

ЩО ПОТРІБНО ЗНАТИ ПРО ПРЕЕКЛАМПСІЮ?

Інформація для вагітних жінок



Прееклампсія

Що таке прееклампсія?

Прееклампсія — це захворювання вагітності та післяпологового періоду (період після пологів), яке впливає як на вагітну жінку, так і на її дитину.

Прееклампсія вражає 5 з кожних 100 вагітностей, що становить близько 300 пологів на рік у пологовому будинку Університетських лікарень Женеви (HUG).

Прееклампсія — це аномальне підвищення артеріального тиску, яке:

- ▶ пошкоджує органи вагітної жінки або
- ▶ уповільнює ріст дитини.

Прееклампсія пов'язана з плацентою — органом, що відповідає за обмін речовин між дитиною (плодом) та вагітною жінкою.

Прееклампсія зазвичай розвивається у другій половині вагітності (після 20 тижня). Вона також може з'явитися під час пологів або до шести тижнів після пологів.



Прееклампсія — це захворювання вагітності, пов'язане з плацентою.
Це не ваша вина!

Що підвищує ризик пreeклампсії?

Пreeклампсія може виникнути у кожної вагітної жінки.

Ви в групі підвищеного ризику, якщо:

- ▶ у вас є такі захворювання, як діабет, захворювання нирок, високий кров'яний тиск, аутоімунні захворювання (вовчак, поліартрит) або ожиріння;
- ▶ у вас вже була пreeклампсія;
- ▶ у вашої матері або сестри була пreeклампсія;
- ▶ ви пройшли процедуру медикаментозного запліднення (ДРТ, ЕКЗ);
- ▶ ви вагітні двійнею або трійнею.

Які скринінгові тести рекомендуються?

Ризик пreeклампсії оцінюється в першому триместрі вагітності через:

- ▶ аналіз крові;
- ▶ ультразвукову ехографію;
- ▶ вимірювання артеріального тиску.

Червоні прапорці пreeклампсії потім перевіряються на кожній медичній консультації або акушерками. Вимірюється артеріальний тиск, а сеча перевіряється на вміст білка. Також контролюється ріст дитини.



Аналіз крові



Ехографія



Вимірювання
артеріального тиску



Білок у сечі

Як зменшити ризик прееклампсії?

- ▶ збалансовано та здорово харчуватися;
- ▶ уникати надмірної ваги;
- ▶ підтримувати фізичну активність під час вагітності;
- ▶ не палити;
- ▶ якщо у вас є хронічні захворювання, важливо тримати їх під контролем протягом всієї вагітності.

У деяких випадках ми рекомендуємо приймати аспірин у невеликих дозах з першого триместру вагітності.

Ускладнення прееклампсії:

- ▶ еклампсія: пошкодження головного мозку з судомами (як при епілепсії);
- ▶ HELLP-синдром: ураження печінки та крові з анемією (зменшенням кількості еритроцитів) та тромбоцитів (елементів крові, необхідних для згортання);
- ▶ можливі й інші ускладнення, обговоріть їх з лікарем.

Які ризики прееклампсії для дитини?

Може сповільнитися ріст дитини. Існує ризик передчасних пологів, коли прееклампсія виникає до очікуваної дати пологів.

+ ІНФОРМАЦІЯ

Зміна артеріального тиску є нормальним явищем. Високий артеріальний тиск не обов'язково пов'язаний зі стресом. Високий тиск може бути пов'язаний з прееклампсією.

Як дізнатися, чи є у мене преєклампсія?

Червоні прапорці преєклампсії різняться залежно від вагітності. Вони не з'являються одночасно.

Червоні прапорці, на які слід звернути увагу:

- ▶ високий артеріальний тиск, нове або повторне вимірювання на моніторі артеріального тиску
 - понад 140/90 мм рт.ст.: зверніться до лікаря, акушерки або у відділення невідкладної допомоги пологового будинку
 - понад 160/110 мм рт.ст.: зверніться у відділення невідкладної допомоги пологового будинку
- ▶ загальне нездужання, яке важко пояснити;
- ▶ постійний або незвичний головний біль;
- ▶ швидка затримка води (набряки) із:
 - набряком стоп, щиколоток, рук або обличчя
 - збільшенням ваги більш ніж на 1 кг на тиждень
- ▶ дзвін у вухах з обох боків;
- ▶ проблеми із зором: нечіткість зору, спалахи світла, плями перед очима;
- ▶ повернення нудоти або блювоти, незвичних напикінці вагітності;
- ▶ сильний, безперервний біль у верхній частині живота (не схожий на перейми);
- ▶ утруднене дихання;
- ▶ сильний біль у грудях;
- ▶ судоми, схожі на епілепсію (еклампсія).

