



**نیازهای آموزشی در**

**مسمومیت حاملگی**

## نیاز آموزشی :

کمبود آگا هی در مورد مسمومیت حاملگی (1-3)

## هدف :

ارتقاء آگا هی بیمار در رابطه با مسمومیت حاملگی

## محتوای آموزشی:

- مشخص کنید آیا بیمار قبلا در مورد مسمومیت حاملگی آموزشی داشته یا نه؟
- بیمار را به بیان احساس خود در مورد بیماری خود تشویق کنید.
- مشخص کنید پزشک، چه اطلاعاتی در مورد مسمومیت حاملگی به بیمار داده‌اند و بیمار این اطلاعات را در چه حدی فهمیده است.
- نکات مبهم را برای بیمار روشن کنید.

## مسمومیت بارداری

به افزایش فشارخون بعد از هفته ی 20 بارداری (ماه پنجم حاملگی) که همراه با ورم اندامها و دفع پروتئین از طریق ادرار باشد، مسمومیت بارداری یا پره اکلامپسی گفته میشود و اگر همراه با این علائم تشنج نیز بروز کند، اکلامپسی اطلاق میگردد.

## علت مسمومیت بارداری:

علت اصلی مسمومیت بارداری ناشناخته است. اما برخی معتقدند، ناشی از ماده یا سمی است که جفت تولید میکند.

## عوامل تشدید کننده ی مسمومیت بارداری:

\* تغذیه ی نامناسب \* دیابت شیرین \* چاقی \* حاملگی چند قلوئی \* سابقه ی فشارخون بالا \* بیماری کلیوی مزمن \* حاملگی اول \* مصرف الکل \* استفاده از داروهای روانگردان \* سابقه ی بیماری در فامیل درجه ی اول \* سن بیشتر از 35 سال \* حاملگی مول (بچه خوره)

## عوارض ناشی از مسمومیت بارداری:

در صورتیکه شما تحت مراقبتهای کامل دوران بارداری هستید و مسمومیت بارداری به موقع تشخیص داده شده و درمان شود، عارضه ی خاصی برای شما و جنین تان نخواهد داشت، ولی اگر مسمومیت بارداری تحت مراقبتهای دوران بارداری نباشد و مسمومیت بارداری به موقع تشخیص داده نشود، عوارض جدی در پی خواهد داشت که این عوارض به دو دسته تقسیم میشوند:

\* عوارض مادری ناشی از مسمومیت بارداری .

\* عوارض جنینی ناشی از مسمومیت بارداری .

## عوارض مادری ناشی از مسمومیت حاملگی:

\* نارسائی کلیوی و یا کبدی \* سکته ی مغزی \* تشنج \* عوارض شدید ریوی (ادم ریه ) \* افزایش خطر ابتلاء به فشارخون بالا بدون ارتباط با بارداری خصوصا "پس از 35 سالگی"

**\*مرگ \*اختلالات انعقادی**

### **عوارض جنینی ناشی از مسمومیت بارداری:**

- کندی زودرس جفت
- تاخیر رشد داخل رحمی جنین
- زایمان زودرس
- مرگ داخل رحمی جنین
- پارگی زودرس کیسه ی آب جنین

### **راههای پیشگیری از مسمومیت بارداری:**

- \*در سراسر دوران بارداری تحت نظریک پزشک یا مرکز درمانی باشید.
- \*در طول دوران بارداری از مصرف سیگار ، الکل یا داروهای روان گردان پرهیز کنید.
- \*در طول بارداری از برنامه ی غذایی طبیعی و متعادل حاوی هر پنج گروه غذایی استفاده کنید . در صورتی که پزشک برای شما مکمل های ویتامینی و معدنی تجویز کرده آنها را نیز مصرف نمایید.

**\*بدون توصیه ی پزشک هیچ داروی مصرف نکنید، حتی داروهایی که بدون نسخه ی پزشک میتوان تهیه نمود. رژیم غذایی کم نمک ؛مکمل های کلسیم ؛مکمل های روغن ماهی ؛دوز کم آسپرین در پیشگیری از مسمومیت بارداری مفید است .**

### **علائم خطر مسمومیت بارداری:**

- در صورت بروز هر یک از علائم زیر لازم است بلافاصله به بیمارستان مراجعه نماید:
- \*افزایش پایدار فشارخون \*سردرد شدید و مداوم بخصوص پشت سر \*درد مداوم شکم خصوصا " سر دل و زیر دنده ها بخصوص سمت راست \*اختلالات بینائی نظیر دو بینی و تاری دید یا حساسیت شدید به نور\*تهوع پایدار \*استفراغ \*سرگیجه ی شدید و مداوم \*اضافه وزن ناگهانی

### **نحوه ی درمان مسمومیت بارداری:**

- درمان به شدت بیماری بستگی دارد و تشخیص آن بعهدہ پزشک است .برای مسمومیت حاملگی خفیف پس از آموزشهای لازم مراقبت در منزل انجام میشود.
- اما در صورت بدتر شدن شرایط و تداوم فشارخون بالا،لازم است در بیمارستان بستری شوید.

### **مادر گرامی اگر در منزل تحت مراقبت هستید لازم است موارد زیر را رعایت کنید:**

- \*در مورد علائم خطر بیماری اطلاعات و آگاهی کافی داشته باشید. (شامل سردرد ؛ اختلال بینایی ؛درد اپی گاستر )
- \*در تاریخ معین جهت ویزیت به پزشک خود مراجعه کنید (حداقل هفته ۱ ی 2 بار) در ساعت معینی از روز وزن خود را کنترل نمائید .
- \*هر 4ساعت یکباردر حالت نشسته به جزء در مواقع خواب فشارخون خود را کنترل کنید.
- \*حرکات جنین خود را روزانه کنترل نمائید .

✱ ادرار خود را هر روز از نظر پروتئین بررسی کنید .

✱ با نظر پزشک لازم است اندازه گیری آنزیم های کبدی، پلاکت، هماتوکریت و کراتنین سرم هفته ای 2 بار انجام گردد.

✱ هفته ای 2 بار انجام NST لازم است با نظر پزشک شود.

✱ سونوگرافی سریال هر 2 تا 3 هفته با نظر پزشک انجام گردد.

✱ بررسی اندازه و سلامت جنین و حجم مایع آمنیون با سونوگرافی و معاینه بالینی

✱ در بستر استراحت نسبی داشته باشید .

✱ رژیم غذایی کم نمک میل کنید .

✱ در صورتی که پزشک برای شما مکملهای غذایی تجویز نموده مصرف این داروها می تواند از تبدیل مسمومیت بارداری به نوع شدید آن جلوگیری کند.

✱ در مورد مسمومیت حاملگی شدید ، بلافاصله در بیمارستان بستری و تحت درمان دارویی قرار خواهید گرفت و ممکن است با صلاحدید پزشک تحت زایمان زود هنگام قرار بگیرید . نکته قابل توجه این است که درمان قطعی و اصلی مسمومیت بارداری ختم حاملگی است.

### **مراقبتهای بعد از زایمان:**

لازم است شما تا 24 ساعت بعد از زایمان در بیمارستان تحت مراقبت خاص باشید . در صورت بهبودی یا عدم وجود اختلالات جدی می توانید 2 الی 3 روز بعد از زایمان طبیعی و 3 الی 4 روز بعد از سزارین بیمارستان را ترک کنید .