

مددجو گرامی:

این پمفلت در راستای افزایش اطلاعات شما جهت آموزش و توصیه های فشارخون بارداری میباشد

فشارخون بالا در بارداری:

فشارخون بالا وقتی است که این نیرو در برابر دیوار شریان شما خیلی زیاد باشد. انواع مختلف فشارخون بالا در بارداری وجود دارد.

فشارخون حاملگی: به فشارخون بالاتر مساوی ۱۴۰/۹۰ که در حین بارداری بعد از هفته ۲۰ بارداری ایجاد میشود گفته میشود. شما معمولا علائم دیگری ندارید در بسیاری از موارد به شما و یا کودک شما آسیبی نمیرساند و طی ۱۲ هفته پس از زایمان از بین میرود. اما این خطر ابتلا به فشارخون بالا را در آینده افزایش میدهد. بعضی از اوقات ممکن است شدید باشد که ممکن است منجر به وزن کم هنگام تولد و یا تولد زودرس شود. برخی از زنان با فشارخون حاملگی به پره اکلامپسی مبتلا میشوند.



پره اکلامپسی:

افزایش ناگهانی فشارخون بعد از هفته ۲۰ بارداری (بیشتر از ۱۴۰/۹۰) است. معمولا در ۳ ماهه آخر بارداری اتفاق می افتد. در موارد نادر ممکن است علائم تا بعد از زایمان شروع نشوند که به آن پره اکلامپسی بعد از زایمان میگویند. علائم خطر پره اکلامپسی:

- آسیب برخی از اندام ها مانند کبد یا کلیه
- پروتیین در ادرار
- فشارخون بسیار بالا که میتواند هم برای شما و هم جنین شما جدی و حتی تهدید کننده زندگی باشد.
- ادم دست و پاها
- سردردی که از بین نمیرود
- مشکلات بینایی از جمله تاری دید
- درد در قسمت بالای شکم
- مشکلات تنفسی
- ❖ علت پره اکلامپسی ناشناخته میباشد.

عوارض مادری و جنینی پره اکلامپسی:

- محدودیت رشد جنین
- افزایش احتمال مرگ داخل رحمی

جنین و یا مرده زایی

- زایمان زودرس و افزایش احتمال سزارین
- افزایش احتمال جداشدن زودرس جفت و عوارض قلبی عروقی
- ❖ چه کسانی در معرض خطر ابتلا به پره اکلامپسی هستند:
- سابقه افزایش فشارخون یا بیماری مزمن کلیه قبل از بارداری
- سابقه فشارخون بالا یا پره اکلامپسی در بارداری قبلی
- چاقی
- سن بالای ۴۰ سال
- حاملگی چند قلوویی
- نژاد آفریقایی یا آمریکایی
- سابقه خانوادگی پره اکلامپسی
- بیماریهای دیابت
- لوپوس یا ترومبوفیلی (اختلالی که خطر لخته شدن خون را افزایش



میدهد)

بسمه تعالی

کد سند: PAM-CC-۵۳

شماره ویرایش: ۱

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۲/۰۶/۲۲



آموزش به بیمار

آموزش و توصیه های

فشارخون در بارداری



بیمارستان خاتم الانبیاء تایباد

واحد آموزش به بیمار (شهریور ۴۰۱)

درمان قطعی پره اکلامپسی: ختم حاملگی

-توصیه هایی برای مادر مبتلا به پره اکلامپسی:

افزایش دفعات ویزیت بارداری در ۳ ماهه سوم (حداکثر ۷ روزه و ترجیحا ۳-۴ روزه)

مصرف غذاهای کم نمک، پرپروتئین و پرکالری. استراحت به پهلوی چپ و توجه به حرکات جنین، مصرف ویتامین ها، اندازه گیری روزانه وزن بدن، استراحت کافی و انجام تمرینات ورزشی سبک، توجه به علائم سردرد، تاری دید، سوزش سردل و مراجعه فوری به پزشک با داشتن هر یک از علائم. مصرف داروهای پایین آورنده فشارخون طبق دستور پزشک.

منبع: <http://medlineplus.gov>

▪ آدرس کلینیک سلامت: قسمت پایین ساختمان اداری بیمارستان

پره اکلامپسی باعث چه چیزهایی میشود:

- قطع جفت، جایی که جفت از رحم جدا میشود.
- رشد ضعیف جنین، ناشی از کمبود مواد مغذی و اکسیژن
- زایمان زودرس
- نوزادی با وزن کم
- آسیب به کلیه ها، کبد، مغز و سایر اندام ها
- افزایش خطر بیماری قلبی

علائم معمولاً طی ۶ هفته بعد از زایمان از بین می روند.

در موارد نادر ممکن است علائم از بین بروند یا ممکن است تا بعد از زایمان شروع نشود که این میتواند بسیار جدی باشد و باید سریعاً درمان شود هنگامیکه پره اکلامپسی به اندازه کافی شدید باشد که بر عملکرد مغز تاثیر بگذارد و باعث تشنج و یا اغما شود اکلامپسی گفته میشود که میتواند باعث حالت تهوع، استفراغ و کم شدن میزان ادرار شود.