

## تعریف

افزایش فشارخون وابسته به بارداری یا پره اکلامپسی به فشارخون مساوی یا بیشتر از ۱۴۰/۹۰ که بعد از هفته بیستم بارداری و همراه با دفع پروتئین در ادرار بوده و حداکثر پس از ۱۲ هفته بعد از بارداری به سطح طبیعی خود برگردد اطلاق می شود. چنانچه این افزایش در فشارخون با بروز تشنج در مادر همراه شود به آن اکلامپسی می گویند. به این بیماری مسمومیت حاملگی هم گفته می شود.

## عوامل مستعد کننده

بارداری اول

سابقه پره اکلامپسی در مادر یا خواهر

سابقه پره اکلامپسی در بارداری قبلی

چاقی

چندقلویی

فشارخون زمینه ای بالا

سابقه بیماری کلیوی قبل از بارداری

سن زیر ۱۸ یا بالای ۳۵ سال

## عوارض و مخاطرات بیماری در مادر و جنین

در صورتیکه شما تحت نظر پزشک باشید عارضه خاصی شما و جنین شمار را تهدید نمی کند ولی در صورت عدم دریافت مراقبت های لازم باعث :

✓ نارسایی کلیوی و کبدی

✓ سکتة مغزی

✓ تشنج

✓ عوارض شدید ریوی

✓ اختلالات انعقادی و کاهش پلاکت

و در جنین موجب :

✓ جدا شدن زودرس جفت از رحم

✓ تاخیر رشد داخل رحمی

✓ زایمان زودرس

✓ مرگ داخل رحمی ، می شود.

## علائم خطر

✓ افزایش فشارخون مادر به ۱۴/۹ و بیشتر

✓ سردرد شدید خصوصا در ناحیه پشت سر

✓ درد مداوم در ناحیه راست و بالای شکم

✓ ورم بدن خصوصا ورم دست و صورت

✓ افزایش ناگهانی وزن بدن بیشتر از ۱ کیلوگرم در هفته

✓ تاری دید و اختلال بینایی

✓ تهوع و استفراغ

✓ سرگیجه



توجه داشته باشید در صورت دارا بودن هر یک از شرایط فوق حتما پزشک یا ماما را مطلع نمایید.

## درمان

درمان در این موارد به شدت بیماری بستگی دارد، در موارد خفیف می توان بیمار را در منزل و بطور مرتب، با ارائه توصیه های زیر، تحت نظر قرار داد :

✓ استراحت بیشتر به پهلو (برای خونرسانی بهتر به جنین)

✓ افزایش تعداد مراقبت ها توسط پزشک یا ماما (هفته ای ۲ بار)

✓ محدودیت مصرف نمک

✓ مصرف مایعات به میزان کافی

✓ مصرف داروهای کاهش دهنده فشارخون طبق تجویز پزشک



## افزایش فشارخون در بارداری (پره اکلامپسی)



### بیمارستان گلدیس شاهین شهر

واحد آموزش به بیمار

تهیه کننده: صدیقه کمانی\_ سوپرایزر آموزش سلامت

پاییز ۱۴۰۲ کد پمفلت ۹- AW5

- ❖ کنترل رژیم غذایی و محدودیت مصرف غذاهای سرخ کردنی، نمک، چربی، شیرینی جات و مواد نشاسته ای (ماکارونی، نان، سیب زمینی، ...)
- ❖ مصرف مرتب و روزانه داروهای مکمل تجویز شده توسط ماما یا پزشک
- ❖ مصرف مایعات به میزان کافی
- ❖ کاهش مصرف مواد کافئین دار (قهوه، نوشابه، شکلات)
- ❖ عدم مصرف مشروبات الکلی
- ❖ عدم مصرف تنقلات مضر مانند چیپس و پفک
- ❖ استراحت کافی در طول روز و نداشتن استرس
- ❖ انجام تمرینات ورزشی مجاز در دوران بارداری و پیاده روی



منابع: بارداری و زایمان ویلیامز

سایت بیمارستان [www.goldis.mui.ac.ir](http://www.goldis.mui.ac.ir)

در موارد شدید بیماری:

- ✓ بستری در بیمارستان جهت دریافت مراقبت کامل
- ✓ تصمیم به انجام زایمان در صورت رشد کافی جنین



### مراقبت های بعد از زایمان

لازم است تا ۲۴ ساعت پس از زایمان در بیمارستان تحت مراقبت های لازم قرار بگیرید، در صورت بهبود و رفع علائم می توانید ۲ الی ۳ روز بعد از زایمان از بیمارستان مرخص شوید. در اکثر موارد فشارخون تا هفته دوم بعد از زایمان به حد طبیعی برمی گردد، در غیر این صورت مراجعه به پزشک متخصص داخلی جهت بررسی بیشتر الزامی است.

### راه های پیشگیری

- ❖ دریافت مراقبت های بارداری از ابتدای شروع حاملگی
- ❖ کنترل ماهیانه وزن و فشارخون
- ❖ انجام آزمایشات لازم به تشخیص پزشک یا ماما