

راهنمای ساده پری اکلامپسی

من حالم خوب است. چرا باید مرتباً به ماما سر بزنم؟

مامای شما کارهای زیر را برایتان انجام می دهد:-

- به سالم ماندن شما و کودکتان کمک می کند.
- با شما آشنا شده و تغییراتی را که ممکن است به معنی در خطر بودن شما باشد مانند پری اکلامپسی را تشخیص می دهد

پری اکلامپسی چیست؟

- پری اکلامپسی یک بیماری است که در دوران آبستتی روی می دهد.
- این بیماری معمولاً شدید نیست.
- گاهی اوقات می تواند جدی باشد.
- این بیماری می تواند بر شما و کودک شما تأثیر بگذارد.

در گذشته پری اکلامپسی را مسمومیت دوران آبستتی یا دوکسمی می خواندند.

این بیماری چگونه به من و کودک من آسیب می رساند؟

- پری اکلامپسی می تواند فشار خون شما را به مقادیر بالاتر از عادی افزایش داده و مشکلات دیگری نیز ایجاد کند.
- پری اکلامپسی می تواند از رسیدن غذا یا اکسیژن کافی به کودک شما جلوگیری کند.
- کودک شما ممکن است کندتر رشد کرده و مشکلات دیگری برایش پدید آید.

آیا احتمال دارد من به این بیماری دچار شوم؟

در شرایط زیر احتمال ابتلا به این بیماری بیشتر است:-

- شما اولین کودک خود را آبستن هستید.
- هر یک از بستگان نزدیک شما (مادر یا خواهر) قبلاً تشنج پری اکلامپسی داشته اند.
- سن شما 40 یا بالاتر است.
- از قبل فشار خون داشته اید.
- به بیماری کلیه یا دیابت مبتلا هستید.
- شما دوقلو، سه قلو یا بیشتر آبستن هستید.
- شما قبلاً به آن مبتلا شده اید.
- BMI شما 35 یا بالاتر است.
- از آخرین کودک شما 10 سال یا بیشتر گذشته است.
- مشکلات پزشکی مانند فشار خون بالا، بیماری کلیه، دیابت یا سندروم آنتی فسفولیپید دارید.

چگونه می توانم بفهمم که به این بیماری مبتلا شده ام؟

پری اکلامپسی در نیمه دوم آبستتی روی می دهد.

مراقب این علائم باشید:-

- سردردهای بد که خوب نمی شوند.
- تاری شدن دید، مشاهده نورهای درخشان یا نقطه در پیش چشم.
- دردهای شدید در زیر قفسه سینه، بخصوص در سمت راست.

اینها می توانند علائم پری اکلامپسی باشند.

ماما چگونه می تواند به من کمک کند؟

- او فشار خون شما را بطور مرتب اندازه گیری می کند.
- ادرار شما را برای وجود پروتئین تست می کند.

بالا بودن فشار خون و وجود پروتئین در ادرار می تواند از نشانه های پری اکلامپسی باشند.

اگر من و کودکم پری اکلامپسی داشته باشیم چه کاری می توان انجام داد؟

- تشخیص زود هنگام پری اکلامپسی ایمن ساختن شما و کودکتان را آسان تر می سازد.
- داروهای برای کاستن از فشار خون به شما داده می شود.
- شاید از شما خواسته شود که در بیمارستان بمانید، تا پزشکها و ماماها بتوانند از نزدیک مراقب سلامتی شما و کودکتان باشند.
- کودک شما ممکن است زودتر به دنیا آورده شود.

پری اکلامپسی تا موقعی که کودک خود را دنیا نیاورید خوب نخواهد شد، و پس از زایمان به سرعت بهبود خواهد یافت.

اگر به پری اکلامپسی مبتلا شوم، آیا تقصیر از من بوده است؟

- خیر. هیچ کاری نیست که بتوانید برای جلوگیری از آن انجام دهید.
- فشار خون بالا در پری اکلامپسی به دلیل نگرانی و یا تنش یا کار کردن در هنگام آبستنی بوجود نمی آید.

اگر مایل هستید اطلاعات بیشتری دریافت کنید با این آدرس مکاتبه فرمایید:

اقدام در زمینه پری اکلامپسی

Pinner Road, 88-84

Harrow, Middlesex HA1 4HZ

ای میل: info@apec.org.uk

سازمان خیریه ثبت شده به شماره 1013557

© APEC2004-07-12

www.apec.org.uk

اقدام در زمینه پری اکلامپسی (Action of Pre-Eclampsia) یک سازمان خیریه ملی است که به خانمهای مبتلا به پری اکلامپسی کمک کرده و از آنها حمایت می کند. اقدام در زمینه پری اکلامپسی دوره هایی برای ماماها و پزشکان برگزار میکند. اقدام در زمینه پری اکلامپسی می تواند با ارایه اطلاعات بیشتر، یا حمایت و پشتیبانی از طریق خط تلفن مشاوره به شما کمک کند.

شماره تلفن خط مشاوره 020 8427 4217

به یاد داشته باشید

به خود بیایید

- با مامای خود دوست شوید

اطلاعات کسب کنید

- درباره پری اکلامپسی

سالم بمانید

- شماره تلفن ماما:
-