

Zašto provjeravati krvni pritisak i urin u trudnoći

Krvni pritisak i urin potrebno je provjeriti prilikom svakog prenatalnog pregleda. Promjene krvnog pritiska i urina mogu biti pokazatelji problema u trudnoći poznatog kao preeklampsija. Ukoliko se rano ne primijeti, to može štetiti vama i vašoj bebi. Redovitim provjerama štitite vaše zdravlje.

Što je krvni pritisak?

Krvni pritisak je snaga krvi koja cirkulira vašim tijelom. Mjeri se na nadlanci ruke pomoću dijela tlakomjera koji izgleda kao vreća za napuhavanje. Krvni pritisak označen je s dva broja: prvi (i najviši) broj označava pritisak pri otkucaju srca, a drugi označava pritisak između dva otkucaja. Krvni pritisak varira kod različitih osoba. Također se mijenja ovisno o dobu dana i aktivnosti kojom se bavite. Prosječni krvni pritisak 110/70 ili 120/80 je normalan za žene. Međutim, iako možete imati malo viši ili niži pritisak, on za vas može biti potpuno normalan.

Krvni pritisak u trudnoći

Primalja će vam izmjeriti krvni pritisak prilikom prvog prenatalnog pregleda. Ona ili vaš liječnik će ga ponovno provjeriti prilikom svakog sljedećeg pregleda.

Što ako je moj krvni pritisak visok?

Stres, briga ili aktivnost mogu privremeno podignuti krvni pritisak. Međutim, ako ostane visok, možda imate preeklampsiju. Ne postoji jasna granica između normalnog i visokog krvnog pritiska. Ipak, liječnici i primalje su obično zabrinuti kada su očitavanja 140/90 ili više. Ako imate visoki krvni pritisak, vaša primalja ili liječnik moraju ga češće provjeravati. Prilikom svake provjere trebaju provjeriti i vaš urin na postojanje bjelančevina.

Testiranje urina na bjelančevine

Urin otkriva vitalne podatke o vašem zdravlju i zdravlju vaše bebe. Trebalo bi ga provjeriti barem jednom radi infekcija, koje su češće u trudnoći nego inače. Međutim, prilikom svakog pregleda treba biti testiran na bjelančevine, koje mogu biti pokazatelj preeklampsije.

Kako funkcionira test

Primalja ili liječnik uranjaju mjernu papirnu traku (dipstick) u svježi uzorak urina. Test pokazuje postojanje i količinu bjelančevina u urinu. Mala količina bjelančevina u vašim nalazima označena je kao 'trag'. O tome ne trebate brinuti. Veća količina bjelančevina od traga označena je s jednim ili dva + znaka.

Što ako su pronađene bjelančevine?

Ako je količina bjelančevina označena jednim ili više + te imate visoki krvni pritisak, vjerojatno imate preeklampsiju i potrebna vam je dodatna njega. Vaš urin može biti testiran i na druge uzročnike bjelančevina, kao što je infekcija. Kada se ovo otkrije i liječi, bjelančevine će nestati i više vam neće biti potrebna dodatna njega.

Ako imate preeklampsiju

Preeklampsija i vi

Nakon prijema u bolnicu, vaš krvni pritisak i urin bit će redovito testirani. Ako vaš krvni pritisak postane jako visok - 160/100 ili više - možda će vam trebati lijekovi koji će ga kontrolirati. Ti lijekovi neće štetiti ni vama ni vašoj bebi. Preeklampsija može pogoditi mnoge dijelove vašeg tijela, te možete proći testiranja na probleme s jetrom, bubrezima i začepljenjem krvnog sustava. Liječnici i primalje koji brinu o vama također će trebati znati osjećate li se loše budući da to znači kako vam se stanje pogoršava.

Preeklampsija i vaša beba

Preeklampsija može također pogoditi vašu nerođenu bebu. Beba će biti redovito pregledana na slabiji razvoj i ostale znakove slabog zdravlja. Neke bebe ostanu zdrave čak i kada majke imaju ozbiljnu preeklampsiju. Kada vaša beba ne izgleda dobro, liječnik vam može preporučiti prijevremeni porođaj.

Rođenje i nakon rođenja

Ako imate preeklampsiju, velike su mogućnosti da ćete imati inducirani porođaj ili carski rez. Prilikom porođaja i rođenja, vi i vaše dijete bit ćete pažljivo nadzirani. Nakon rođenja djeteta trebali biste se brzo oporaviti. Međutim može potrajati nekoliko dana, tjedana ili mjeseci da vam se krvni pritisak vrati na normalnu razinu. Kada je beba prijevremeno rođena možda će joj neko vrijeme trebati posebna njega. Beba koja je rođena normalnim porodom ili se dobro oporavi od prijevremenog porođaja trebala bi biti dobro.

Niste vi krivi!

Preeklampsija nije posljedica lošeg načina života niti će je spriječiti dobar način života. Visoki krvni pritisak posljedica je oboljenja, a ne stresa, zabrinutosti ili teškog rada. Niste vi krivi.

Kada se osjećate bolesno...

Mnoge žene s preeklampsijom se osjećaju dobro. Međutim, slabost može biti prvi pokazatelj oboljenja - ili pogoršanja bolesti.

Obratiti pozor na sljedeće

- Jake glavobolje koje ne prestaju
- Zamagljen vid, svjetlucanje ili točkice pred očima
- Oštar bol ispod rebara, posebice s desne strane
- Povraćanje (ne radi se o 'jutarnjim mučninama' u ranoj trudnoći)

Ovi simptomi ne označavaju uvijek preeklampsiju, ali kako biste bili sigurni, nakon 20 tjedana trudnoće odmah se obratite zdravstvenom djelatniku.

Za dodatne informacije pišite na:

Action on Pre-Eclampsia

84-88 Pinner Road,

Harrow, Middlesex HA1 4HZ

e-mail: info@apec.org.uk

Registered charity no. 1013557

© APEC 2004-07-12

www.apec.org.uk

Action on Pre-Eclampsia je nacionalno dobrotvorno društvo koje pomaže i pruža potporu ženama s preeklampsijom. Action on Pre-Eclampsia održava tečajeve za primalje i doktore. Action on Pre-Eclampsia vas može dodatno informirati ili vam pružiti potporu putem telefonske linije za pomoć.

Telefonska linija za pomoć 020 8427 4217