

## خود مراقبتی بیماران مبتلا به پرفشاری خون ( مسمومیت حاملگی )

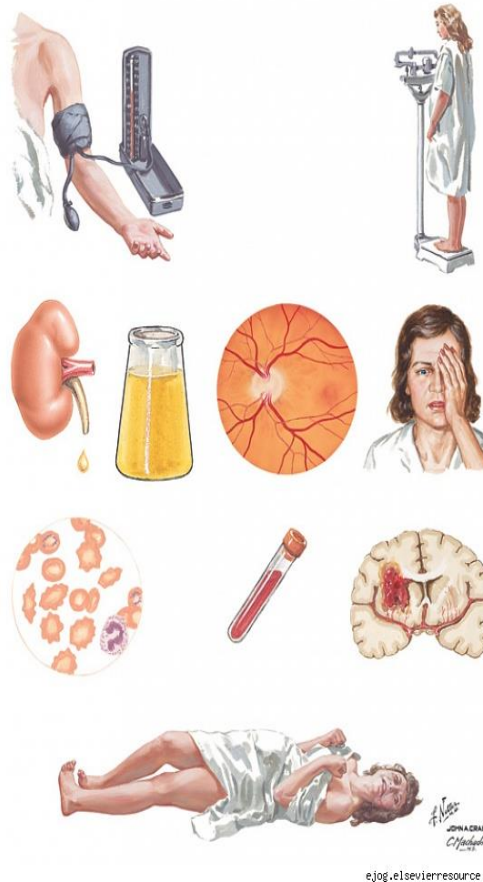


تهیه و تنظیم: واحد آموزش به بیمار

تأیید: دکتر زهرا فردی آذر استاد و رئیس بخش LDR

مرکز آموزشی درمانی الزهراء - تبریز

تابستان ۱۴۰۳



[ejog.elsevierresource.com](http://ejog.elsevierresource.com)

منبع: راهنمای کشوری ارائه خدمات مامائی و زایمان

با آرزوی سلامتی برای شما مادر عزیز

مادر گرامی شما هم می‌توانید در طول بستری در بیمارستان جهت مراقبت از خود اقدامات زیر را انجام دهید:

- کاهش فعالیت روزانه و داشتن استراحت نسبی
- استفاده از رژیم غذایی پرپروتئین و پرکالری
- در صورت داشتن علائمی مانند سردرد، تاری دید و درد اپی‌گاستر به مراقب خود اطلاع دهید.
- توجه به حرکات جنین و در صورت کاهش حرکت جنین مراقب خود را مطلع نمایید.
- نرده‌های کنار تخت یا Bedside جهت محافظت شما از سقوط بالا کشیده می‌شوند بنابراین در بالا بودن این نرده‌ها بخصوص موقع استراحت و خواب مطمئن باشید.

مادر گرمی یکی از شایع ترین مشکل طبی در حاملگی افزایش فشار خون است و با ایجاد اختلال در سیر طبیعی حاملگی، خطرات جدی برای مادر و جنین ایجاد می کند. اگر شما علائم زیر را داشته باشید در این صورت مسمومیت حاملگی دارید:

❖ فشار خون ۱۴۰/۹۰ و یا بیشتر

❖ دفع پروتئین ادرار

❖ ادم دست و صورت

❖ سردرد شدید و مقاوم، اختلال هوشیاری

❖ اختلال بینائی ( تاری دید، فلاش زدگی)

❖ درد ناحیه معده، تهوع و استفراغ

❖ کاهش میزان ادرار

❖ افزایش کراتینین سرم

❖ کاهش پلاکت های خون

❖ افزایش آنزیم های کبدی

❖ داشتن ادم ریه و تنگی نفس

❖ تشنج

مادر گرمی در صورت بستری در این مرکز مراقبت های

زیر از شما بعمل می آید بنابراین در جهت حفظ سلامتی

خود و جنین با مراقب خود همکاری نمایید:

❖ کنترل فشارخون بر اساس شدت بیماری شما

❖ اندازه گیری ارتفاع رحم و تعیین سن بارداری

❖ توزین روزانه

❖ بررسی علایم و نشانه های شدت بیماری

❖ اندازه گیری پروتئین ادرار و جمع آوری ادرار ۲۴ ساعته

❖ انجام آزمایشات خون

شماره تماس با مرکز آموزشی و درمانی الزهراء:

04135539160-61

<http://alzahrahosp.tbzmed.ac.ir>

❖ کنترل حرکات جنین و شنیدن روزانه صدای قلب

جنین ( شاید نیاز باشد طبق نظر پزشک معالج تان

صدای قلب جنین بطور مداوم شنیده شود).

❖ انجام سونوگرافی برای بررسی رشد جنین و تکرار آن

هر ۳ هفته یکبار

❖ بررسی سلامت جنین با سونوگرافی

❖ تزریق آمپول سولفات منیزیم جهت کنترل و پیشگیری

از تشنج

❖ تعبیه سوند ادراری جهت کنترل و اندازه گیری حجم

ادرار

❖ ختم بارداری بر اساس سن بارداری و کنترل و یا عدم

کنترل فشار خون و شدت بیماری

❖ مشاوره قلب و داخلی در صورت صلاحدید پزشک معالج

زنان