



## مسمومیت بارداری (پره اکلامپسی)



تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی : خاتم دکتر مریم ازاد  
(متخصص زنان و زایمان)

شهریور ۱۴۰۴

## پیشگیری از عارضه مسمومیت بارداری

بسیار مهم است که معاینات دوره‌های بارداری را جدی بگیرید. اگر نتوانستید به جلسات معاینه بارداری خود در زمان تعیین شده بروید، حتماً در سریعترین زمان ممکن از پزشک خود وقت معاینه دیگری بگیرید. پره‌اکلامپسی شاید مایه‌تواناد روی سلامت شما و جنین تأثیر منفی بگذارد. در صورت درمان نشان این عارضه، خطر سکته مغزی، درست عما نکردن کلیه و کبد، مشکلات انعقادی خون، تجمع مایعات در ریه و تشنج به همراه دارد. همچنین ممکن اسات نوزاد، زودرس یا کوچکتر از حد بیبغای یا حتای مرده به دنیا بیاید.

منبع: بارداری و زایمان ویلیامز – راهنمای خدمات کشوری  
مامایی



با ارزی سلامت و تندرستی

## رعایت موارد زیر ضروری است :

- آگاهی لازم درمورد علائم خطر بیماری
- حداقل هفته ای دوبار جهت مراقبت به پزشک یا ماما مراجعه کنید
- حرکات جنین خود را کنترل کنید
- آزمایشات دوره ای جهت بررسی عملکرد کلیه ها و کبد
- کنترل و ثبت وزن روزانه -
- استراحت و حفظ آرامش روحی -
- خواهید به پهلوی چپ
- حفظ رژیم غذایی مناسب ( کم نمک ، پر کالری و پرپروتئین)
- ممنوعیت مصرف دخانیات ، الک ، مواد روان گردان
- هفته ای دو مرتبه NST (نوار قلب جنین ) - هر سه هفته سونوگرافی
- استفاده از داروهای تجویز شده پزشک

### مسمومیت یا فشار خون بالا در بارداری

**مسمومیت بارداری چیست :** به افزایش فشارخون بیشتر یا مساوی 140/90 بعد از هفته 20 بارداری (ماه پنجم) که همراه با دفع پروتئین از بریق ادرار باشد و حداکثر بعد از 12 هفته از ختم بارداری به حد بیعی برگردد مسمومیت بارداری گفته میشود.

**فشارخون مزمن چیست :** فشارخون مساوی یا بیشتر از 140/90 که پیش از بارداری وجود داشته یا قب از هفته 20 بارداری شروع شود و تا 12 هفته پس از زایمان باقی بماند .

عوارض تاثیر گذار بر مادر : نارسایی کلیه - سکنه مغزی - تشنج - عوارض شدید ریوی - اختلالات انعقادی - کاهش پلاکت - اختلالات بینایی

عوارض تاثیر گذار بر جنین : تاخیر رشد و داخ رحمی جنین - زایمان زود رس - جداشدن زود رس جفت- مرگ داخ رحمی جنین

راههای پیشگیری : تحت نظر بودن در دوران بارداری

رژیم غذایی کم نمک ، کم چربی ، کم کلسیم ، کم روغن ماهی و ویتامین C,E

داروهای ضد لخته شدن خون و داروهای فشارخون ببق نظر پزشک

### چه مادرانی در معرض خطر مسمومیت بارداری هستند ؟

- کسانی که تا بحال زایمان نداشته اند - حاملگی چند قلوئی
- وجود سابقه فامیلی
- سن مادر کمتر از 20 و بیشتر از 35 سال - دیابت
- بیماری های کلیوی
- بیماری های مزمن عروقی -
- وزن زیاد و چاقی
- وضعیت اقتصادی- اجتماعی نامناسب
- کمبود کلسیم در مواد غذایی مصرفی - مصرف دخانیات



### علائم خطر :

در صورت بروز علائم زیر سریعاً به مراکز درمانی مراجعه کنید :

- افزایش فشارخون بیشتر یا مساوی 140/90 -سردرد شدید
- درد مداوم شکم به خصوص سردل و زیر دنده ها -
- اختلال بینایی ( دو بینی ، تاری دید ، یا حساسیت به نور )
- تهوع پایدار -
- استفراغ -
- سرگیجه
- افزایش وزن ناگهانی بیشتر از 1.5 کیلوگرم در هفته

