

Pse duhen kontrolluar tensioni arterial dhe urina gjatë shtatzanisë

Sa herë që keni takim me mjekun gjatë shtatzanisë, duhet t'ju kontrollohet tensioni arterial dhe urina. Kjo bëhet sepse ndryshimet në tensionin arterial ose në urinë mund të jenë shenja të një problemi të shtatzanisë që quhet pre-eklamsi. Kjo sëmundje mund t'ju rrezikojë ju ose fëmijën tuaj, në qoftë se nuk diktohet herët. Kontrollë mjekësore të rregullta do të ndihmojnë për t'ju ruajtur ju dhe fëmijën nga rreziqet.

Çfarë është tensioni arterial?

Tensioni arterial është forca me të cilën zemra ju pompon gjaku në trup. Matet në pjesën e sipërme të krahut, nëpërmjet një mënge që fryhet me ajër. Tensioni arterial regjistrohet në trajtë të dy numrave: numri i parë (dhe më i madh) tregon trysninë gjatë një rrahjeje të zemrës; i dyti trysninë midis dy rrahjeve të njëpasnjëshme. Tensioni arterial ndryshon nga një njeri në tjetrin. Ndryshon gjithashtu gjatë ditës, si dhe në vartësi të çka jeni duke bërë. Për gratë, një tension prej mesatarisht 110/70 ose 120/80 është normal. Juaji mund të jetë pak më i lartë ose pak më i ulët, dhe megjithatë të jetë krejt normal për ju.

Tensioni arterial gjatë shtatzanisë

Gjatë vizitës së parë të paralindjes, mamia do t'ju matë tensionin. Pas kësaj, ajo ose mjeku do t'ju kontrollojnë tensionin gjatë çdo vizite të mëpasme.

Po sikur ta kem të lartë tensionin arterial?

Stresi, shqetësimet ose veprimtaria e shtuar mund t'ju ngrenë tensionin për një farë kohe. Por në rast se tensioni mbetet në vlera të larta, mund të jetë shenjë e pre-eklampsisë. Nuk ka ndonjë ndarje të prerë midis tensionit arterial normal dhe tensionit të lartë. Mjekët dhe mamitë zakonisht fillojnë të shqetësohen në rast se vlerat i tejkalojnë shifrat 140/90. Në rast se keni tension të lartë arterial, mjeku ose mamia do t'ju matin më shpesh. Sa herë që e bëjnë këtë, duhet t'ju kontrollojnë edhe urinën, për të parë nëse ka proteina.

Kontrolli i urinës për proteina

Nga kontrolli i urinës mund të merren të dhëna të rëndësishme për gjendjen shëndetësore tuajën dhe të fëmijës. Urina duhet kontrolluar të paktën një herë për infeksion, sepse infeksionet janë të shpeshta gjatë shtatzanisë. Por urina duhet të kontrollohet edhe për proteinë, sa herë që shkoni për t'u vizituar, meqë proteinat në urinë mund të jenë shenjë e pre-eklampsisë.

Si kryhet testi

Mamia ose mjeku zhytin një shirit letre në një mostër të freskët urine. Testi tregon nëse ka proteina ose jo, dhe sa proteina ka. Në rast se sasia është shumë e vogël, kjo do të shenjohej si 'trace' (gjurmë). Në këtë rast nuk ka asgjë për t'u shqetësuar. Nëse sasia është më e madhe, kjo do të shenjohej si një ose më shumë pluse (+).

Po sikur të ketë proteina?

Në rast se ju shenjojnë një ose më shumë pluse (+), dhe gjithashtu e keni të lartë tensionin arterial, ka shumë mundësi të keni pre-eklamsi, prandaj do të keni nevojë për kujdes shëndetësor të posaçëm. Urinën do t'ju kontrollojnë për shkaqe të tjera të proteinave, si p.sh. një infeksion. Nëse gjendet një infeksion, ky do të mjekohet, proteinat nuk do të dalin më në urinë dhe ju nuk do të keni më nevojë për ndonjë kujdes të posaçëm.

