يا من اسمه دواء و ذكره شفاء

راهنمای بیمار

مسمومیت بارداری (پره اکلامپسی)

بیمارستان شهدای دهلران

بازنگری 1404

اگر تاريخ زايمان نزديك است و رشد جنين كافي باشد ممكن است پزشك با توجه به شرايط مادر و جنين تصميم به انجام زايمان بگيرد.

اگر مادر فشار خون خفيف داشته باشد و جنين رشد كافي نداشته موارد زير به مادر توصيه مي شود :

1 - استراحت به پهلوي چپ براي افزايش خون رساني به جنين

2 - افزايش تعداد ويزيت ها توسط پزشك و ماما

3 - محدود كردن مصرف نمك و مصرف مايعات كافي

4 - مصرف داروهاي پايين آورنده فشارخون طبق دستور پزشك و بستري در بيمارستان

مراقبت هاي بعد از زايمان :

لازم است شما تا 24 ساعت بعد از زايمان در بيمارستان تحت مراقبت خاص باشيد. در صورت بهبودي يا عدم وجود اختلالات جدي مي توانيد 2 الي 3 روز بعد از زايمان طبيعي و 3 الي 4 روز بعد از سزارين بيمارستان را ترك كنيد. در بيشتر موارد فشار خون تا هفته ي دوم بعد از زايمان به حد طبيعي باز مي گردد و فشارخون كمتر از 140/90 يا 150/100 نياز به درمان ندارد . در صورت وجود فشارخون بالا بيش از 2 هفته ، لازم است شما هر هفته ويزيت شويد. در صورت تداوم آن بيش از 22 هفته بايد به فكر فشارخون بالاي مزمن خود باشيد.

مادر گرامي اگر در منزل تحت مراقبت هستيد لازم است موارد زير را رعايت كنيد :

در مورد علايم خطر بيماري اطلاعات و آگاهي كافي داشته باشيد.

- در تاريخ معين جهت ويزيت به پزشك خود مراجعه كنيد . (حداقل هفته اي 2 بار)
- در ساعت معيني از روز وزن خود را كنترل نماييد .
- هر 4 ساعت يك بار به جز در مواقع خواب فشار خون خود را كنترل كنيد.
- حركات جنين خود را روزانه كنترل نماييد.
- استراحت كافي در منزل و عدم استرس و حمايت روحي، رواني خانواده
- رژيم غذايي كم نمك داشته باشيد.
- خواب مناسب به ميزان 6-12 ساعت به همراه دوره هاي استراحت روزانه
- نوشيدن حداقل 6 - 8 ليوان آب در روز
- پرهيز ازغذاهاي كنسروي ، انواع سس ها، چيپس و ساير تنقلات شور، فروارده هاي گوشتي ، سوسيس وكالباس و ...

3- در طول بارداري از برنامه ي غذايي طبيعي و متعادل حاوي هر پنج گروه غذايي استفاده كنيد . در صورتي كه پزشك براي شما مكمل هاي ويتاميني و معدني تجويز كرده آن ها را نيز مصرف نماييد.

4- بدون توصيه ي پزشك هيچ دارويي مصرف نكنيد، حتي داروهايي كه بدون نسخه ي پزشك مي توان تهيه نمود.

در صورت بروز هر يك از علايم زير لازم است بلافاصله به بيمارستان مراجعه نماييد :

1- افزايش پايدار فشارخون

2- سردرد شديد و مداوم بخصوص پشت سر

3- درد مداوم شكم مخصوصا "سردل و زير دنده ها بخصوص سمت راست"

4- اختلالات بينايي نظير دو بيني و تاري ديد يا حساسيت شديد به نور

5- تهوع پايدار ، استفراغ

6- سرگيجه ي شديد و مداوم

7- اضافه وزن ناگهاني

مراقبت هاي دوران بارداري نباشد و مسموميت بارداري به موقع تشخيص داده نشود، عوارض جدي در پي خواهد داشت كه اين عوارض به دو دسته تقسيم مي شوند:

- **عوارض مادري ناشي از مسموميت بارداري**
- **عوارض جنيني ناشي از مسموميت بارداري**

عوارض مادري ناشي از مسموميت بارداري:

1-نارسايي كليوي و يا كبدي 2- سكته ي مغزي 3- تشنج 4- عوارض شديد ريوي (ادم ريه) 5- افزايش خطر ابتلا به فشارخون بالا بدون ارتباط با بارداري خصوصا پس از 35 سالگي 6- اختلالات انعقادي 7- مرگ

عوارض جنيني ناشي از مسموميت بارداري :

1-كندگي زودرس جفت 2- تاخير رشد داخل رحمي جنين 3- زايمان زودرس 4- مرگ داخل رحمي جنين 5- پارگي زود رس كيسه ي آب جنين

راه هاي پيشگيري از مسموميت بارداري :

1-در سراسر دوران بارداري تحت نظر يك پزشك يا مركز درماني باشيد.

2-در طول دوران بارداري از مصرف سيگار ، الكل يا داروهاي روانگردان پرهيز كنيد .

به افزايش فشار خون بعد از هفته ي 20 بارداري (ماه پنجم حاملگي) كه همراه با ورم اندام ها و يا دفع پروتئين از طريق ادرار باشد ، مسموميت بارداري يا پره اكلامپسي گفته مي شود و اگر همراه با اين علائم تشنج نيز بروز كند ، اكلامپسي اطلاق مي گردد.

علت مسموميت بارداري :

علت اصلي مسموميت بارداري ناشناخته است. اما برخي معتقدند ، ناشي از ماده سمي است كه جفت توليد مي كند.

عوامل تشديد كننده ي مسموميت بارداري :

1- تغذيه ي نامناسب 2- ديابت شيرين 3- سابقه ي فشارخون بالا 4- بيماري كليوي مزمن 5- حاملگي اول 6-استعمال سيگار 7-مصرف الكل 8-استفاده از داروهاي روانگردان 9- سابقه ي بيماري در فاميل درجه اول 10-سن بيشتر از 35 سال 11 – حاملگي مول (بچه خوره)

عوارض ناشي از مسموميت بارداري :

در صورتيكه شما تحت مراقبت هاي كامل دوران بارداري هستيد و مسموميت بارداري به موقع تشخيص داده شده و درمان شود، عارضه ي خاصي براي شما و جنين تان نخواهد داشت.