

کد مستند:  
GCC-PA-23-05



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز  
«بیمارستان امام خمینی (ره) استهبان»

## مسمومیت حاملگی چیست؟ (آموزش به زنان باردار)

تهیه کننده: زهرا صفایی-کارشناس مامایی

منبع: کتاب ویلیامز

تاریخ تدوین: بهار ۱۳۹۸

تاریخ بازنگری: بهار ۱۴۰۲



- کنترل روزانه وزن
- کنترل حرکات جنین
- کاهش میزان مصرف نمک
- استفاده کمتر از غذای چرب
- استفاده از سبزیجات، شیرکم چرب، نان کم نمک
- مصرف مکمل کلسیم
- داشتن رژیم غذایی پر پروتئین

هر چه پره اکلامپسی زودتر شروع شده باشد و شدیدی تر باشد خطر نارس شدن نوزاد و عوارض آن بیشتر است اگر نوزادی که کمتر از ۳۷ هفته سن دارد به دنیا بیاید به دلیل تکامل ناقص ریه با مشکلات تنفسی روبرو می شود به یاد داشته باشید مسمومیت حاملگی در صورتی که درمان نشده باقی بماند می تواند منجر به عوارض جدی و کشنده برای شما و جنین متولد نشده تان باشد.

### توصیه های آموزشی

-در صورتی که یکی از اعضای خانواده یا خودتان در حاملگی قبلی فشار خون بالا یا علائم مسمومیت خفیف حاملگی را داشته اید پزشک معالج خود را در جریان بگذارید.

-رعایت محدودیت فعالیت که ممکن است توسط پزشک معالج توصیه شود ضروری است

-استراحت در وضعیت خوابیده به پهلو چپ

-کنترل روزانه فشارخون

## مسمومیت حاملگی چیست؟

در حالت طبیعی در فرد بارداری که سه ماهگی دوم حاملگی قرار دارد فشار خون کمی کمتر از حد طبیعی است و به تدریج در باقیمانده دوران بارداری به حالت طبیعی باز می گردد با این وجود در ۱۰ درصد زنان باردار بعد از هفته ی بیستم بارداری فشار خون شروع به افزایش می کند این افزایش در اثر بارداری ایجاد می شود که به آن مسمومیت حاملگی (پره اکلامپسی) گفته می شود.

### افراد در معرض خطر شامل:

- ۱- حاملگی با زیر ۱۸ سال یا بالای ۳۵ سال
- ۲- مادران باردار دچار بیماری های عروقی (فشار خون، بیماری قلبی، کلیوی و...)
- ۳- مادران اول زای (حاملگی اول)
- ۴- حاملگی چندقلویی
- ۵- سابقه ی فشارخون خانوادگی

### علائم هشدار دهنده ی مسمومیت حاملگی:

- ۱- افزایش فشار خون
- ۲- ورم اندام دست ها و صورت
- ۳- افزایش ناگهانی وزن ( ۱ کیلوگرم یا بیشتر در طول ۱ هفته)
- ۴- سردرد
- ۵- تاری دید

## ۶- درد سر دل

۷- تحریک پذیری (واکنش سریع نسبت به عوامل محیطی)

### درمان:

آزمون های تشخیصی می تواند شامل بررسی های آزمایشگاهی خون، بررسی ادرار ۲۴ساعته و سایر موارد برای رد کردن عوارض باشند.

درمان به شدت بیماری بستگی دارد: مراقبت در منزل برای علائم خفیف مراقبت در بیمارستان در صورت بدتر شدن شرایط و زایمان زود هنگام در صورت وخامت اوضاع

اگر در منزل هستید روزانه خود را وزن و آن را ثبت کنید وفشارخون خود را روزانه چک کنید.

### اقدامات لازم:

- ۱- مراجعه ی فوری به پزشک یا مراکز بهداشتی درمانی یا بیمارستان در صورت بروز هر یک از علائم هشدار دهنده ذکر شده
- ۲- مراجعه ی به موقع جهت دریافت مراقبت های دوران بارداری طبق نظر پزشک و پرسنل بهداشتی
- ۳- داشتن استراحت کافی
- ۴- داشتن رژیم پروتئینی مناسب خصوصاً مصرف شیر کم چرب و ماهی
- ۵- توجه کامل به دستورات پزشک و پرسنل بهداشتی

## نکته:

این عارضه اگر به موقع تشخیص داده شود و در طول مدت بارداری درمان شود معمولاً بدون عارضه در طی ۷روز پس از زایمان و برطرف شده و مشکلی مادر و نوزاد را تهدید نمی کند.

### پیشگیری:

-مراقبت پیش از تولد مناسب در سرتاسر دوران بارداری

-در طول بارداری از سیگار و داروهای روان گردان یا الکل استفاده نکنید.

-در طول بارداری از یک رژیم غذایی طبیعی و کاملاً متعادل استفاده کنید در صورت تجویز مکمل های ویتامینی و معدنی پیش از زایمان را مصرف کنید.

-بدون توصیه پزشک هیچ دارویی را از جمله داروهای بدون نیاز به نسخه را مصرف نکنید.

**مسمومیت حاملگی (پره اکلامپسی) درمان نشده چگونه نوزاد را تحت تاثیر قرار می دهد؟**

پره اکلامپسی می تواند مانع رسیدن خون کافی به جفت شود و موجب شود که نوزاد کوچک تر از حد طبیعی به دنیا بیاید. همچنین موجب نارس شدن نوزاد و ایجاد مشکلات مربوط به آن می شود مانند ناتوانی در یادگیری ، مشکلات مغزی، تشنج، مشکلات شنوایی و بینایی و...