

ÇFARË DUHET TË DI PËR PRE-EKLAMPSINË?

Informacion për të gjitha gratë shtatzëna



Hôpitaux
Universitaires
Genève

Pre-eklampsia

Çfarë është pre-eklampsia?

Pre-eklampsia është sëmundje e shtatzënisë ose e paslindjes, e cila prek gruan shtatzënë dhe beben e saj.

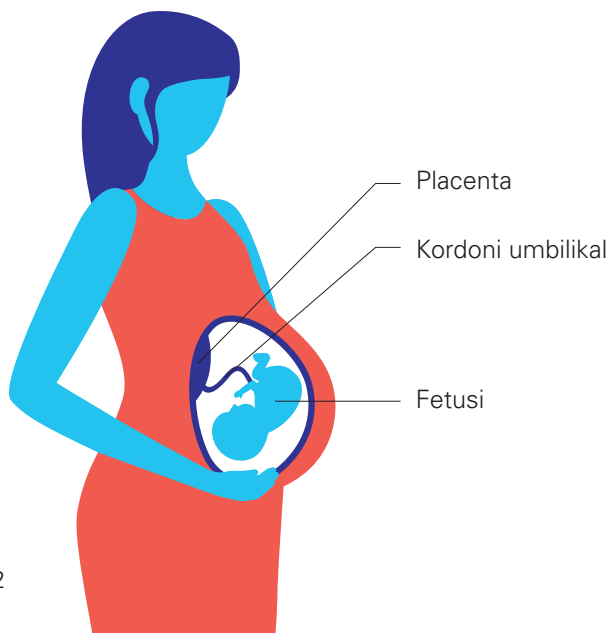
Pre-eklampsia prek 5 shtatzëni në 100. Kjo përfaqëson rreth 300 lindje në vit në maternitetin e HUG.

Pre-eklampsia është rritje anormale e tensionit arterial:

- ▶ ajo cenon organet e gruas shtatzënë ose
- ▶ shkakton ngadalësim të rritjes së bebes.

Pre-eklampsia lidhet me placentën, organin përgjegjës për shkëmbimet ndërmjet bebes (fetusit) dhe gruas shtatzënë.

Pre-eklampsia zakonisht shfaqet në gjysmën e dytë të shtatzënisë (pas 20 javësh). Ajo mund të shfaqet edhe gjatë lindjes ose deri në gjashtë javë pas lindjes.



Pre-eklampsia është sëmundje e shtatzënisë që lidhet me placentën. Nuk është faji juaj!

Çfarë e rrit rrezikun për pre-eklampsia?

Pre-eklampsia mund të prekë të gjitha gratë shtatzëna.

Keni më shumë rreziqe se të tjerët në rast se:

- ▶ keni probleme shëndetësore si: diabeti, sëmundje të veshkave, tension arterial të lartë, sëmundje auto-immune (lupus, poliartrit) ose obezitet
- ▶ keni pasur më parë pre-eklampsia
- ▶ nëna ose motra juaj ka vuajtur nga pre-eklampsia
- ▶ ngjizja është bërë me metoda të riprodhimit të asistuar, FIV (fekondim in-vitro)
- ▶ shtatzënia është me binjakë ose trinjakë.

Cilat janë analizat e rekomanduara për depistimin?

Rreziku për pre-eklampsia vlerësohet në tremujorin e parë të shtatzënisë me anë të:

- ▶ marrjes së gjakut
- ▶ ekografisë
- ▶ matjes së tensionit arterial.

Më pas, në çdo konsultë me mjekun ose me maminë kërkohen sinjalet paralajmëruese për pre-eklampsia. Matet tensioni arterial ose kërkohen proteinat në urinë. Mbahet në mbikëqyrje edhe rritja e bebes.



Merret gjak



Ekografi



Matet tensioni
arterial



Proteinat
në urinë

Si ulët rreziku për pre-eklampsinë?

- ▶ ushqehuni në mënyrë të ekuilibruar dhe të shëndetshme
- ▶ mos ngrini pesha të rënda
- ▶ bëni aktivitete fizike të përshtatshme për shtatzëninë
- ▶ lini duhanin
- ▶ nëse keni problem shëndetësor kronik, është e rëndësishme ta mbani nën kontroll gjatë gjithë shtatzënisë.

Në disa raste, rekomandohet marrja e aspirinës në dozë të ulët që në tremujorin e parë të shtatzënisë.

Komplikacionet e pre-eklampsisë janë:

- ▶ eklampsia: dëmtim i trurit me konvulsione (si një epilepsi)
- ▶ sindroma «HELLP»: është dëmtim i mëlçisë dhe i gjakut me anemi (ulje të rruazave të kuqe) dhe ulje të pllakëzave (elementet e gjakut që nevojiten për koagulimin)
- ▶ janë të mundshme edhe komplikacione të tjera, diskutoni me mjekun tuaj për to.

Cilat janë rreziqet e pre-eklampsisë për beben?

Mund të ngadalësohet rritja e bebes. Ka rrezik për lindje të parakohshme kur pre-eklampsia shfaqet para datës së parashikuar për lindjen.

+ INFO

Është normale që tensioni arterial të jetë i ndryshëm nga një matje në tjetrën. Kur tensioni arterial është i lartë, jo doemos vjen nga stresi. Kur tensioni arterial është i lartë, mund të jetë për shkak të pre-eklampsisë.

Si ta kuptoj nëse kam pre-eklampsë?

Sinjalet paralajmëruese të pre-eklampsisë ndryshojnë nga një shtatzëni te tjetra. Ato nuk shfaqen të gjitha njëkohësisht.

