

بعد از پري اكلامپسي چه روي مي دهد

آيا امکان روي دادن دوباره آن وجود دارد؟

پس از آبستتي اولي که به پري اكلامپسي دچار بوده ايد، خطر تکرار آن در حدود يك به 20 خواهد بود. البته اين يك مقدار ميانگين است و براي كساني که در مراحل زودتر آغاز آبستتي به پري اكلامپسي دچار شده اند در معرض خطر بيشتر و كساني که در زمان زايمان و يا نزديك به آن از پري اكلامپسي رنج برده اند در معرض خطر كمتر هستند. اما اگر شرايط حاد پري اكلامپسي در آبستتي دوم هم روي دهد، خطر تکرار آن در آبستتي سوم بسيار بالا خواهد بود اما در هر حال بعضي خانمها باز مي توانند آبستتي هاي نسبتاً عادي داشته باشند.

چه كسي دوباره به آن دچار خواهد شد؟

پيش بيني اينکه چه كسي دوباره به پري اكلامپسي دچار مي شود يا نمي شود غير ممكن است. بعضي از مشكلات طولاني مدت سلامتي مي توانند خطر پري اكلامپسي را افزايش دهند، مشكلاتي مانند فشار خون بالاي مزمن، بيماري كليه، و ديابت. اين خطر در کنار ساير عواملی که به اين امر دامن مي زنند، مانند بالا رفتن سن، جرم بدن بالاي 30، آبستتي هاي چندگانه و فاصله بيش از 10 سال از آخرين كودك شما. احتمال اينکه دوباره به پري اكلامپسي مبتلا شويد در صورتي بيشتر خواهد بود که در بار اول آبستتي در قبل از هفته 37 به آن دچار شده باشيد، پري اكلامپسي شما شديد بوده، و كودك شما كم وزن بوده است. اگر دوباره به آن دچار شديد، احتمال بسيار دارد که در همان زمان آبستتي قبل و يا كمي ديرتر پديدار شود.

آيا مي توانيد خطر را کاهش دهيد؟

هيچ اقدامي که خودتان بتوانيد انجام دهيد و نتيجه تضمين شده داشته باشد وجود ندارد. يك رژيم غذايي خوب و متعادل براي موفقيت آبستتي ضروري است، اما ما نمي توانيم هيچ رژيمي را براي جلوگيري از پري اكلامپسي معرفي كنيم. بعضي از مشاورين توصيه مي كنند که دوز هاي كم آسپيرين براي خانمهاي که سابقه ظهور زود هنگام بيماري (مثلاً قبل از 32 هفته) را دارند مفيد است. البته اين درمان نبايد توسط خودتان انجام شود و بايد حتماً تحت نظر دقيق يك مشاور بيمارستاني به مورد اجزا گذاشته شود.

مهمترين كاري که مي توانيد انجام دهيد، همكاري كامل در معاينات دوره آبستتي است، که براي محافظت از شما و كودكان طراحي شده اند. به نتايج تستهاي خود توجه نشان داده و در صورت لزوم توضيح بخواهيد. حتماً اگر در آبستتي قبلي به پري اكلامپسي دچار بوده ايد به ماماي خود اطلاع دهيد – و مطمئن شويد که او از جزئيات كامل امر مطلع است. هميشه هر گونه علايم نگران كننده خود را به پزشكتان اطلاع دهيد و حتماً فشار خون و ادرار خود را آزمايش كنيد.

ما در اقدام در زمينه پري اكلامپسي همه روزه با فرادي که به اين بيماري دچار بوده اند صحبت مي كنيم. اين سازمان خيري براي ارايه كمك، حمايت و اطلاع رساني به خانمهاي که از پري اكلامپسي رنج برده اند و خانواده هاي آنان بنیان گذاري شده است.

ابتلا به پري اكلامپسي مي تواند دوران پر اضطراب و دلشوره آور بر ايتان ايجاد کند، هر چند که بيماري به يکي از روشهاي بر شما تاثير گذاشته است:

- ممکن است بر اثر تجربه خود به زوال روحیه دچار شوید؛
- ممکن است خودتان بشدت بیمار شده باشید؛
- شاید كودك شما به مراقبت هاي خاص نياز پيدا کرده باشد؛
- شما همسر يا فاميلى هستيد که سعي دارد با احساساتش کنار بيايد؛
- كودك شما فوت کرده است
- پري اكلامپسي بر اثر عادات ناپسند زندگي بوجود نمي آيد و يا با عاداتي خوب نمي توان جلوي آنرا گرفت. اگر به آن دچار شده ايد هرگز نبايد خودتان را سرزنش كنيد. ما مي توانيم به روشهاي مختلفي از شما و خانواده شما حمايت كنيم...

اکثر افراد طیف وسیعی از احساسات شدید شامل بی باوری، از دست دادن روحیه، خشم، ترس، احساس گناه و انزوا را تجربه می کنند. بسیار دیده می شود که افراد برای آغاز آبنستی دوم با نگرانی مواجه می شوند.

توصیه های کارشناسی

ما مجموعه ای از متخصصان پری اکلامپسی را در اختیار داریم که به اعضا و درخواست کنندگان مشاوره های تک نفره و یا نظریه دوم ارایه می دهند، این عمل در اکثر موارد نیاز به تایید مسئولین بهداشتی ارجاع کننده دارد.

تلفن مشاوره

تلفن مشاوره اقدام در زمینه پری اکلامپسی یک سرویس محرمانه است و استفاده از آن برای تمام افرادی که خواهان اطلاعات و یا حمایت هستند آزاد است. ما تماسهایی از خانمهای آبنستن، کسانی که پری اکلامپسی را تجربه کرده اند، بستگان نگران و متخصصان بهداشتی دریافت می کنیم. علاوه بر این، شما می توانید برای ما نامه یا ایمیل بنویسید و پاسخ تک تک شما را بطور فردی و با حفظ کامل محرمانگی خواهیم داد.

برای کسب اطلاعات و یا مشورت در هر زمینه مربوط به پری اکلامپسی، با خط تلفن مشاوره پری اکلامپسی سازمان 0208 427 4217 تماس حاصل فرمایید.

اقدام در زمینه پری اکلامپسی
Pinner Road 88-84
Harrow
Middlesex
HA1 4HZ

ای میل: info@apcc.org.uk

www.apcc.org.uk

سازمان خیریه ثبت شده به شماره: 1013557
شرکت ثبت شده به شماره: 2736320