

ما هي الاضطرابات ضغط الدم أثناء الحمل؟

القياسات يقمن بانتظام بقياس ضغط الدم للنساء الحوامل أو اللواتي أنجبن مؤخراً . معظم النساء سوف يكون ضغط الدم طبيعياً لديهن خلال فترة الحمل . و حوالي 10 ٪ من النساء الحوامل سوف يصبين بارتفاع ضغط الدم . معظم النساء الذين لديهم ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل أو بعد الولادة لن يواجهن أو أطفالهن أي مشاكل كبيرة.

القياسات وغيرهم من مقدمي الرعاية الأمومية يستخدمون مصطلح " ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل " (أو HDP) لوصف مجموعة من الشروط ، بما في ذلك:

ارتفاع ضغط الدم المسبق	ارتفاع ضغط الدم الموجود قبل الحمل أو يبدأ قبل الأسبوع الـ 20 من الحمل.
ارتفاع ضغط الدم الحلمي	ارتفاع ضغط الدم الذي يحدث في النصف الثاني من الحمل . الحمل ارتفاع ضغط الدم الحلمي هو الشكل الأكثر شيوعاً وبصيغة HDP . ارتفاع ضغط الدم الحلمي لا يسبب مشاكل للأم أو الطفل ، وعادة ما يذهب بعيداً بعد الولادة مباشرة.

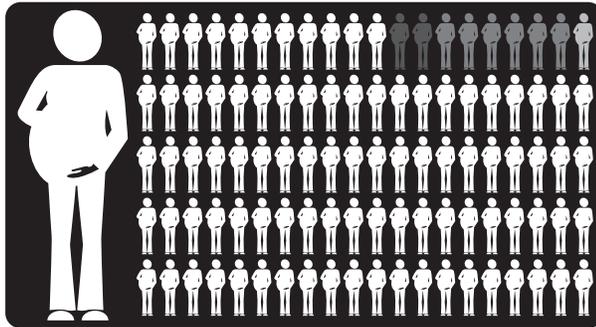
القائمة من قبل يمكن أن ارتفاع ضغط الدم القائم من قبل أو ارتفاع ضغط الدم الحلمي قد يدفع في بعض الأحيان إلى تسمم الحمل.

تسمم الحمل	ارتفاع ضغط الدم الذي يحدث في النصف الثاني من الحمل جنباً إلى جنب مع غيره من المشاكل، مثل البروتين في البول.
------------	---

لماذا يعتبر تسمم الحمل خطيراً جداً؟

- تسمم الحمل يمكن أن يقلل تدفق الدم إلى المشيمة، و الأعضاء داخل الرحم (الرحم) الذي يحمل الغذاء والأكسجين إلى الجنين . وهذا يقلل من الأوكسجين والمواد المغذية التي يتلقاها الجنين، والتي قد تبطئ نموه.
- في بعض الحالات النادرة من تسمم الحمل، قد تحتاجين الى وضع الطفل قبل الموعد المعتاد.
- قد يسبب تسمم الحمل انفصال المشيمة من الرحم في وقت مبكر جداً (انقطاع المشيمة). هذه حالة طوارئ نادرة يمكن أن يتسبب في حدوث نزيف عند الأم و تمنع الطفل من الحصول على ما يكفي من الأوكسجين.

تم اكتشاف تسمم الحمل مبكراً وعلاجها بشكل فعال عندما تحصل النساء الحوامل على الرعاية العادية من القابلات أو غيرها من العاملين في مجال الرعاية الصحية. معظم النساء اللاتي لديهن تسمم الحمل يلدن ولادة طبيعية و أطفالاً أصحاء. ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل هي من بين المضاعفات الأكثر شيوعاً التي تحدث أثناء فترة الحمل .



في 100 حالة حمل نموذجية في كندا

واحد سوف يتأثر بارتفاع الضغط المسبق

خمسة أو ستة سوف يتأثرون بارتفاع الضغط الحلمي

واحد أو اثنان سوف يتأثران بالتسمم الحلمي

عدد قليل جداً من النساء سوف يتعرضن لمشاكل حدية أثناء حملهن.

ما هو ارتفاع ضغط الدم؟

ارتفاع ضغط الدم هو مصطلح طبي يستخدم لوصف ارتفاع ضغط الدم . ضغط الدم هو القوة التي يندفع بها الدم في الجسم على جدران الشرايين في الجسم ، والأوعية التي تحمل الدم بعيدا عن القلب إلى باقي الجسم.



ارتفاع ضغط الدم هو عندما تكون هذه قوة أكبر من المعتاد. القابلات وغيرهم من مقدمي الرعاية الصحية يقمن بقياس ضغط الدم من خلال تشديد القبضة حول الجزء العلوي من الذراع واستخدام سماعة الطبيب للاستماع إلى تدفق الدم . انهن يقمن بقياس ضغط الدم باستخدام رقمين . الرقم الأول (الانقباضي) يصف الضغط في الشرايين عندما يدق قلبك . الرقم الثاني (الانبساطي) يصف الضغط في الشرايين عندما ينبسط القلب بين الدقا.