Відчули червоні прапорці преєклампсії?

- ▶ Зверніться до акушерки та гінеколога!
- ▶ Зверніться у відділення невідкладної допомоги пологового будинку: там вас зустрінуть, скерують і допоможуть!

Як лікується прееклампсія?

Кожен випадок прееклампсії унікальний! Ваш лікар порекомендує найкраще лікування для вас і вашої дитини.

Коли прееклампсія підтверджується: необхідний ретельний моніторинг, часто в лікарні.

Пологи та видалення плаценти, як правило, допомагають зупинити прогресування прееклампсії. Іноді пологи необхідні раніше очікуваного терміну. Залежно від вашої ситуації лікар обговорить з вами час і спосіб пологів.

Для зниження артеріального тиску можуть бути призначені ліки.

Від судом можуть бути призначені ліки (магній).

У деяких випадках прееклампсія розвивається після пологів. Ті ж самі препарати призначають для зниження тиску та від судом.

Чи можна годувати грудьми після прееклампсії?

Так, грудне вигодовування можливе. Призначене лікування не становить ризику для дитини.

Чи можна знову завагітніти після прееклампсії?

Протипоказань для планування нової вагітності після прееклампсії немає. Однак існує ризик повторного розвитку прееклампсії, і це слід обговорити з лікарем. Важливо підготуватися до нової вагітності.

У першому триместрі слід провести тест, щоб спрогнозувати ризик прееклампсії.

Якщо є високий ризик прееклампсії, рекомендується приймати низькі дози аспірину, починаючи з першого триместру вагітності.

+ ІНФОРМАЦІЯ

Прееклампсія може впливати на ваше здоров'я протягом багатьох років після пологів. Порадьтеся зі своїм сімейним лікарем!

На що слід звернути увагу після прееклампсії?

Після прееклампсії ризик розвитку захворювань серця або кровоносних судин (високий кров'яний тиск, інфаркт, інсульт), захворювань нирок або діабету вищий, ніж у тих жінок, у яких вагітність пройшла без прееклампсії.

Щоб захистити себе від цих хвороб, слід щороку проходити обстеження у лікаря. Вимірюють артеріальний тиск, вагу, рівень цукру та холестерину в крові.

Які рекомендації після прееклампсії?

- ▶ Контролювати артеріальний тиск.
- ▶ Дотримуватися збалансованого, здорового харчування.
- ▶ Зменшити кількість солі.
- ▶ Уникати надмірної ваги.
- ▶ Зменшити споживання алкоголю.
- ▶ Не палити.
- ▶ Регулярно займатися фізичними вправами (5 разів по 30 хвилин на тиждень).
- ▶ Якщо ви відчуваєтеся сумно або відчуваєте складні емоції: поговоріть зі своєю сім'єю або лікарем!



Подяка

За фінансової підтримки

Fondation
privée des

HUG



Fondation pour la
Recherche en
Hypertension



**UNIVERSITÉ
DE GENÈVE**

FACULTÉ DE MÉDECINE

Цю брошуру підготували відділення первинної медичної допомоги, нефрології та гіпертонії, акушерства HUG, а також відділення пологової медицини Госпіталю де ла Тур у співпраці з Інформаційною групою пацієнтів та їхніх родичів (GIPP) Університетських лікарень Женеви (HUG).

Червоні прапорці преєклампсії під час та після вагітності



Утруднене
дихання



Постійний
головний біль



Загальне
нездужання



Проблеми
із зором



Судоми



Нудота



Дзвін у вухах



Біль у верхній
частині живота



Швидкий
набір ваги



Затримка води
або набряки



Високий
кров'яний тиск

