



دانشگاه پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی گیلان

بیمارستان شهید بهشتی قروه

آموزش به بیمار با موضوع : مسمومیت بارداری



تهیه کنندگان : گروه آموزش به بیمار

تأیید کننده علمی : خانم دکتر شکوفه شاملو رضایی
(متخصص زنان و زایمان)

بهمن ۱۴۰۱

پیشگیری از عارضه مسمومیت بارداری

بسیار مهم است که معاینات دوره‌ای 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 شدید می‌تواند روی سلامت شما و جنین تأثیر منفی بگذارد. در صورت درمان نشدن این عارضه، خطر سکته مغزی، درست عمل نکردن کلیه و کبد، مشکلات انعقادی خون، تجمع مایعات در ریه و تشنج به همراه دارد. همچنین ممکن است نوزاد، زودرس یا کوچک‌تر از حد طبیعی یا حتی مرده به دنیا بیاید.

منبع: بارداری و زایمان ویلیامز - راهنمای خدمات کشوری
ماملایی



با آرزوی سلامتی و تندرستی

رعایت موارد زیر ضروری است :

- آگاهی لازم در مورد 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
- خوابیدن به پهلو چپ
- حفظ رژیم غذایی مناسب (کم نمک ، پر کالری و پرپروتئین)
- ممنوعیت مصرف دخانیات ، الکل ، 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 ۱۴۰/۹۰ بعد از هفته ۲۰ بارداری (ماه پنجم) که همراه بادفع پروتئین از طریق ادرار باشد و حداکثر بعد از ۱۲ هفته از ختم بارداری به حد طبیعی برگردد مسمومیت بارداری گفته میشود.

فشارخون مزمن چیست : فشارخون مساوی یا بیشتر از ۱۴۰/۹۰ که پیش از بارداری وجود داشته یا قبل از هفته ۲۰ بارداری شروع شود و تا ۱۲ هفته پس از زایمان باقی بماند .

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

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

راههای پیشگیری : تحت نظر بودن در دوران بارداری

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

داروهای ضد لخته شدن خون و داروهای فشارخون طبق نظر پزشک

چه مادرانی در معرض خطر مسمومیت بارداری هستند؟

- کسانی که تا بحال زایمان نداشته اند
- حاملگی چند قلوبی
- وجود سابقه فامیلی
- سن مادر کمتر از ۲۰ و بیشتر از ۳۵ 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 ۱۴۰/۹۰
- 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 ۱,۵ کیلوگرم در هفته

