

نامىلكەيەكى سەرەتايى دەربارەي نەخۇشى سەرەتاكانى ئىكلەمپىسىا (pre-eclampsia)

من باشم بۇچى دەبىت مامانەكەم بىينم؟

مامانەكەت ئەمانەت بۇ دەكات:

- يارمەتت دەدات بۇئەوھى خۇت و كۆرپەكەت پارىزاو بن.
- شارەزايى پەيدا دەكات لەسەرت و تىيىنى گۆرانەكانت دەكات كە لەوانەيە مەترسى نەخۇشى لە ئاراندا بىت وەك ئىكلەمپىسىا.

نەخۇشى سەرەتاكانى ئىكلەمپىسىا چىيە؟

- سەرەتاكانى ئىكلەمپىسىا نەخۇشىەكە كە لەكاتى سىكپىدا رووئەدات.
- عادەتەن نەخۇشىەكى مامناوئەندىيە.
- لەوانەيە ھەندىچار مەترسىدار بىت.
- دەتوانىت كارىكاتە سەر خۇت و كۆرپەكەت.

سەرەتاكانى ئىكلەمپىسىا جاران تۆكسىمىايى toxaemia پىدەوترا.

چۇن دەتوانىت نازار بەخۇم و كۆرپەكەم بگەيەنىت؟

- سەرەتاكانى ئىكلەمپىسىا دەتوانىت پەستانى خۇنىت لەبارىكى ئاسايەوھ بەرزتر بكات و بىتتە مايەي كىشەي تر بۇت.
- سەرەتاكانى ئىكلەمپىسىا دەتوانىت رىگرىتت لە گەيشتنى خواردن و ئۆكسىجىنى تەواو بە كۆرپەكەت.
- لەوانەيە كۆرپەكەت خاوتر نەشونما بكات و رەنگە بىتتە مايەي دروست بوونى كىشەت تر.

ئايا رپى تىدەچىت تووش بم؟

زۇر رپىتىدەچىت تووش بىت ئەگەر:

- ئەگەر ئەمە يەكەم جارى سكرىت بىت.
- ھەر كەسىكى نزيكت (نايكت يان خوشكت) نەخۇشىەكەيان ھەبووبىت.
- تەمەنت 40 سال و بەرەوژوور بىت.
- پەستانى خۇنىت بەرز بىت.
- نەخۇشى جگەر يان شەكرەت ھەبىت.
- پىشىبىنى دووانە يان سىانە يان زياتر بگەيت.
- پىشتر نەخۇشىەكەت گرتىت.
- BMI ى 35 يان بەرزترت ھەبىت.
- 10 سال يان زياتر بەسەر دووا مندالبوونتا تىپەر بووبىت.
- باروؤخى تەندروستىت تەواو نەبىت و ناساغىت وەك بەرزى پەستانى خۇين يان نەخۇشى گورچىلە يان شەكرە يان antiphospholipid syndrome لەگەل بىت.

چۇن بزائم كە تووش بووم؟

- سەرەتاكانى ئىكلەمپىسىا لە نيوھى دووھى كاتى سىكپىدا روودەدات.
- چا و بۇئەم نىشانانە بگىرە:-

- سەرئىشەيەكى خراپىت دەبىتت كە لىت نايىتەوہ.
- بىننىت لىل دەبىتت و فلاشى رووناكى دەكات و ناوچاوت خال پەيدا دەكات.
- ئازارىكى خراپ لەژىر پەراسووكانتا دروست دەبىتت، بەتايىهەتى لەلاى راست.

ئەمانە رەنگە نىشانەى نەخۇشى سەرەتاكانى ئىكلەمپسىيا بن.

مامانەكەم دەتوانىت چى بكات بۆئەوہى يارمەتىم بەدات؟

- بەشىوہەكى بەردەوام فەحسى پەستانى خويىت بكات.
- فەحسى پروتىنى ناو مىزەكەت بكات.

بەرزبوونەوہى پەستانى خويىت و پروتىنى ناو مىزەت دەگونجى نىشانەى نەخۇشى سەرەتاكانى ئىكلەمپسىيا بىت.

دەتوانرىت چى بكرىت بۆ يارمەتيدانى خۆم و كۆرپەكەم ئەگەر ئىكلەمپسىيام ھەبوو؟

- دەستنىشانكرى نەخۇشى ئىكلەمپسىيا لە سەرەتاكانىدا يارمەتى بەدات كە خۆت و كۆرپەكەت پارىزراوترىن.
- دەتوانرىت چارەسەر بكرىت لە رىيى دابەزاندى پەستانى خويىتەوہ.
- لەوانەيە داوات لىنكرىت لە نەخۇشخانە بىننىتەوہ تا دكتور و مامان لە نزيكەوہ چاويدىرى خۆت و كۆرپەكەت بكن.
- رەنگە زووتر مندالەكەت لەدايك بىت.

نەخۇشى سەرەتاكانى ئىكلەمپسىيا بەرەو باشتر ناچىت تا مندالەكەت لەدايك دەبىتت، ئنجا بە خىرايى بەرەو باشبوون دەرپويت.

ئەگەر تووشى نەخۇشى سەرەتاكانى ئىكلەمپسىيا بووم، ئايا ئەوہ ھەلەى خۆمە؟

- نەخىر. ناتوانىت ھىچ بكەيت بۆئەوہى بەرى بگرىت.
- بەرزى پەستانى خويىن لە نەخۇشى سەرەتاكانى ئىكلەمپسىيادا لە دوودلى و بىتاقەتتەوہ يان بەھوى كار كرىتتەوہ لە كاتى سكرىپىدا دروست نايىت.

ئەگەر پىنويستىت بە زانىارى زياتر بوو نامە بنوسە بۆ:

Action on Pre-Eclampsia
84-88 Pinner Road,
Harrow, Middlesex HA1 4HZ
e-mail: info@apcc.org.uk
Registered charity no. 1013557
© APEC 2004-07-12

www.apcc.org.uk

Action on Pre-Eclampsia بریتیه له پیکراویکی خیرخوازی نیشتمانی که یارمتهی و کۆمهکی ئەو ژنانە دەبات که نهخۆشی سەرەتاکانی ئیکلهمپسیایان لهگه‌ڵه. Action on Pre-Eclampsia کۆرس بو مامانهکان و نکتۆرهکان به‌رپۆه ده‌بات. Action on Pre-Eclampsia ده‌توانیت یارمه‌تیت بدات له پێی به‌خشینی زانیاری زیاتره‌وه یان کۆمه‌کت بکات له‌سه‌ر ته‌له‌فۆن.

ژماره‌ی ته‌له‌فۆن: 020 8227 4217

له‌یادت نه‌چیت

ده‌رکه‌وه

• بیه هاورپیی مامانه‌که‌ت

بگه‌رئ و بزانه

• ده‌رباره‌ی نه‌خۆشی سەرەتاکانی ئیکله‌مپسیا

سه‌لامه‌تبه

• ژماره‌ی ته‌له‌فۆنی مامانه‌که‌ت:
