

## یا من اسمه دواء و ذکره شفاء

### راهنمای بیمار

مسمومیت بارداری (پره اکلامپسی)



واحد آموزش به بیمار

بیمارستان قدس پاوه

اگر تاریخ زایمان نزدیک است و رشد جنین کافی باشد ممکن است پزشک با توجه به شرایط مادر و جنین تصمیم به انجام زایمان بگیرد.

### اگر مادر فشار خون خفیف داشته باشد و جنین رشد کافی نداشته موارد زیر به مادر توصیه می شود :

- ۱- استراحت به پهلوی چپ برای افزایش خون رسانی به جنین
- ۲- افزایش تعداد ویزیت ها توسط پزشک و ماما
- ۳- محدود کردن مصرف نمک و مصرف مایعات کافی
- ۴- مصرف داروهای پایین آورنده فشارخون طبق دستور پزشک و بستری در بیمارستان

### مراقبت های 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 می توانید ۲ الی ۳ روز بعد از زایمان طبیعی و ۳ الی ۴ روز بعد از سزارین بیمارستان را ترک کنید. در بیشتر موارد فشار خون تا هفته ی دوم بعد از زایمان به حد طبیعی باز می گردد 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 فشارخون بالای مزمن خود باشید.



سایت بیمارستان : [Pavehhop.Kums.ac.ir](http://Pavehhop.Kums.ac.ir)

شماره تماس 08346135014

### 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. (حداقل هفته ای ۲ بار)
- در ساعت معینی از روز وزن خود را کنترل نمایید.
- هر ۴ ساعت یک بار به جز در مواقع خواب فشار خون خود را کنترل کنید.
- حرکات جنین خود را روزانه کنترل نمایید.
- استراحت کافی در منزل و عدم استرس و حمایت روحی ، روانی خانواده
- رژیم غذایی کم نمک داشته باشید.
- خواب مناسب به میزان ۶-۱۲ ساعت به همراه دوره های استراحت روزانه
- نوشیدن حداقل ۶-۸ لیوان آب در روز
- پرهیز از غذاهای کنسروی ، انواع سس ها، چیپس و سایر تنقلات شور، فرآورده های گوشتی ، سوسیس و کالباس و ...

۳- در طول بارداری از برنامه ی غذایی طبیعی و متعادل حاوی هر پنج گروه غذایی استفاده کنید . در صورتی که پزشک برای شما مکمل های ویتامینی و معدنی تجویز کرده آن ها را نیز مصرف نمایید.

۴- بدون توصیه ی پزشک هیچ دارویی مصرف نکنید ، حتی داروهایی که بدون نسخه ی پزشک می توان تهیه نمود.

### در صورت بروز هر یک از علایم زیر لازم است بلافاصله به بیمارستان مراجعه نمایید :

۱- افزایش پایدار فشارخون

۲- سردرد شدید و مداوم بخصوص پشت سر

۳- درد مداوم شکم مخصوصاً ” سردل و زیر دنده ها بخصوص سمت راست ”

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

۵- تهوع پایدار ، استفراغ

۶- سرگیجه ی شدید و مداوم

۷- اضافه وزن ناگهانی

مراقبت های دوران بارداری نباشد و مسمومیت بارداری به موقع تشخیص داده نشود، عوارض جدی در پی خواهد داشت که این عوارض به دو دسته تقسیم می شوند :

### ● عوارض مادری ناشی از مسمومیت بارداری

### ● عوارض جنینی ناشی از مسمومیت بارداری

### عوارض مادری ناشی از مسمومیت بارداری :

- ۱- نارسایی کلیوی و یا کبدی ۲- سکته ی مغزی ۳- تشنج ۴-
- عوارض شدید ریوی ( ادم ریه ) ۵- افزایش خطر ابتلا به فشارخون بالا بدون ارتباط با بارداری خصوصاً پس از ۳۵ سالگی ۶- اختلالات انعقادی ۷- مرگ

### عوارض جنینی ناشی از مسمومیت بارداری :

- ۱- کندگی زودرس جفت ۲- تاخیر رشد داخل رحمی جنین ۳-
- زایمان زود رس ۴- مرگ داخل رحمی جنین ۵- پارگی زود رس کیسه ی آب جنین

### راه های پیشگیری از مسمومیت بارداری :

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

- ۲- در طول دوران بارداری از مصرف سیگار ، الکل یا داروهای روانگردان پرهیز کنید .

به افزایش فشار خون بعد از هفته ی ۲۰ بارداری ( ماه پنجم حاملگی ) که همراه با ورم اندام ها و یا دفع پروتئین از طریق ادرار باشد ، مسمومیت بارداری یا **پره اکلامپسی** گفته می شود و اگر همراه با این علائم تشنج نیز بروز کند ، **اکلامپسی** اطلاق می گردد.

### علت مسمومیت بارداری :

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

### عوامل تشدید کننده ی مسمومیت بارداری :

- ۱- تغذیه ی نامناسب ۲- دیابت شیرین ۳- سابقه ی فشارخون بالا ۴- بیماری کلیوی مزمن ۵- حاملگی اول
- ۶- استعمال سیگار ۷- مصرف الکل ۸- استفاده از داروهای روانگردان ۹- سابقه ی بیماری در فامیل
- درجه اول ۱۰- سن بیشتر از ۳۵ سال ۱۱- حاملگی مول ( بچه خوره )

### عوارض ناشی از مسمومیت بارداری :

در صورتیکه شما تحت مراقبت های کامل دوران بارداری هستید و مسمومیت بارداری به موقع تشخیص داده شده و درمان شود ، عارضه ی خاصی برای شما و جنین تان نخواهد داشت ، ولی اگر مادری تحت