يقال أن ضغط الدم " 120 على 80." يقاس بمليمتر من الزئبق (مم زئبق).

تعتبر النساء الحوامل أن لديهن ارتفاع في ضغط الدم الانبساطي، اذا كان قياس ضغط الدم هو 90 مم زئبق أو أعلى .
مقياس واحد غير طبيعي عادة لا يعني ان لديك ارتفاع ضغط الدم . وعادة ما يطلب اثنين أو أكثر من القياسات لضغط الدم المرتفع وذلك من أجل تحديد التشخيص.

لماذا يحصل تسمم حملي عند بعض النساء؟

العلماء لا يفهمون تماما ما يسبب تسمم الحمل. قد تنجم عن الاختلاف في طريقة تطور المشيمة. هذه العملية المختلفة من التطور قد تؤدي إلى تلف المشيمة وتؤدي إلى إطلاق مواد كيميائية في مجرى الدم عند الأم والتي من شأنها:

عوامل خطر تسمم الحمل:

- كان لديك تسمم الحمل في الماضي
- لديك مرض السكري أو مرض التهابي يصيب الجهاز المناعي (مثل الذئبة)
- حاملاً بتوأم
- أن يكون لديك تاريخ عائلي من تسمم الحمل (والدتك أو شقيقتك حصل معها تسمم حملي)
- إنه حملك الأول
- لديك مؤشر كتلة الجسم (BMI) فوق 30 عندما أصبحت حاملاً (اذا كنت بدينة)

- يسبب ارتفاع ضغط الدم .
- يؤثر على وظيفة الكلى ، مما يسبب عبور البروتين الى البول .

بعض النساء يكن أكثر عرضة لتطور تسمم الحمل من غيرهن من النساء. فأنت تكونين أكثر عرضة لتطور تسمم الحمل إذا كان لديك واحد أو أكثر من عوامل الخطر التالية المدرجة أدناه.

ما هي الفحوصات التي سوف تظهر إذا كان لدي HDP؟

تقيس القابلة ضغط دمك بانتظام . أنت أو قابلتك قد استخدمت/ي أيضاً مقياس لفحص البول للبروتين . هذه طريقتان يراقبن بها القابلات التغييرات التي يمكن أن تعني أن لديك HDP.

أعراض أخرى لتسمم الحمل

- الصداع المستمر حتى بعد اخذ جرعتين من 1000 ملغ من تايلينول (أسييتامينوفين) بفارق أربع ساعات (وكنت قد أكلت مؤخراً، وشربت ما يكفي من الماء)
- مشاكل في الرؤية : الرؤية الضبابية ، ومضات، البقع الداكنة
- ألم المعدة
- المزيد من الغثيان (اضطراب في المعدة) أو القيء أكثر من المعتاد
- ألم في الصدر أو ضيق في التنفس

اتصلي بقابلتك إذا حصل معك:

قياس ضغط الدم المرتفع مرة واحدة لا يعني ان لديك ارتفاع ضغط الدم - وعادة ما يطلب اثنين أو أكثر من قياسات ضغط الدم المرتفع وذلك لتشخيص ارتفاع ضغط الدم في هذا الشأن. وبالمثل ، اختبار مقياس إيجابي واحد (+1 أو أعلى) لا يعني أن لديك معدلات ضارة من البروتين في البول . قابلتك (القابلة) قد ترغب في مراقبتك عن كثب حال طرأت تغييرات. ومن المهم أيضاً للمرأة أن تولي اهتماماً لأعراض أخرى تشير إلى أن تسمم الحمل قد يكون موجوداً.

ماذا يحدث إذا كان لدي HDP؟

قد تقوم قابلتك (القابلة) بترتيب لقاء لرؤية الطبيب إذا كان يشتبه في أن لديك HDP. سيكون الطبيب قادراً على ترتيب الاختبارات التي توفر معلومات أكثر دقة عن حالتك ووصف الدواء إذا لزم الأمر . القابلات في بعض المجتمعات قادرات على القيام بهذه الاختبارات بأنفسهن من خلال الترتيبات المتخذة مع الأطباء والمستشفيات المحلية.

