

Βασικός οδηγός για την προεκλαμψία

Νιώθω καλά. Γιατί είναι απαραίτητο να επισκέπτομαι τακτικά τη μαία μου;

Η μαία σας:

- Θα φροντίσει για την ασφάλειά τη δική σας και του εμβρύου.
- Θα σας γνωρίσει και θα παρατηρήσει αλλαγές που μπορεί να προσημαίνουν κίνδυνο εμφάνισης προβλημάτων όπως η προεκλαμψία.

Τι είναι η προεκλαμψία;

- Η προεκλαμψία είναι μία ασθένεια που εκδηλώνεται κατά την κύηση.
- Είναι συνήθως ήπιας μορφής.
- Μερικές φορές μπορεί να είναι σοβαρή.
- Μπορεί να προσβάλει εσάς και το έμβρυο.

Η προεκλαμψία ονομαζόταν παλαιότερα τοξαιμία.

Πώς μπορεί να βλάψει εμένα και το παιδί μου;

- Η προεκλαμψία ενδέχεται να αυξήσει την αρτηριακή σας πίεση σε επίπεδα άνω του φυσιολογικού και να προκαλέσει άλλα προβλήματα.
- Η προεκλαμψία ενδέχεται να παρεμποδίσει την επαρκή τροφοδοσία του εμβρύου σε φαγητό και οξυγόνο.
- Ενδέχεται να επιβραδυνθεί η ανάπτυξη του εμβρύου και να αντιμετωπίσει άλλα προβλήματα.

Τι πιθανότητες έχετε να προσβληθείτε από προεκλαμψία;

Αυξάνονται οι πιθανότητες να προσβληθείτε εάν:

- Κυοφορείτε το πρώτο σας παιδί.
- Έχουν προσβληθεί από προεκλαμψία στενοί συγγενείς σας (μητέρα ή αδερφή).
- Είστε 40 ετών και άνω.
- Παρουσιάζετε ήδη υψηλή αρτηριακή πίεση.
- Πάσχετε από κάποια νεφρική ασθένεια των νεφρών ή διαβήτη.
- Έχετε δίδυμη, τρίδυμη ή πολύδυμη κύηση.
- Έχετε ήδη παρουσιάσει προεκλαμψία στο παρελθόν.
- Έχετε δείκτη σωματικής μάζας υψηλότερο του 35.
- Έχουν παρέλθει 10 ή περισσότερα έτη από τη γέννηση του τελευταίου παιδιού σας.
- Η κατάσταση της υγείας σας χαρακτηρίζεται από υψηλή αρτηριακή πίεση, νεφρικές ασθένειες, διαβήτη ή αντιφωσφολιπιδικό σύνδρομο.

Πώς ξέρω εάν πάσχω από προεκλαμψία;

Η προεκλαμψία εμφανίζεται κατά το δεύτερο μισό της κύησης.

Προσέξτε για τα παρακάτω συμπτώματα:

- Επίμονες και έντονες κεφαλαλγίες.
- Αλλοιώσεις της όρασης, αναλαμπές ή στίγματα κατά την όραση.
- Έντονος πόνος κάτω από τα πλευρά, ειδικά στη δεξιά πλευρά.

Τα παραπάνω ενδέχεται να αποτελούν σημάδια προεκλαμψίας.

Με ποιο τρόπο μπορεί να σας βοηθήσει η μαία;

- Ελέγχοντας τακτικά την αρτηριακή σας πίεση. Take your blood pressure regularly.
- Μετρώντας την πρωτεΐνη στα ούρα σας.

Η υπέρταση και η πρωτεϊνουρία ενδέχεται να είναι σημάδια προεκλαμψίας.

Με ποιο τρόπο μπορείτε να λάβετε βοήθεια εσείς και το έμβρύο σας στην περίπτωση που έχετε προεκλαμψία;

- Η έγκαιρη διάγνωση προεκλαμψίας βοηθά στη δική σας ασφάλεια και του εμβρύου.
- Ενδέχεται να χορηγηθεί αγωγή για τη μείωση της αρτηριακής πίεσης.
- Μπορεί να σας ζητηθεί νοσηλεία στο νοσοκομείο για στενή παρακολούθηση της κατάστασης υγείας σας και του εμβρύου.
- Ενδέχεται το έμβρυο να γεννηθεί πρόωρα.

Η προεκλαμψία δεν υποχωρεί παρά μόνο μετά τη γέννηση του παιδιού, οπότε και αναρρώνετε γρήγορα.

Η εμφάνιση προεκλαμψίας είναι από δική μου υπαιτιότητα;

- Όχι. Δεν μπορείτε να κάνετε τίποτα για να την αποφύγετε.
- Η υψηλή αρτηριακή πίεση κατά την προεκλαμψία δεν προκαλείται από ανησυχία ή άγχος ή κόπωση κατά την κύηση.

Για περισσότερες πληροφορίες, απευθυνθείτε στη διεύθυνση:

Action on Pre-Eclampsia

84-88 Pinner Road,

Harrow, Middlesex HA1 4HZ

e-mail: info@apec.org.uk

Αριθμός άδειας φιλανθρωπικής οργάνωσης 1013557

© APEC 2004-07-12

www.apec.org.uk

Η Action on Pre-Eclampsia (Δράση κατά της Προεκλαμψίας) είναι μία εθνική φιλανθρωπική οργάνωση για την παροχή βοήθειας και στήριξης στις γυναίκες που πάσχουν από προεκλαμψία. Η Action on Pre-Eclampsia οργανώνει επιμορφωτικά σεμινάρια για μαίες και ιατρούς. Η Action on Pre-Eclampsia μπορεί να σας βοηθήσει παρέχοντας περαιτέρω πληροφορίες ή τηλεφωνική στήριξη στην ανοιχτή γραμμή επικοινωνίας.

Γραμμή επικοινωνίας 020 8427 4217

Μην ξεχνάτε να

Κάνετε συχνές ιατρικές επισκέψεις

- Γνωρίστε καλά τη μαία σας

Ενημερωθείτε

- Για την προεκλαμψία

Φροντίστε για την ασφάλειά σας

- Αριθμός τηλεφώνου της μαίας:
-