



تاریخ
۵
دی
۱۴۰۱
دوشنبه

مسمومیت حاملگی چیست؟



تغذیه نامناسب

یکی دیگر از عوامل تشدید کننده پره اکلامپسی یا مسمومیت حاملگی داشتن تغذیه نامناسب در دوران بارداری است. زیرا که فرد باردار به دلیل وجود جنین باید بسیار تغذیه ای مناسب داشته باشد و مواد غذایی مفید مصرف کند.

دیابت شیرین

دیابت شیرین نیز یکی از عواملی است می تواند در بروز مسمومیت در حاملگی بسیار تاثیر گذار باشد. پس اگر دچار دیابت بارداری هستید حتما به پزشک مراجعه کنید تا توسط پزشک این مشکل را کنترل کنید

و از به وجود آمدن مسمومیت حاملگی جلوگیری کنید.

اولین بارداری

یکی از موارد مهمی که اغلب در مسمویت بارداری بسیار تاثیر گذار است، بارداری اول است. اما این مشکل بدان معنا نیست که در بارداری‌های بعدی نیز حتما این اتفاق روی خواهد داد.

مصرف سیگار و الکل در بارداری

مصرف الکل و سیگار در دوران بارداری همانطور که می دانید برای جنین بسیار خطرناک است. همچنین ممکن است فرد را دچار مسمومیت شدید در حاملگی کند و جان مادر و جنین را در معرض خطر قرار دهد، پس از مصرف الکل و سیگار در هنگام بارداری به صورت جدی خودداری کنید.

فشار خون بالا

یکی از موارد شایع در به وجود آمدن مسمومیت حاملگی یا پره اکلامپسی، فشار خون است.

داشتن فشار خون بالا و افزایش ناگهانی فشار خون در فرد باردار ممکن است باعث مسمومیت حاملگی شود و جان جنین را به خطر بیناندازد. اگر دچار بیماری فشار خون هستید یا در دوران بارداری شاهد افزایش فشار خون ناگهانی هستید حتما به پزشک خود اطلاع دهید.

بیماری کلیوی

بیماری‌های کلیوی نیز می تواند نقش موثری در تشدید مسمویت حاملگی و به وجود آمدن آن داشته باشد.

سابقه خانوادگی

اغلب بیماری ها به دلیل سابقه ارثی و خانوادگی در افراد رخ می دهند. مسمومیت حاملگی یا پره اکلامپسی نیز یکی از مواردی است که ممکن است به دلیل سابقه خانوادگی باشد و مادر یا خواهر فرد باردار، در هنگام بارداری دچار این مشکل شده باشند.

اضافه وزن

وزن بسیار بالا در افراد باردار ممکن است مشکلاتی را برای فرد به وجود بیاورد. همچنین اضافه وزن می تواند یکی از عوامل موثر در بروز مسمومیت حاملگی باشد. به طور کلی می توان گفت که افزایش بیش از اندازه وزن در دوران بارداری خطر ساز است.

برخی دیگر از عوامل زمینه ساز در مسمومیت حاملگی عبارتند از:

گذشت بیش از ۱۰ سال از بارداری اول

بیماری لوپوس

بارداری چندقلویی

مصرف داروهای روانگردان

اختلال خون رسانی در رحم

مسمومیت حاملگی

دکتر نصرت نقاب

مراقبت های لازم قرار گیرد . در همچین موقعیتی فشار خون چندین مرتبه در روز اندازه گیری می شود و با قطعی شدن مسمومیت بارداری ، بارداری خطرناک گفته می شود . البته باید این را در خاطر داشت که اصولا مسمومیت بارداری تا زمان زایمان گسترش پیدا می کند زیرا در حقیقت دلیل آن خود بارداری می باشد . این اختلال اصولا تا حدود شش هفته پس از بارداری برطرف می شود .

البته در برخی از زنان علائم امکان دارد پس از زایمان آغاز شود . پس عوارض آن تنها مخصوص دوران حاملگی نمی باشد و برخی اوقات بعضی از عوارض مانند تشنج تا شش هفته پس از زایمان هم امکان دارد در مادر به وجود آید . به همین دلیل خانمی که دارای فشار خون بالا می باشد به مدت شش هفته پس از زایمان می بایستی تحت مراقبت های لازم باشد و نکات لازم را رعایت کند .

در مسمومیت بارداری به علت اینکه فشار خون مادر افزایش می یابد رشد جنین در درون رحم به تعویق می افتد به همین دلیل جنین نسبت به سن خود وزن کمی دارد و نیز امکان دارد مایع درون جنین کم شود و زایمان زودرس رخ دهد . حدود ۵۰ درصد از نوزادان در مسمومیت بارداری به شکل نارس به دنیا می آیند زیرا برخی اوقات پزشک به دلیل فشار خون بالا به اجبار زایمان را زودتر از زمان خود پایان دهد تا جان مادر را بتواند حفظ کند .

