در خانم حامله بطور طبیعی فشارخون در سه ماهه دوم کمی کمتر از حد طبیعی است و به تدریج در باقیمانده ی دوران بارداری به حالت طبیعی باز میگردد. گاهی در ۱۰٪ زنان بعد از هفته ۲۰ بارداری فشارخون شروع به افزایش میکند که افزایش آن در اثر حاملگی ایجاد میشود که علت آن دقیقاً مشخص نیست و فشارخون حاملگی محسوب میشود. در مواردی نادر نیز در نخستین روزهای پس از زایمان رخ میدهد که معمولاً گذرا هستند اما در صورتیکه فرد قبلاً سابقه فشارخون بالا داشته باشد در دوران بعد از زایمان نیز فشار خون فرد بالا خواهد ماند. در ۲۵٪ این افراد با فشار خون مزمن احتمال افزایش ابتلا به مسمومیت وجود دارد درحالیکه در ۵٪ زنان ابتلا به پره اکلامپسی شایع است.

نکته مسمومیت حاملگی در زنان با سن بسیار کم و بالای ۴۰ سال بیشتر دیده میشود.

اولین درمان پیشگیری میباشد

شما باید هفته ای یک یا دوبار برای معاینات لازم و کنترل فشارخون و وزن و آزمایش ادرار به درمانگاه مراجعه نمایید

در صورتی که سن بارداری شما کمتر از ۳۷ هفته ست بررسی مرتب علائم حیاتی و مراقبت های اولیه تا زمان زایمان توصیه میشود در صورت سن حاملگی بالاتر از ۳۷ هفته ختم بارداری به عنوان درمان قطعی انجام میشود

نکته:

با مراجعه به موقع به مراکز درمانی و رعایت دستورات میتوانید از بروز ویادتر شدن بیماری جلوگیری کنید.

تهیه شده توسط کارگروه آموزش به بیمار بخش لیبر

Phone: 023-31819412
15khordadhos.semums.ac.ir



بیمارستان ۱۵ خرداد مهدشهر

پره اکلامپسی

مسمومیت بارداری



کد پمفلت : Hos-Pam-OB-04

تاریخ ابلاغ : ۱۴۰۲/۱۲/۱

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۴/۱۲/۱

مسمومیت حاملگی چیست؟

پره اکلامپسی یا همان مسمومیت حاملگی نوعی اختلال در فشار خون است که در بارداری به طور معمول از هفته ۲۰ به بعد بارداری با علائم زیر بروز میکند:

۱. بالا رفتن فشار خون برابر و یا بیشتر از ۱۳ روی ۹

۲. افزایش ناگهانی وزن بیش از ۱/۵ کیلوگرم در هفته

۳. ورم دست و پا و صورت

۴. سردرد

۵. اختلال در بینایی مانند تاری دید

۶. درد بخش بالایی شکم (معمولا زیر دنده ها و سمت راست و تهوع و استفراغ)

۷. دفع پروتئین در ادرار و کاهش پلاکت ها و دیگر موارد تشخیصی که در آزمایشات مشخص میشود.

۸. مراحل شدید منجر به تشنج و اغما میشود.

عوامل موثر در بروز پره اکلامپسی

۱. سابقه مسمومیت در حاملگی قبل

۲. ابتلا به فشار خون بالای مزمن

۳. ابتلا به بیماری های کلیوی و کبدی

۴. احتمال رخداد بیشتر در بارداری چندقلویی نسبت به تک قلویی

تغذیه صحیح در پره اکلامپسی

• مصرف سبزیجات

• کاهش میزان مصرفی نمک

• استفاده کمتر از غذاهای چرب و فست فودها

• مصرف مواد پروتئینی مانند گوشت و حبوبات

• مصرف لبنیات کم چرب

• رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری

توصیه های مهم و علائم خطری که باید بدانید

• توزین روزانه

• کاهش فعالیت روزانه و استراحت کافی داشته

باشید و از مسائل تنش زا دور شوید

• بررسی فشار خون

• مراجعه به یک مرکز درمانی در صورت مشاهده هر یک از علائم مسمومیت حاملگی

• پیگیری به موقع مراقبت های مرکز بهداشت و ویزیت متخصص زنان و انجام سونوگرافی و آزمایشات لازم

• حرکات جنین خود را بشمارید

• در سه نوبت بعد از غذا و یا بعد مصرف خوراکی و مایعات شیرین به مقدار کافی (در صورت عدم ابتلا به دیابت) به پهلوی چپ بخوابید و به مدت یک ساعت حرکات جنینی را شمرده و یادداشت کنید در صورتی که تعداد حرکات کمتر از ۳ تا در یک ساعت و یا کمتر از ۱۰ تا در دو ساعت بود به پزشک مراجعه نمایید.