

فشار خون وابسته به بارداری (پره اکلامپسی) :

افزایش فشار خون مادر در طی بارداری که با علائم ورم و پروتئین در ادرار همراه باشد، پره اکلامپسی نامیده می شود. مادران مبتلا به پره اکلامپسی در معرض خطر بیشتری از نظر عوارض مادری و جنینی هستند، به همین علت باید تحت مراقبت های ویژه بارداری باشند.

❖ کدام مادران بیشتر در معرض خطر مسمومیت بارداری هستند ؟

- مادران شکم اول
- زنان با سابقه ی پره اکلامپسی در بارداری قبلی
- زنان چاق
- مادران مبتلا به دیابت قبل از بارداری یا حین بارداری
- زنان باردار سنین زیر ۱۸ سال و بالای ۳۵ سال

❖ علائم پره اکلامپسی خفیف :

- فشار خون بالاتر از ۹۰
 - ورم
 - مقدار کم پروتئین در ادرار
- ❖ علائم پره اکلامپسی شدید :**
- فشار خون بالاتر از ۱۱۰
 - پروتئین در ادرار
 - ورم عمومی بدن به ویژه دست و صورت
 - افزایش ناگهانی وزن بدن

- اختلال در بینایی و تاری دید و جرقه های نور
- درد قسمت بالا و راست شکم
- سر درد
- کاهش ادرار

بعضی از نشانه ها می تواند نشانه های بروز پره اکلامپسی در فرصتی نزدیک باشد، بنابراین باید در صورت بروز هر کدام از این علائم سریعاً به پزشک مراجعه کنید.

❖ عوارض پره اکلامپسی بر روی جنین و مادر:

- افزایش احتمال مرگ جنین در داخل رحم
- افزایش احتمال تولد نوزاد کم وزن
- افزایش احتمال سزارین
- افزایش احتمال نارسایی کلیوی و ماندگاری فشار خون بالا پس از زایمان

❖ چگونه از بروز فشار خون وابسته به بارداری و پره اکلامپسی آگاه میشویم؟

هر کدام از نشانه های گفته شده می تواند نشانی از پره اکلامپسی باشد. در هر بار مراجعه به پزشک یا ماما با اندازه گیری وزن و فشار خون شما و بررسی پروتئین نمونه ادرار، وضعیت شما بررسی می شود.



مرکز آموزشی درمانی، بیمارستان سینا
شهرستان زرنند



پره اکلامپسی

گروه هدف: بیماران
واحد آموزش به بیمار

تاریخ بازنگری : زمستان ۱۴۰۳

❖ چگونه از ابتلا به پره اکلامپسی

پیشگیری کنیم ؟

متأسفانه راه مطمئنی برای پیشگیری از وقوع پره اکلامپسی وجود ندارد، ولی برای کاهش عوامل مستعد کننده فشار خون، رعایت موارد زیر کمک کننده می باشد.

- محدودیت مصرف نمک
- مصرف کمتر مواد کافئین دار
- پرهیز از غذاهای سرخ کردنی و نشاسته دار
- ممنوعیت مصرف دخانیات و الکل
- استراحت و حفظ آرامش روحی می تواند کمک کننده باشد.
- انجام تمرینات ورزشی مناسب می تواند کمک کننده باشد.

منبع:

درسنامه پرستاری مادر و نوزاد لیفر

درمان فشارخون 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 انجام زایمان بگیرد. اگر مادر پره اکلامپسی خفیف داشته باشد، این موارد به شما توصیه می شود :

- استراحت به پهلوی چپ برای افزایش خون رسانی به جنین
- افزایش تعداد ویزیت ها توسط پزشک
- محدود نمودن مصرف نمک مصرف
- داروی پایین آورنده ی فشار خون
- بستری شدن در بیمارستان برای کنترل فشار خون و کارکرد کلیه ها

