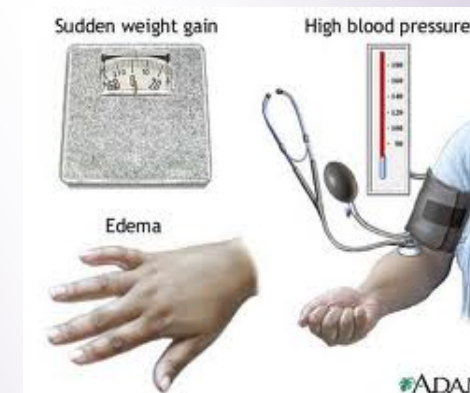




دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی



پراکلامپسی

مرکز پزشکی، آموزشی و درمانی آیت الله طالقانی

تهیه کننده:

خانم معصومه فدایی و واحد آموزش سلامت

نوبت بازنگری: اول

تاریخ تصویب: ۹۲/۰۵/۱۵

شماره سند: PF-FW-02

پره اکلامپسی:

افزایش فشار خون در هنگام حاملگی پس از ۲۴ هفتگی به میزان $140/90$ به اضافه ادم یا وجود پروتئین در ادرار و یا هر دو (و در بعضی از حاملگی ها از هفته ۲۰ اتفاق می افتد) اگر تشنج به علایم پره اکلامپسی اضافه شود، اکلامپسی است.

علت شناسی:

علت اصلی پره اکلامپسی نامشخص است ولی فرضیه هایی که وجود دارد عبارتند از:

- ✓ انقباض عروقی
- ✓ ناکافی بودن تغذیه
- ✓ ژنتیک

مادران در معرض خطر:

- کسانی که تا به حال زایمان نداشته اند
- حاملگی های چندقلو
- وجود سابقه فامیلی
- سن مادر کمتر از ۱۸ سال و یا بیشتر از ۳۵ سال
- دیابت
- بیماری های کلیوی و مزمن عروقی
- وزن زیاد
- وضعیت اقتصادی - اجتماعی نامناسب

علایم:

- ✚ ورم دست و پا
- ✚ سردرد
- ✚ سرگیجه
- ✚ سوزش سردل
- ✚ افزایش ناگهانی وزن یا افزایش وزن بیشتر از ۲ کیلوگرم در یک ماه
- ✚ رشد ناکافی جنین

نحوه مراقبت و درمان:

کنترل مادر در شرایط پره اکلامپسی خفیف :

- ویزیت ۳ بار در هفته
- اندازه گیری فشار خون و آلبومین ادرار ۳ بار در هفته
- کنترل وزن روزانه (یکی از علایم پره اکلامپسی افزایش وزن بیش از ۲ کیلو گرم در ماه است)
- تغذیه و استراحت مناسب





منابع

Clinical practice Guidelines for the Management of Diabetes in Canada. CMAJ 2010; 159(suppl 8).

بارداری و زایمان ویلیامز (کانینگهم، گنت، لونو، گیلستریپ، هوث، وسترم) ۲۰۱۰

توصیه های تغذیه ای:

- مکمل یاری ویتامین D ، 5میکروگرم در روز
- مکمل یاری ویتامین C ، روزانه ۱۰۰۰ mg
- مکمل یاری ویتامین E به صورت روزانه
- دریافت مکمل آهن، ۶۰ mg روزانه
- افزایش روغن های غیر اشباع در رژیم
- استفاده از Fish Oil یا اسید چرب امگا ۳، به صورت مصرف ماهی یا دریافت مکمل آن
- استفاده از پروتئین سویا و روغن زیتون
- مصرف شیر کم چرب
- استفاده از گوشت های کم چرب، در صورت استفاده از گوشت مرغ، پوست آن جدا شود. استفاده کافی از روی، ۱۱ mg (گوشت و ماهی)
- استفاده کافی از منیزیم، ۳۵۰ mg سبزیجات، نخود سبز)
- دریافت کلسیم روزانه ۱۲۰۰ mg از شیر یا منابع دیگر
- افزایش دریافت روزانه پتاسیم، ۹۰ میلی اکی والان
- پرهیز از مصرف خیار شور و آجیل شور
- نوشیدن ۶ تا ۸ لیوان آب در روز
- خودداری از مصرف کافئین (قهوه، چای...)
- استفاده از تخم مرغ حداقل دوبار در هفته
- دریافت کلیه ویتامین ها
- محدودیت دریافت نمک

درمان در پره اکلامپسی شدید:

- ختم بارداری
- سولفات منیزیم (جهت جلوگیری از تشنج)
- داروهای ضد فشار خون مانند هیدرالازین (در صورت فشارخون بالاتر از ۱۶۰/۱۱۰

در مسمومیت حاملگی (کلامپسی و پره اکلامپسی) ، خانم حامله و کسانی که از راه دهان تغذیه نمی کنند و مجبوریم دارو و مواد ضروری را از طریق سرم به شما برسانیم.

در صورت مشاهده علائمی از جمله :

سردرد ، گرگرفتگی ، کاهش فشار خون ، فلج تنفسی ، تعریق ، تهوع ، خواب آلودگی ، احساس تشنگی پس از مصرف دارو سریعاً پزشک و پرستار خود را مطلع گردانید.

