

راه‌های پیشگیری از مسمومیت بارداری:

❖ در سراسر دوران بارداری تحت نظر یک پزشک یا مرکز درمانی باشید.

❖ در طول دوران بارداری از مصرف سیگار و یا الکل پرهیز کنید.

❖ در طول بارداری از برنامه‌ی غذایی طبیعی و متعادل حاوی هر پنج گروه غذایی استفاده کنید. در صورتی که پزشک برای شما مکمل‌های ویتامینی و معدنی تجویز کرده آنها را نیز مصرف نمایید.

❖ بدون توصیه‌ی پزشک هیچ دارویی مصرف نکنید، حتی داروهایی که بدون نسخه‌ی پزشک می‌توان تهیه نمود.

علائم خطر مسمومیت بارداری:

در صورت بروز هر یک از علائم زیر لازم است بلافاصله به بیمارستان مراجعه نماید:

❖ افزایش پایدار فشارخون

❖ سردرد شدید و مداوم بخصوص پشت سر

❖ سوزش و درد مداوم شکم خصوصا " سر دل و زیر دنده‌ها بخصوص سمت راست

❖ اختلالات بینایی نظیر دو بینی و تاری دید یا حساسیت شدید به نور

❖ تهوع پایدار

❖ استفراغ

❖ سرگیجه‌ی شدید و مداوم

❖ اضافه وزن ناگهانی به میزان $1/5$ کیلوگرم یا بیشتر در هفته.

و درمان شود، عارضه‌ی خاصی برای شما و جنین‌تان نخواهد داشت، ولی اگر مادری تحت مراقبت‌های دوران بارداری نباشد و مسمومیت بارداری به موقع تشخیص داده نشود، عوارض جدی در پی خواهد داشت که این عوارض به دو دسته تقسیم می‌شوند:

★ عوارض مادری ناشی از مسمومیت بارداری.

★ عوارض جنینی ناشی از مسمومیت بارداری.

عوارض مادری ناشی از مسمومیت حاملگی:

➤ نارسائی کلیوی و یا کبدی

➤ سکنه‌ی مغزی

➤ تشنج

➤ عوارض شدید ریوی (ادم ریه)

➤ افزایش خطر ابتلاء به فشارخون بالا بدون ارتباط با بارداری خصوصا " پس از ۳۵ سالگی

➤ اختلالات انعقادی

➤ مرگ

عوارض جنینی ناشی از مسمومیت بارداری:

❖ کندگی زودرس جفت

❖ تاخیر رشد داخل رحمی جنین

❖ زایمان زودرس

❖ مرگ داخل رحمی جنین

به افزایش فشارخون بعد از هفته‌ی ۲۰ بارداری (ماه پنجم حاملگی) که ممکن است همراه با ورم اندامها و یا دفع پروتئین از طریق ادرار باشد، مسمومیت بارداری یا پره‌اکلامپسی گفته می‌شود و اگر همراه با این علائم تشنج نیز بروز کند، اکلامپسی اطلاق می‌گردد.

علت مسمومیت بارداری:

علت اصلی مسمومیت بارداری ناشناخته است. اما برخی معتقدند، ناشی از ماده یا سمی است که جفت تولید می‌کند.

عوامل تشدید کننده‌ی مسمومیت بارداری:

❖ تغذیه‌ی نامناسب

❖ دیابت شیرین

❖ سابقه‌ی فشارخون بالا و یا مسمومیت بارداری در حاملگی قبلی.

❖ بیماری کلیوی مزمن

❖ حاملگی اول

❖ استعمال سیگار

❖ مصرف الکل

❖ چاقی

❖ سابقه‌ی بیماری در فامیل درجه‌ی اول

❖ سن بیشتر از ۳۵ سال

عوارض ناشی از مسمومیت بارداری:

در صورتیکه شما تحت مراقبت‌های کامل دوران بارداری هستید و مسمومیت بارداری به موقع تشخیص داده شده



مسمومیت بارداری چیست؟ (پره اکلامپسی)

واحد آموزش بیمارستان شفا سقز

پمفلت آموزشی مددجو

گرفت و ممکن است با صلاحدید پزشک تحت زایمان زود هنگام قرار بگیرید. نکته قابل توجه این است که درمان قطعی و اصلی مسمومیت بارداری ختم حاملگی است.

مراقبتهای بعد از زایمان:

لازم است شما تا ۲۴ ساعت بعد از زایمان در بیمارستان تحت مراقبت خاص باشید. در صورت بهبودی یا عدم وجود اختلالات جدی می‌توانید ۲ الی ۳ روز بعد از زایمان طبیعی و ۳ الی ۴ روز بعد از سزارین بیمارستان را ترک کنید. در بیشتر موارد فشارخون تا هفته‌ی دوم بعد از زایمان به حد طبیعی باز می‌گردد و فشارخون کمتر از ۱۴۰/۹۰ یا ۱۵۰/۱۰۰ نیاز به درمان ندارد. در صورت وجود فشارخون بالا بیش از ۲ هفته، لازم است شما هر هفته ویزیت شوید. در صورت تداوم آن بیش از ۱۲ هفته باید به فکر درمان فشارخون بالای مزمن خود باشید.

بالارزی سلامتی برای شما مادر گرامی

در صورت داشتن سوالات در مورد بیماری خود به واحد

آموزش بیمارستان شفا مراجعه فرمایید

مادر گرامی اگر در منزل تحت مراقبت هستید لازم است موارد زیر را رعایت کنید:

- ★ در مورد علایم خطر بیماری اطلاعات و آگاهی کافی داشته باشید.
- ★ در تاریخ معین جهت ویزیت به پزشک خود مراجعه کنید، طبق دستور پزشک.
- ★ در ساعت معینی از روز وزن خود را کنترل نمایید.
- ★ هر ۴ ساعت یکبار به جزء در مواقع خواب فشارخون خود را کنترل کنید (در وضعیت نشسته از یک دست مشخص).
- ★ حرکات جنین خود را روزانه کنترل نمایید.
- ★ ادرار خود را هر روز از نظر پروتئین بررسی کنید.
- ★ با نظر پزشک لازم است اندازه‌گیری آنزیم‌های کبدی، پلاکت، هماتوکریت، کراتینین سرم و پروتئین ادرار هفته‌ای ۲ بار انجام گردد.
- ★ لازم است با نظر پزشک NST هفته‌ای ۲ بار انجام شود.
- ★ سونوگرافی اولیه و سپس با نظر پزشک برای بررسی رشد جنین انجام گیرد.
- ★ در بستر استراحت نسبی داشته باشید.
- ★ رژیم غذایی پر پروتئین و پرکالری میل کنید.
- ★ در صورتی که پزشک برای شما مکمل‌های غذایی تجویز نموده مصرف این داروها می‌تواند از تبدیل مسمومیت بارداری به نوع شدید آن جلوگیری کند.

در مورد مسمومیت حاملگی شدید، بلافاصله در بیمارستان بستری و تحت درمان دارویی قرار خواهید