تماماً على قياسات ضغط الدم، والحالة العامة لديك ، وكم مدة حملك و ماهي الرغبات و التفضيلات الخاصة بك ، قد يوصى بما يلي:

قد يوصى الاختصاصي أن تأخذي الدواء لخفض ضغط الدم . العديد من الأدوية المختلفة المستخدمة لخفض ضغط الدم هي آمنة لتناولها أثناء الحمل و الرضاعة الطبيعية .	الأدوية
• اختبارات او(فحص) البول للبحث عن زيادة مستويات البروتين ، للاطمئنان على صحة الكليتين. • اختبارات او (فحص) الدم للبحث عن دلائل أخرى على أن الكليتين والكبد لا تعملان بشكل صحيح و لاختبار مدى قدرة دمك على التخثر. • قد يوصى بالموجات فوق الصوتية على نحو أكثر تواتراً لتتبع نمو طفلك وتطوره .	اختبارات إضافية
في بعض الحالات ، صحة الأم ورفاهها قد تتطلب أن يولد الجنين في وقت سابق من المعتاد عن طريق تحفيز (بدء المخاض المصطنع).	الولادة المبكرة للجنين

قد يكون من الضروري للطبيب أن يتولي جوانب الرعاية الخاصة بك . إذا كان هذا هو الحال ، سوف تستمر القابلة بتقديم الدعم و سوف تتولى العناية بك كلياً إذا تحسن HDP.

كيف ستؤثر HDP على حملي والولادة؟

معظم النساء الذين لديهن HDP، بما في ذلك تسمم الحمل، ينجبن أطفالاً أصحاء. خلال فترة الحمل، قد توصي القابلة على المتابعة بصورة مستمرة للتأكد من بقائك أنت وطفلك في صحة جيدة. ويمكن أن تشمل المراقبة:

- قياس مستمر لضغط الدم
- اختبارات (فحص) البول
- تحاليل (فحص) الدم
- الموجات فوق الصوتية لقياس نمو طفلك.

وإلا فإن جوانب كثيرة من الحمل و المخاض ستكون هي نفسها بغض النظر عن ما إذا كان أو لم يكن لديك HDP. القابلة ستناقش أيضاً كيف قد يؤثر HDP على اختيارك لمكان الولادة .

ماذا يحدث بعد أن أضع طفلي؟

قد تقترح قابلتك أن تتجنبني تناول بعض الأدوية إذا كان لديك ألم بعد ولادة طفلك . ينصح ب اسيتامينوفين (تايلينول) لتخفيف الألم بعد الولادة إذا كان لديك ضغط الدم المرتفع أثناء الحمل. ايبوبروفين (أدفيل) عادة لا يوصى بهم. سوف تقوم القابلة بمراقبة ضغط الدم لديك في فترة ما بعد الولادة للتأكد من أنها لا تزداد سوءاً. معظم النساء اللاتي لديهن ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل سوف يجدن أن ضغط الدم يعود إلى وضعه الطبيعي بعد ولادة أطفالهن . بعض النساء قد يبقين بحاجة إلى دواء لارتفاع ضغط الدم بعد ولادة أطفالهن . القابلة و / أو الطبيب سوف ي/تحدث إليك عن الأدوية التي يمكن أن يوصى بها. العديد من الأدوية التي توصف لارتفاع ضغط الدم هي آمنة لتناولها أثناء الرضاعة الطبيعية .

في بعض الأحيان لا تظهر على بعض النساء أعراض HD الا بعد ولادة طفلهن. HDP الذي يحدث في فترة ما بعد الولادة يمكن أن تكون خفيفة أو يمكن أن تكون خطيرة جداً. لهذا السبب فأنه من المهم للمرأة أن تولي اهتماماً لأعراض أخرى تشير إلى أن تسمم الحمل (انظر الأعراض الأخرى من جدول تسمم الحمل) التي قد تكون موجودة. إذا واجهت هذه العلامات أو الأعراض في فترة ما بعد الولادة ، اتصلي بقابلتك (القابلة) .

صحتك على المدى الطويل

النساء الذين لديهن HDP يكن في خطر متزايد لتطور HDP في حالات الحمل المستقبلية . وهن أيضاً أكثر عرضة لخطر تطور ارتفاع ضغط الدم المزمن مدى الحياة في وقت لاحق. قابلتك (القابلة) يمكن أن تتحدث إليك عن ما يمكنك القيام به للمساعدة في الحد من خطر الإصابة بمشكلات ارتفاع ضغط الدم في المستقبل. قابلتك (القابلة) أيضاً سوف تقدم معلومات حول ضغط دمك إلى طبيب العائلة الخاص بك، الممرضة الخبيرة، أو غيرهم/ن من مقدمي الرعاية لك بمجرد أن تخرجي من رعاية القبالة.

هل تحتاجون إلى المزيد من المعلومات؟

تقاسمي الأسئلة والمخاوف و الأفكار مع قابلتك (القابلة) . يمكنك كتابتهم في الأسفل أو على ورقة أخرى:



Association of
Ontario Midwives
Delivering what matters.



تطوير هذه الوثيقة تم
بدعم سخي من قبل
المعاهد الكندية لأبحاث الصحة.