Këtu më poshtë janë sinjalet paralajmëruese të cilave duhet t'u kushtoni vëmendje:

- ▶ tension arterial i lartë i sapo shfaqur ose i përsëritur në aparatin e tensionit
 - më i lartë se 140/90 mm Hg: konsultohuni me mjekun, maminë tuaj ose urgjencën e maternitetit
 - më i lartë se 160/110 mm Hg: konsultoni urgjencën e maternitetit
- ▶ ndjesi parehatie të përgjithshme që e keni të vështirë ta shpjegoni
- ▶ dhimbje koke e vazhdueshme ose e pazakontë
- ▶ mbajtje e shpejtë uji (edema) me:
 - fryrje të pazakontë të këmbëve dhe kyçeve të këmbëve, duarve ose fytyrës
 - shtim në peshë me më shumë se 1kg në javë
- ▶ gumëzhima në të dy veshët
- ▶ probleme me shikimin: veshje të shikimit, shkreptima drite ose njolla përpara syve
- ▶ rikthim i të përzierave ose të vjellave, të pazakonta në fund të shtatzënisë
- ▶ dhimbje të forta dhe të vazhdueshme në pjesën e sipërme të barkut (të ndryshme nga shtërzimet)
- ▶ vështirësi në frymëmarrje
- ▶ dhimbje të forta në gjoks
- ▶ krizë me konvulsione si një epilepsi (eklampsia).

Keni sinjale paralajmëruese të pre-eklampsisë?

- ▶ Kontaktoni maminë ose gjinekologun tuaj!
- ▶ Konsultoni urgjencën e maternitetit: urgjenca është aty për t'ju pritur, orientuar dhe ndihmuar!

Si trajtohet pre-eklampsia?

Çdo situatë pre-eklampsie është unike! Mjeku do t'ju rekomandojë trajtimin më të mirë për ju dhe beben tuaj.

Kur konfirmohet pre-eklampsia nevojitet një mbikëqyrje më nga afër, e cila shpesh kryhet në spital.

Lindja e bebes dhe nxjerrja e placentës zakonisht mundëson ndalimin e përparimit të pre-eklampsisë. Ndodh që të jetë e nevojshme lindja para afatit të parashikuar. Mjeku juaj do të diskutojë me ju për momentin dhe mënyrën e lindjes, në përputhje me situatën tuaj.

Mund të jepen mjekime për të ulur tensionin arterial.

Mund të jepet mjekim për t'ju mbrojtur nga konvulsionet (magnez).

Në disa raste, pre-eklampsia shfaqet pas lindjes. Për të ulur tensionin dhe mbrojtur nga konvulsionet, jepen të njëjtat mjekime.

A është e mundur ushqyerja me gji pas një pre-eklampsie?

Po, është e mundur ushqyerja me gji. Trajtimet e dhëna janë pa rrezik për beben.

A është e mundur një shtatzëni tjetër pas një pre-eklampsie?

Nuk ka kundër indikacione për një shtatzëni tjetër pas pre-eklampsisë. Rreziku për pre-eklampsitë tjetër ekziston, prandaj duhet të flisni me mjekun tuaj për këtë çështje. Është me rëndësi ta përgatitni shtatzëninë tjetër.

Duhet të bëni një analizë në tremujorin e parë për të parashikuar rrezikun për pre-eklampsitë.

Propozohet të merrni aspirinë në dozë të ulët që në tremujorin e parë të shtatzënisë kur rreziku për pre-eklampsitë është i lartë.

+ **INFO**

Pre-eklampsia mund të ketë ndikim në shëndetin tuaj deri disa vite pas lindjes. Flisni për këtë me mjekun tuaj të familjes!

Çfarë duhet të kem kujdes pas një pre-eklampsie?

Pas pre-eklampsisë, rreziku për të zhvilluar sëmundje të zemrës ose të enëve të gjakut (hipertension arterial, infarkt kardiak, aksident vaskular cerebral), sëmundje të veshkave dhe diabet është shumë më i lartë krahasuar me gra që kanë pasur shtatzëni pa pre-eklampsia.

Për t'u mbrojtur nga këto sëmundje, duhet të bëni kontroll 1 herë në vit te mjeku juaj. Matet tensioni arterial, pesha, sheqernat dhe kolesterolin në gjak.

Çfarë rekomandohet pas një pre-eklampsie?

- ▶ Kontrolloni tensionin arterial
- ▶ Ushqehuni shëndetshëm
- ▶ Pakësoni kripën
- ▶ Mos ngrini pesha të rënda
- ▶ Ulni konsumin e alkoolit
- ▶ Lini duhanin
- ▶ Bëni aktivitet fizik të rregullt (5 herë nga 30 minuta në javë)
- ▶ Nëse ndieni trishtim ose përjetoni emocione të vështira pas një pre-eklampsie, flisni me të afërmit ose me mjekun tuaj!



Falënderime

Me mbështetjen financiare të

Fondation
privée des

HUG



Fondation pour la
Recherche en
Hypertension



**UNIVERSITÉ
DE GENÈVE**

FACULTÉ DE MÉDECINE

Kjo broshurë u realizua nga shërbimet mjekësore të ndihmës së parë, të nefrologjisë dhe hipertensionit, të obstetrikës në HUG dhe nga shërbimi i maternitetit të »Hôpital de la Tour« në bashkëpunim me grupin e informacionit për pacientët, pacientet dhe të afërmit (GIPP) në HUG.

Sinjalet paralajmëruese të pre-eklampsisë gjatë dhe pas shtatzënisë



Vështirësi në frymëmarrje



Dhimbje koke e vazhdueshme



Parehati e përgjithshme



Probleme me shikimin



Konvulsione



Të përziera



Gumëzhima në vesh



Dhimbje në pjesën e sipërme të barkut



Shtim i shpejtë në peshë



Mbajtje uji ose fryrje



Tension i lartë arterial

