

فشارخون در حاملگی پره اکلامپسی یا مسمویت حاملگی



۱

عوارض مادری پره اکلامپسی

تشنج، کما، اختلالات انعقادی

عوارض جنینی پره اکلامپسی :

تاخیر رشد داخل رحمی، زجر جنینی

کنترل مادر در شرایط پره اکلامپسی

- ویزیت ۳ بار در هفته
- اندازه گیری فشار خون و پروتئین (آلبومین) ادرار ۳ بار در هفته
- کنترل وزن روزانه
- آموزش تغذیه
- توصیه به استراحت

رژیم غذایی روزانه مادر مبتلا به پره اکلامپسی



- پروتئین ۶۰ تا ۷۰ گرم (استفاده از تخم مرغ حداقل ۲ بار در هفته)
- کلسیم ۱۲۰۰ میلی گرم
- استفاده کافی از روی (موجود در ماهی)
- منیزیم (موجود در سبزیجات به ویژه نخود سبز)



- کلیه ویتامین ها
- محدود کردن نمک نه قطع کامل آن

آموزش به بیمار و ارتقاء سلامت

شماره تماس: ۸۲۱۱۱۳۳۳

@kasra.hospital kasrahospital.ir

۴

پره اکلامپسی چیست ؟

پره اکلامپسی اختلال پیچیده ای است که حدود ۵ تا ۸ درصد زنان حامله را درگیر می کند. تشخیص فشار خون بالا و وجود پروتئین در ادرار (به طور طبیعی در ادرار دیده نمی شود) بعد از هفته بیستم حاملگی است. این اختلال در بیشتر موارد بعد از هفته ۳۷ حاملگی شروع می شود ولی در هر زمان از نیمه دوم حاملگی و نیز در زمان زایمان و یا حتی بعد از زایمان (معمولاً در ۲۴ تا ۴۸ ساعت اول بعد از زایمان) ممکن است دیده شود. معاینات منظم در دوران بارداری که از اوایل بارداری شروع می شود، در تشخیص زود رس این اختلال و درمان مناسب تاثیر داشته و سبب کاهش مرگ و میر مادران و جنین می شود.

تفاوت پره اکلامپسی Pregnancy induced hypertension
با فشار خون حاملگی Gestational hypertension

بالا بودن فشار خون بعد از بیستمین هفته حاملگی بدون وجود پروتئین در ادرار، فشار خون حاملگی (بالا بودن فشار خون ناشی از حاملگی) خوانده می شود.

علائم بالینی :

▲ **فشار خون بالا:** فشار خون سیستولیک (ماکسیموم) بیشتر از ۱۴۰ یا دیاستولیک (مینیموم) بیشتر از ۹۰ میلیمتر جیوه، فشار خون بالا تلقی می شود. از آنجا که فشار خون در طول روز نوسان دارد برای اطمینان از بالا بودن فشار خون باید بیش از یک بار اندازه گیری شود.

▲ **وجود پروتئین در ادرار:** بطور طبیعی پروتئین در ادرار دیده نمی شود، میزان پروتئین در ادرار نوسان دارد. بنابراین اگر پزشک بعد از اندازه گیری پروتئین در ادرار در یک نوبت به پره اکلامپسی مشکوک باشد، دستور آزمایش اندازه گیری پروتئین ادرار ۲۴ ساعته می دهد. در این آزمایش بیمار ادرار ۲۴ ساعته را جمع آوری کرده و آزمایشگاه میزان پروتئین موجود در ادرار را می سنجد.

▲ **ادم گوده گذار (تورم):** در صورتیکه متوجه تورم در صورت یا پف شدید دور چشم و یا تورم دستها بیشتر از مختصر بود و یا تورم زیاد یا ناگهانی در پاها یا قوزک پا مشاهده گردید، بلافاصله با پزشک معالج خود تماس بگیرید.

تورم به دلیل احتباس آب (که خود می تواند باعث افزایش وزن شود) رخ می دهد. بنابراین اگر در عرض یک هفته افزایش وزنی بیش از ۱/۵ کیلوگرم داشتید با پزشک خود تماس بگیرید. البته باید توجه داشت که تمام زنانی که به پره اکلامپسی مبتلا می شوند تورم نخواهند داشت.

پره اکلامپسی شدید تر علائم دیگری به دنبال خواهد داشت

□ سر درد شدید یا مستمر

□ تغییرات بینایی شامل دو بینی، تاری دید، دیدن نقاط شناور یا جرقه، حساسیت به نور، از دست دادن موقتی دید

□ درد یا حساسیت شدید در قسمت بالای شکم

□ تهوع و استفراغ

چه مادرانی در معرض پره اکلامپسی هستند

۱- حاملگی اول (زنانی که تا به حال زایمان نداشته اند)

۲- حاملگی های چند قلو

۳- وجود سابقه فامیلی

۴- سن مادر کمتر از ۲۰ و یا بیشتر از ۳۵ سال

۵- افزایش فشار خون مزمن در صورتیکه بیمار قبل از حاملگی یا در طی نیمه اول حاملگی فشار خون بالا داشته باشد، مبتلا به فشار خون مزمن تلقی شده و باید از نظر فشار خون و همچنین علائم پره اکلامپسی و نیز عوارض دیگر تحت نظر باشد. زنان مبتلا به فشار خون مزمن که دچار پره اکلامپسی می شوند نسبت به زنانی که یکی از این دو عارضه را به تنهایی دارند در معرض خطرات بیشتری قرار دارند.

۶- بیماری قند (چه از قبل بوده باشد چه در حاملگی ایجاد شده باشد)

۷- بیماری های کلیوی

۸- بیماری های مزمن عروقی

۹- چاقی (وزن زیاد)

۱۰- وضعیت اقتصادی - اجتماعی نامناسب

۱۱- کمبود کلسیم در مواد غذایی

۱۲- لوپوس اریتماتوس عمومی: یک بیماری است ناشی از اختلال در سیستم ایمنی