Po të keni pre-eklampsia

Pre-eklampsia dhe ju

Kur të jeni shtruar në spital, tensionin arterial dhe urinën do t'ju kontrollojnë shpesh. Në qoftë se tensioni ju rritet shumë - 160/100 ose edhe më i lartë - mund t'ju duhet të merrni barna për ta ulur. Këto barna nuk do t'i bëjnë keq fëmijës së palindur. Pre-eklampsia prek shumë pjesë të trupit, prandaj mund t'ju bëjnë kontrolle të mëlçisë, veshkave dhe të sistemit të mpiksjes së gjakut. Mjekët dhe mamitë që kujdesen për ju mund të duan të dinë si ndiheni, sepse po të mos ndiheni mirë kjo mund të jetë shenjë se sëmundja po keqësohet.

Pre-eklampsia dhe fëmija juaj

Pre-eklampsia prek edhe fëmijën tuaj të palindur, prandaj fëmija duhet kontrolluar rregullisht për të parë nëse po rritet mirë ose për të zbuluar ndonjë shenjë të diçkaje që nuk shkon. Disa fëmijë mbeten në gjendje të mirë shëndetësore edhe kur nënat u vuajnë nga një formë e rëndë pre-eklampsie. Megjithatë, në rast se fëmija ka shenja se nuk po ecën mirë, mjeku mund t'ju këshillojë ta lindni para kohe.

Lindja dhe më pas

Po të keni pre-eklampsia, ka të ngjarë t'ju kërkohet të lindni para kohe ose me anë të një operacioni cezarian. Ju dhe fëmija do të mbaheni nën kontroll të vazhdueshëm gjatë lindjes. Pasi të ketë lindur fëmija, ju do të përmirësoheni shpejt. Megjithatë, mund të duhet të kalojnë disa ditë, javë ose edhe muaj që tensioni arterial t'ju kthehet në vlerat normale. Në rast se fëmija juaj lind para kohe, mund të ketë nevojë për kujdes të posaçëm, për pak kohë. Fëmija që lind normal ose e merr veten mirë nga një lindje e parakohshme nuk do të ketë probleme.

Nuk është faji juaj!

Pre-eklampsia nuk shkaktohet nga vese të këqia as parandalohet nga zakone të mira të jetuarit. Tensionin i lartë arterial shkaktohet nga sëmundja, jo nga stresi, shqetësimi i tepruar ose puna e rëndë. Ju vetë nuk keni asnjë faj.

Po të mos ndiheni mirë...

Shumë gra me pre-eklampsia ndihen mirë. Megjithatë, po të mos ndiheni mirë kjo mund të jetë një shenjë e parë e sëmundjes, ose një shenjë se sëmundja po ju keqësohet.

Për çfarë duhet të keni kujdes

- Dhimbje koke të forta e të zgjatura
- Turbullim i pamjes, njolla drite ose njolla të tjera në fushëpamje
- Dhimbje të forta poshtë brinjëve, sidomos në anën e djathtë
- Të vjella (por jo të vjellat gjatë muajve të parë të shtatzanisë)

Këto simptoma nuk janë gjithnjë të pre-eklampsisë, por për të qetësuar veten, është mirë që po t'ju shfaqen pas 20 javësh shtatzanie të njoftoni menjëherë mjekun ose maminë.

Për informacion të mëtejshëm, na shkruani në adresën:

Action on Pre-Eclampsia

84-88 Pinner Road,

Harrow, Middlesex HA1 4HZ

e-mail: info@apec.org.uk

Bamirwsi e regjistruar no. 1013557

© APEC 2004-07-12

www.apec.org.uk

“Action on Pre-Eclampsia” është një shoqatë bamirësie mbarëkombëtare që ndihmon dhe mbështet gratë me pre-eklampsi. “Action on Pre-Eclampsia” organizon kurse për mami dhe mjekë. “Action on Pre-Eclampsia” mund t’ju ndihmojë duke ju dhënë informacion të mëtejshëm, ose duke ju mbështetur nëpërmjet linjës telefonike të ndihmës.

Numri i linjës telefonike të ndihmës 020 8427 4217