به محض اینکه مسمومیت بارداری تشخیص داده شد فرد می بایستی در بیمارستان بستری شود و آزمایش های مورد نیاز را انجام دهد . در واقع اگرچه جنین قادر باشد در خارج از بدن مادر قابلیت زندگی کردن را داشته باشد یا مسمومیت بارداری از نوع حاد باشد ختم بارداری تجویز می شود اما اگرچه مسمویت بارداری خفیف باشد با مراقبت های دقیق - تکرار آزمایشات - ارزیابی سلامت جنین و کنترل فشار خون مادر شاید بتوان تا رسیده شدن جنین و آمادگی او برای زندگی خارج از بدن مادر بارداری را ادامه داد . در این زمان بهتر است فرد استراحت داشته باشد - استرس خود را کم کند و همچنین تمام نکاتی که پزشک توصیه می کند را انجام دهد .

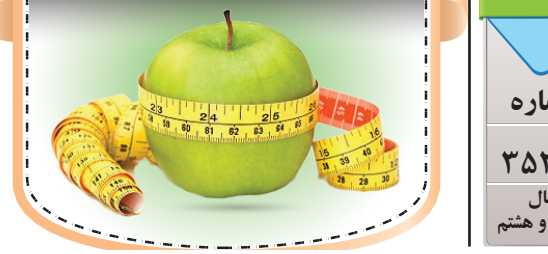
هر شماره؛معرفی یک موضوع در حوزه سلامت

از جنبه‌های مختلف

این شماره: مسمومیت بارداری

صفحه
۶
شماره
۳۵۳۷
سال
بیست و هشتم

سلامت



علائم مسمومیت بارداری



سایت ژن آزما می نویسد: مسمومیت بارداری به علت انقباض عروق خونی ایجاد شده و در نتیجه منجر به افزایش فشار خون و کاهش جریان آن در اندام‌های جنین مانند کبد، کلیه و مغز می‌شود. این کاهش جریان خون در رحم، مشکلاتی را برای جنین از جمله کاهش رشد، کاهش مایع آمنیوتیک و غیره به دنبال دارد.

علل آن می تواند موارد زیر باشد :

جریان خون ناکافی به رحم

بارداری اول

دیابت

بیماری‌های کلیوی

اضافه وزن بیش از حد

بارداری‌های چند قلبوی

آسیب به رگ های خونی

مشکل در سیستم ایمنی بدن

ژن های خاص

سن مادر کمتر از ۱۸ سال و یا بیشتر از ۳۵ سال

سایر اختلالات فشار خون بالا در دوران بارداری

پره اکلامپسی به عنوان یکی از چهار اختلال فشار خون بالا طبقه بندی می شود که ممکن است در دوران بارداری رخ دهد.

علائم مسمومیت بارداری :

ورم دست و صورت :

اولین علامت مسمومیت حاملگی ممکن است ورم دست و صورت باشد. ورم پاها در دوران بارداری به شرط طبیعی بودن فشارخون فیزیولوژیک در نظر گرفته میشود. ولی ورم دست و پا ممکن است نشانه شروع مسمومیت بارداری باشد.

افزایش وزن :

هرگونه افزایش وزن غیر قابل توجیه در بارداری باید مورد توجه قرار گیرد.افزایش وزن ناگهانی و بیش از حد (بیش از ۴۵۰ گرم در هفته در سه ماهه اخر بارداری) ، می تواند نشانه مسمومیت حاملگی یا پره‌اکلامپسی باشد.

فشارخون :

افزایش فشارخون بالای ۹۰/۱۴۰ بعد از هفته ۲۰ حاملگی یکی از معیارهای تشخیص پره اکلامپسی است.

دفع پروتئین :

دفع پروتئین ممکن است علل مختلفی داشته باشد.در صورتی که میزان آن در نمونه تصادفی ادرار که بصورت کیفی گزارش میشود معادل ۱+ و بیشتر باشد بایستی به فکر مسمومیت حاملگی بود. جهت ارزیابی دقیقتر، پزشک متخصص زنان درخواست اندازه گیری پروتئین درادرار ۲۴ ساعته را میدهد.

برخی از زنان مبتلا به پره اکلامپسی هیچ علامتی ندارند، بنابراین مهم است که برای بررسی منظم فشار خون و آزمایش ادرار به پزشک مراجعه کنید.

عوارض پره اکلامپسی

پره اکلامپسی می تواند از خون کافی به نوزاد جلوگیری کند که می تواند باعث شود نوزاد بسیار کوچک به دنیا بیاید. به این اتفاق محدودیت رشد جنین می گویند. همچنین یکی از شایع ترین علل زایمان زودرس و عوارضی است که می تواند به دنبال داشته باشد، از

چه افرادی در معرض خطر مسمومیت حاملگی هستند؟

دکتر منصوره پژمان منش



مسمومیت حاملگی یا پره اکلامپسی یکی از عوارض جدی دوران بارداری است که با فشارخون بالا ، ورم و دفع پروتئین تظاهر می کند. این عارضه بعد از هفته بیستم بارداری تا یک هفته پس از زایمان می‌تواند بروز کند. گاهی علایم بیماری به حدی شدید است که تهدیدکننده حیات بوده و ختم بارداری پیش از موعد را ضروری می‌سازد.بعضی از خانمهای باردار مستعد این عارضه بوده و لازم است در طی حاملگی تحت مراقبت بیشتری قرار گیرند.

