

## مقدمه:

افزایش فشارخون شایعترین مشکل طبی جدی در حاملگی است که باعث ایجاد اختلال در سیر طبیعی حاملگی و ایجاد خطرات جدی برای مادر و جنین میشود.

## علائم بیماری

- ✓ فشارخون بالاتر از 140/90 در مادرانی که قبلاً دارای فشارخون طبیعی بوده اند.
- ✓ دفع پروتئین از ادرار
- ✓ ادم و احتمال مرگ مادر و جنین
- ✓ بروز تشنج در صورت عدم درمان و پیشرفت بیماری



## عوامل مستعد کننده

- زایمان اول
- بیماری کلیوی مادر
- وجود دیابت قبل از حاملگی
- حاملگی چندقلوئی

## اهداف آموزشی

کنترل فشار خون در سطح طبیعی به منظور بهبود کار کلیه و کبد ، بهبود نتایج آزمایشات ، پیشگیری از تشنج ، بهبود سیر سلامتی مادر و جنین.

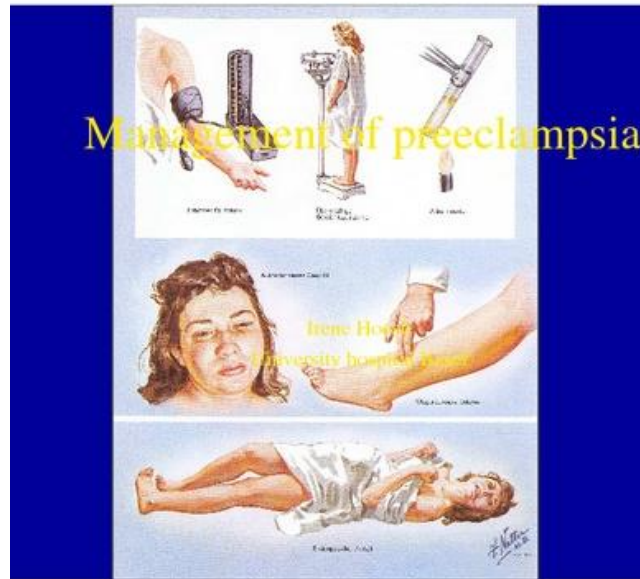
## توصیه های آموزشی

- در صورتیکه یکی از اعضاء خانواده یا خودتان در حاملگی قبلی ، فشارخون 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
- توزین روزانه
- کنترل روزانه ادرار از نظر پروتئین ادرار (با نوار تستهای مربوطه)
- کنترل حرکات جنین و فعالیت رحم
- داشتن رژیم غذایی پر پروتئین
- مصرف مکمل کلسیم
- مصرف آنتی اکسیدانها(ویتامین C & E)

## توجه:

در صورت ابتلا به فشارخون در طی حاملگی باید تحت نظر دقیق و مکرر پزشک باشید. در صورت بروز مسمومیت حاملگی باید تحت نظر متخصص زنان مامائی در بیمارستان ، بستری شوید.

## توصیه های لازم برای مادران باردار مبتلا به پره اکلامپسی (مسمومیت حاملگی)



## مرکز آموزشی و درمانی شهید اکبر آبادی

### علائم خطر

در صورت مشاهده یک یا چند مورد از علائم زیر فوراً پزشک معالج خود را مطلع سازید و یا سریعاً به بیمارستان مراجعه نمایید:

- سردرد شدید
- اختلال بینائی
- درد ناحیه معده
- افزایش وزن به میزان بیش از ۳۵۰ گرم در ۲۴ ساعت
- تهوع، اسهال، اسهال و دردهای کرامپی شکم
- تحریک پذیری بیش از حد
- در چنین شرایطی بستری در بیمارستان جهت کنترل علائم حیاتی و ایجاد تعادل در وضعیت شما ضروری است.

Aumento de peso súbito



Edema



Presión sanguínea alta



### پدر عزیز

با حمایت عاطفی و جسمی از مادر باردار، او را در سپری کردن دوران حاملگی و زایمان یاری نمایید.