

مادر گرامی : هدف از ارائه این مطلب آموزشی ، آشنایی

شما با مسمومیت حاملگی و مراقبتهای آن می باشد . امید

ست بارداری بدون مشکلی را تجربه نمایید.

فشار خون وابسته به بارداری و پره اکلامپسی چیست؟

افزایش فشار خون مادر در طی بارداری معمولاً پس از هفته‌ی بیستم با علائم ورم و پروتئین در ادرار ظاهر می شود .

فشارخون وابسته به بارداری و پره اکلامپسی از شایع‌ترین مشکلات طبی در بارداری است . این اختلال ۵ تا ۸ درصد

بارداری‌ها را عارضه دار می کند مادران مبتلا به پره اکلا

مپسی در معرض خطر بیشتری از نظر عوارض مادری و جنینی

هستند به همین دلیل باید تحت مراقبت‌های ویژه بارداری قرار گیرد

کدام مادران بیشتر در معرض ابتلا به فشار خون وابسته به بارداری و پره اکلامپسی هستند :

۱- مادران شکم اول

۲- زنان با سابقه پره اکلامپسی در خواهر یا مادر

۳- زنان با سابقه پره اکلامپسی در بارداری قبلی

۴- زنان چاق

۵- مادران مبتلا به بیماری دیابت قبل از بارداری یا حین حاملگی

۶- زنان باردار در سنین زیر ۱۸ سال و بالای ۳۵ سال

بعضی از نشانه‌ها می توانند نشانه بروز پره اکلامپسی در آینده ای

نزدیک باشد بنابراین باید به وجود این نشانه‌ها در بدن خودتان

حساس باشید و با بروز هر کدام از آنها سریعاً به پزشک مراجعه

کنید

علائم مسمومیت بارداری یا پره اکلامپسی خفیف:

• فشار خون بالا فشار خون ۱۴۰ / ۹۰

• ورم و مقدار کم پروتئین در ادرار

علائم مسمومیت بارداری یا پره اکلامپسی شدید:

• فشار خون بالا ۱۶۰/ ۱۱۰

• پروتئین در ادرار ، ورم عمومی بدن به ویژه دست و صورت

• افزایش ناگهانی وزن بدن

• اختلال در بینایی و تاری دید و سردرد

• درد قسمت بالا و راست شکم

• سردرد

کاهش ادرار یا توقف جریان ادرار

کاهش ادرار یا توقف جریان ادرار

عوارض مسمومیت بارداری روی جنین و مادر:

• افزایش احتمال مرگ جنین در داخل رحم و مرده‌زایی

• افزایش احتمال تولد نوزاد کم وزن با وزن کمتر از ۲۵۰۰

• افزایش جدا شدن زودرس جفت در دوران بارداری

• افزایش احتمال زایمان سزارین

• افزایش احتمال نارسایی کلیوی و قلبی

• افزایش احتمال بروز فشار خون پس از زایمان

چگونه از بروز فشار خون وابسته به بارداری و پره

اکلامپسی آگاه شویم؟

هر کدام از نشانه‌های گفته شده می‌توانند نشانی از بروز

پره اکلامپسی باشد در هر بار مراجعه به پزشک یا ماما نیز

با اندازه‌گیری فشارخون و وزن در صورت وجود علائم با

درخواست آزمایش ادرار برای بررسی وجود پروتئین در

ادرار و نیز اندازه‌گیری اسید اوریک و کراتینین خون

وضعیت شما را مورد بررسی قرار می‌دهد. سونوگرافی

می‌تواند به تعیین وضعیت جنین و جفت نیز کمک کند



آموزش خود مراقبتی در مادران باردار مبتلا به مسمومیت بارداری یا پره اکلامپسی



بیمارستان و زایشگاه مادر

واحد آموزش سلامت

کدسند: MH\AM\PT\071

تاریخ تنظیم: ۱۳۹۹/۰۶/۱۷

تاریخ ابلاغ: ۱۴۰۲/۰۷/۱۳

تاریخ بازنگری: ۱۴۰۳/۰۷/۱۳

کد بازنگری: ۰۰۲

QR از طریق اسکن این
می توانید به محتوی CODE
این پمفلت و سایر مطالب
آموزشی دسترسی داشته باشید.



تلفن بلوک زایمان بیمارستان :
۳۷۰۴۸۴۰۰

Www.motherhospital.ir

مراجعه کنند و مراقبت به طور سرپایی ادامه پیدا کند

مگر این که علایمی مانند :

فشار خون بالا ، وجود پروتئین در ادرار، اختلالات دید ،

درد در ربع فوقانی و راست شکم در آنها بروز کند

متاسفانه راه مطمئنی برای پیشگیری از وقوع پره

اکلامپسی وجود ندارد ولی برای کاهش عوامل

مستعدکننده که باعث افزایش فشار خون میشود موارد

زیر توصیه می شود :

• کنترل مرتب فشار خون و اندازه گیری وزن و

میزان پروتئین در ادرار با توجه 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

مصرف ماهی ها و استفاده از کپسول های روغن ماهی

پرهیز از مصرف نمک و مواد نشاسته‌ای و غذاهای سرخ

کردنی و استراحت کافی در طول روز

منبع : ویلیامز ۲۰۱۸ و دستورات عمل های مرتبط

درمان فشار خون وابسته به بارداری و پره اکلامپسی:

درمان بستگی به سن بارداری دارد :

• اگر تاریخ زایمان نزدیک است و رشد جنین کافی

است ممکن است پزشک با توجه به شرایط مادر و

جنین تصمیم به ختم بارداری وزایمان بگیرد.

• اگر مادر پره اکلامپسی خفیف داشته و جنین رشد

کافی نداشته باشد موارد زیر به مادر توصیه می شود:

1. استراحت به پهلو چپ و افزایش خونرسانی به جنین

2. افزایش تعداد ویزیت توسط پزشک یا ماما

3. محدود کردن مصرف نمک

4. مصرف مایعات کافی در طول روز

5. مصرف داروی پایین آورنده فشار خون

6. بستری شدن در بیمارستان برای کنترل فشار خون و

کارکرد کلیه

چگونه از ابتلا به پره اکلامپسی پیشگیری کنیم؟

خانم هایی که به تازگی فشار پایین آن ها ۸۱ تا ۸۹ میلی

متر جیوه شده است یا بیش از یک کیلوگرم در هفته

افزایش وزن پیدا کرده‌اند باید هر ۳ تا ۴ روز یکبار