

نشرة معلومات عن حالة صحية
صادرة في آذار/مارس ٢٠٢٤

التعريف

يُعد كلُّ من ارتفاع ضغط الدم في أثناء الحمل ومقدمات تسمم الحمل من المشكلات الصحية التي يمكن أن تؤثر في الحوامل في أي مرحلة من مراحل الحمل.

- ارتفاع ضغط الدم هو زيادة ضغط الدم. ويحدث ذلك حين تزيد قراءة ضغط الدم على ١٤٠ ملم زئبقي/٩٠ ملم زئبقي.
- مقدمات تسمم الحمل هو شكل من أشكال ارتفاع ضغط الدم الذي يحدث في أثناء الحمل. وغالبًا تحدث الإصابة به بعد ٢٠ أسبوعًا من الحمل، ويحتاج إلى علاج عاجل.
- ومن المهم تلقي العلاج اللازم لكلتا الحالتين بسرعة. إذ يمكن أن يساعد العلاج في الحد من فرص إصابة الحوامل وأطفالهن بأمراض خطيرة. إذا كنتِ تعانين من أي من هاتين المشكلتين، فسيتابع فريق رعايتكِ الصحية حالتك عن كثب طوال الفترة المتبقية من الحمل.

التورم

تشيع إصابة الحوامل بالتورم، ونادرًا ما يكون علامة على مقدمات تسمم الحمل.

ولكن هذا لا يمنع إخبار طبيبك أو ممرضة التوليد على الفور بأي تغييرات مفاجئة بشأن تورم اليدين أو الوجه أو القدمين.

ما الذي سيفعله طبيبي العام الآن؟

سيخبرك طبيبك العام بكيفية التعامل مع ارتفاع ضغط الدم. وقد تشمل إرشادات الطبيب:

- إجراء فحوصات ضغط الدم بانتظام، بالإضافة إلى تحليلات الدم والبول
- إجراء فحوصات بانتظام على صحة طفلكِ ونبضات قلبه
- الذهاب إلى عيادة للحوامل المصابات بارتفاع ضغط الدم
- تناول أدوية ارتفاع ضغط الدم الآمنة للحوامل

ولكن إذا كنتِ تعانين من ارتفاع شديد في ضغط الدم، فقد يحيلك طبيبك العام إلى وحدة الولادة المحلية أو قسم الطوارئ. ومن الجدير بالذكر أن الطريقة الوحيدة لعلاج مقدمات تسمم الحمل لدى بعض النساء هي الولادة المبكرة.

ماذا سيفعل طبيبي العام في المستقبل؟

سيجري طبيبك العام فحوصات منتظمة لضغط الدم في أثناء الحمل. كما سيستمر طبيبك العام في رؤيتك وفحص ضغط دمك بعد الولادة ومغادرة المستشفى.

قد يخفف طبيبك العام جرعة دواء ضغط الدم تدريجيًا. وقد يكون بوسعك التوقف عن تناوله بعد بضعة أشهر. بيد أن بعض النساء يحتجن إلى الاستمرار في تناول دواء ضغط الدم لعدة أشهر أو حتى سنوات.

علاوة على أن الحمل مرة أخرى قد يزيد من احتمال إصابتكِ بمقدمات تسمم الحمل في المستقبل. وبالتأكيد سيتحدث معك طبيبك العام بشأن هذا الأمر.

ماذا بوسعي أن أفعل؟

هناك عدد من الاحتياطات الواجب اتباعها للسيطرة على حالتك مثل:

- الحفاظ على حضور فحوصاتك الطبية
- إخبار طبيبك العام إذا كنتِ قد أصبتِ بارتفاع ضغط الدم سابقًا
- إخبار طبيبك العام إذا كنتِ تتعاطين أدوية ضغط الدم قبل الحمل
- الراحة وتناول الكثير من السوائل الصافية (ما يكفي لإبقاء لون بولك أصفر فاتحًا))
- أخبري طبيبك العام أو ممرضة التوليد على الفور إذا ظهرت عليكِ أي من الأعراض الآتية:
- صداع شديد مستمر
- مشاكل في الرؤية مثل: تشوش الرؤية أو رؤية ومضات مفاجئة من الضوء أو رؤية بقع في مجال الرؤية
- ألم شديد في الجزء العلوي من البطن أسفل القفص الصدري مباشرة
- تورم مفاجئ أو انتفاخ مفاجئ في اليدين أو الوجه أو القدمين
- زيادة مفاجئة في الوزن بسبب احتباس السوائل
- حرقة المعدة التي لا تزول بتناول مضادات الحموضة
- الشعور بتوعلك شديد
- الشعور بقلّة حركة الجنين

ما أنواع الدعم المتاحة؟

- توجد عيادات متخصصة في جميع أنحاء منطقة جنوب غرب سيدني الصحية المحلية تهدف إلى خدمة الحوامل المعرضات لمخاطر ارتفاع ضغط الدم. ويمكن لطبيبك العام أن يحيلك إليها:
- عيادة توليد الحوامل ذوات مشكلات الكلى أو عيادة الحوامل ذوات ضغط الدم المرتفع بمستشفى بانكستاون ليدكومب
 - عيادة رعاية الحوامل في فترة ما قبل الولادة أو عيادة الحوامل ذوات ضغط الدم المرتفع بمستشفى كامبلتون
 - عيادة رعاية الحوامل في فترة ما قبل الولادة أو عيادة الحوامل ذوات ضغط الدم المرتفع أو اضطرابات الكلى بمستشفى ليفربول

ما هي الأسئلة التي يمكنني طرحها على طبيبي؟

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ما الأعراض التي لا بد أن تثير قلقي؟ | <input type="checkbox"/> كيف يمكنني معرفة ما إذا كنت مصابة بارتفاع ضغط الدم؟ |
| <input type="checkbox"/> هل سيؤثر ارتفاع ضغط الدم لديّ في طفلي؟ | <input type="checkbox"/> هل أحتاج إلى تناول أدوية؟ |
| <input type="checkbox"/> أين يمكنني الحصول على المزيد من المساعدة؟ | <input type="checkbox"/> هل توجد أي آثار جانبية لهذه الأدوية؟ |

أين يمكنني معرفة المزيد؟

- **Patient.info** – ارتفاع ضغط الدم في أثناء الحمل: patient.info
- **Better Health Channel** – مقدمات تسمم الحمل: betterhealth.vic.gov.au
- **The Royal Women's Hospital** – ارتفاع ضغط الدم ومقدمات تسمم الحمل: thewomens.org.au
- **Healthdirect Australia** – مقدمات تسمم الحمل: healthdirect.gov.au