چه افرادی در معرض خطر مسمومیت حاملگی هستند؟

بارداری اول

داشتن زمینه ژنتیکی

سنتین بسیار پایین و نیز بالای ۳۵ سال

فشارخون مزمن از قبل از بارداری

حاملگی دوقلویی یا چند قلبویی

چاقی

حاملگی مول یا بچه خوره

بعضی عوامل تغذیه ای

علائم مسمومیت بارداری (پره اکلامپسی):

۱- ورم :

اولین علامت مسمومیت حاملگی ممکن است ورم دست و صورت باشد. ورم پاها در دوران بارداری به شرط طبیعی بودن فشارخون فیزیولوژیک در نظر گرفته میشود. ولی ورم دست و پا ممکن است نشانه شروع مسمومیت بارداری باشد.

۲- افزایش قابل ملاحظه فشارخون :

افزایش فشارخون هرچند در محدوده نرمال باشد بایستی مورد توجه قرار گیرد.افزایش فشارخون بالای ۹۰/۱۴۰ بعد از هفته ۲۰ حاملگی یکی از معیارهای تشخیص پره اکلامپسی است.

۳- دفع پروتئین :

دفع پروتئین ممکن است علل مختلفی داشته باشد.در صورتی که میزان آن در نمونه تصادفی ادرار که بصورت کیفی گزارش میشود معادل ۱+ و بیشتر باشد بایستی به فکر مسمومیت حاملگی بود.جهت ارزیابی دقیقتر، پزشک متخصص زنان درخواست اندازه گیری پروتئین درادرار ۲۴ ساعته را میدهد.

۴- افزایش وزن :

هرگونه افزایش وزن غیر قابل توجیه در بارداری باید مورد توجه قرار گیرد.افزایش وزن ناگهانی و بیش از حد (بیش از ۴۵۰ گرم در هفته در سه ماهه اخر بارداری) ، می تواند نشانه مسمومیت حاملگی یا پره‌اکلامپسی باشد.

علائم پره اکلامپسی شدید :

علاوه برنشانه های فوق (افزایش فشارخون ، دفع پروتئین و

جمله ناتوانی های یادگیری، مشکلات بینایی ، صرع، مشکلات شنوایی و فلج مغزی .

تشخیص مسمومیت بارداری

پزشکان برای تشخیص مسمومیت بارداری معاینات و آزمایش های متعددی انجام می دهند. روشهای تشخیص این بیماری عبارت است از:

آزمایش پروتئین در ادرار

اختلال مشکلات کلیوی یا در بینایی

اندازه گیری فشار خون مادر

سنجش سطح پلاکت های خون

بررسی ریه ها برای بررسی تجمع مایع اضافی در ریه ها

درمان مسمومیت بارداری

تنها راه درمان مسمومیت بارداری زایمان است. پزشک شما بر اساس وضعیت خوب جنین در رحم و شدت پره اکلامپسی یا شما درباره زمان زایمان صحبت خواهد کرد.

اگر کودک شما معمولاً در هفته ۳۷ یا بعد از آن به خوبی رشد کرده است، ممکن است پزشک شما بخواهد زودتر زایمان کند و یا سزارین کند. این از بدتر شدن پره اکلامپسی جلوگیری می کند.

هر چه زایمان به تاریخ زایمان شما نزدیکتر باشد، برای کودک شما بهتر است.

پیشگیری از مسمومیت بارداری

بعضی راه‌ها برای پیشگیری از ابتلا به مسمومیت دارویی پیشنهاد می‌شود که می‌تواند موثر باشد. این موارد شامل موارد زیر می‌شود:

مصرف کلسیم و مواد معدنی مورد نیاز در دوران بارداری

مصرف به‌اندازه ویتامین‌ها با تجویز دقیق پزشک

کنترل وزن

از رژیم غذایی مناسب، میوه و سبزیجات تازه استفاده کنید

فعالیت‌های منظم و سبک روزانه انجام دهید

مصرف مواد غذایی حاوی مواد نگهدارنده کاهش بدید

ورزش‌های مناسب در دوران یاداری بهتر است انجام دهید

مصرف نمک در دوران بارداری را به حداقل برسانید

عدم مصرف غذاهایی مانند انواع سوسیس، کالباس و...

البته نمی‌توان گفت رعایت نکردن موارد فوق می‌تواند عامل اصلی ابتلا به پره‌اکلامپسی باشد اما برخی تحقیقات نشان داده است که در مادرانی که این موارد را رعایت می‌کنند کمتر دچار مسمومیت بارداری می‌شوند.