

## Ce se întâmplă după preeclampsie

### Poate aceasta să se repete?

După o primă sarcină cu complicații cauzate de preeclampsie, riscul Dvs. de recidivă este de aproximativ unu la 20. Aceasta este o valoare medie, iar gradul individual de risc de recidivă poate să fie mai crescut la persoanele la care preeclampsia a debutat relativ la începutul sarcinii anterioare și mai redus la cele la care preeclampsia a debutat în ultimul trimestru de sarcină. Dar atunci când apare o preeclampsie gravă cu ocazia unei a doua sarcini, riscul de recidivă în timpul unei a treia sarcini va fi foarte crescut, deși unele femei pot, totuși, să aibă sarcini relativ normale.

### Cine poate să o facă din nou?

Este imposibil de prevăzut cine va face din nou preeclampsie și cine nu. Anumite probleme de sănătate cu evoluție de lungă durată cresc riscul de preeclampsie, printre acestea aflându-se hipertensiunea arterială cronică, bolile renale și diabetul. Riscul crește de asemenea și în cazul existenței altor factori predispozanți, de exemplu vârsta înaintată, indicele de masă corporală mai mare de 30, sarcina multiplă și un interval mai mare de 10 ani de la nașterea ultimului copil. Dvs. prezentați un risc mai mare de a face din nou preeclampsie în cazul în care, în cursul primei sarcini, aceasta a debutat înainte de vârsta de 37 de săptămâni a sarcinii, dacă preeclampsia din prima sarcină a fost gravă, sau în cazul în care copilul Dvs. a fost subponderal. În cazul în care o veți face din nou, este foarte probabil ca preeclampsia să debuteze cam în aceeași perioadă ca și în cursul sarcinii anterioare sau puțin mai târziu.

### Puteți Dvs. reduce riscul?

Nu există măsuri de auto-ajutorare care să funcționeze în mod garantat. Un regim alimentar echilibrat reprezintă un element important pentru evoluția normală a oricărei sarcini, dar noi nu putem să vă recomandăm o dietă specială pentru prevenirea preeclampsiei. Unii medici practicieni recomandă administrarea unor doze mici de aspirină în cazul femeilor care au în antecedente un debut precoce al acestei stări patologice (spre exemplu, înainte de vârsta de 32 de săptămâni a sarcinii). Acesta nu este un tratament de auto-ajutorare și el trebuie utilizat numai sub stricta supraveghere a unui medic practician din spital.

Cea mai importantă contribuție pe care puteți să o aveți este aceea de a participa la toate consultațiile prenatale, care sunt concepute pentru a vă proteja pe Dvs. și pe copilul Dvs. Interesați-vă mereu de rezultatele analizelor Dvs. și cereți explicații atunci când acest lucru este necesar. Asigurați-vă că moașa Dvs. știe ați avut preeclampsie în timpul unei sarcini anterioare - și asigurați-vă că aceasta cunoaște toate detaliile. Informați-vă întotdeauna imediat medicul referitor la orice simptom care vă îngrijorează și solicitați să vi se măsoare tensiunea arterială și să vi se efectueze examenul de urină.

La Acțiunea pentru preeclampsie, noi stăm de vorbă în fiecare zi cu persoane care au suferit de această boală. Asociația noastră de caritate a fost înființată pentru a oferi ajutor, sprijin și informații femeilor care au suferit de preeclampsie și familiilor acestora.

Experiența preeclampsiei poate să ducă la momente tulburătoare și pline de neliniște, indiferent de modul în care această boală v-a afectat:

- Dvs. puteți să vă simțiți copleșită emoțional de experiența trăită;
- Dvs. înșivă puteți să fiți grav bolnavă;
- Copilul Dvs. poate să aibă nevoie de îngrijiri speciale;

- Dvs. sunteți un partener sau o rudă care încercați să vă împăcați cu propriile sentimente;
- Copilul Dvs. a murit
- Preeclampsia nu este cauzată de un stil de viață nesănătos și nici nu poate fi prevenită de unul sănătos. Dvs. nu sunteți vinovată că ați avut-o. Noi vă putem oferi sprijin Dvs. și familiei Dvs. în mai multe feluri.

Multe persoane resimt în mod intens o gamă largă de sentimente, printre care neîncredere, suferință, furie, teamă, vinovăție și izolare. Este un lucru normal ca debutul unei noi sarcini să fie marcat de foarte multe motive de îngrijorare.

#### **Sfaturi ale specialiștilor**

Noi avem o listă de experți în preecampsie care au fost de acord să ofere gratuit consultații sau o a doua opinie membrilor și celor care doresc să pună întrebări, de cele mai multe ori cu aprobarea autorităților medicale care ne și recomandă.

#### **Linia telefonică de ajutor**

Linia telefonică de ajutor a Acțiunii pentru preecampsie este un serviciu confidențial care este disponibil tuturor celor care solicită informații sau sprijin. Noi primim apeluri de la femei însărcinate, de la femei care au avut preecampsie, de la rude îngrijorate și de la profesioniști din domeniul asistenței medicale. Sau puteți să ne scrieți sau să ne trimiteți un e-mail și noi vă vom răspunde personal și confidențial.

**Pentru sfaturi sau informații referitoare la orice aspect legat de preecampsie, sunați la linia telefonică de ajutor a Acțiunii pentru preecampsie la numărul 0208 427 4217**

Action on Pre-Eclampsia  
84-88 Pinner Road  
Harrow  
Middlesex  
HA1 4HZ

E-mail: [info@apec.org.uk](mailto:info@apec.org.uk)

[www.apec.org.uk](http://www.apec.org.uk)

Asociație de caritate înregistrată cu nr. 1013557  
Societate înregistrată cu nr. 2736320