



بیمارستان شهید مطهری مرودشت

## فشارخون بارداری

( ویژه آموزش به بیمار )

شناسنامه پمفلت آموزشی :

تهیه کننده: فاطمه برزگر - کارشناس پرستاری

تهیه شده: تابستان 1404

منبع: بارداری و زایمان ویلیامز 2022

تایید شده توسط: دکتر مهسا رمضانپور - متخصص زنان

محدوده فشارخون طبیعی در بزرگسالان 120/80 است. مرحله قبل از فشارخون شامل محدوده ی 90-120/80-139 که این افراد نیاز به اصلاح شیوه زندگی خود دارند. بعد از این مرحله فشارخون به دو دسته ی فشارخون مرحله اول فشارخون مرحله دوم تقسیم می شود. فشارخون مرحله اول شامل 99-140/90-159 می باشد که این افراد نیز باید شیوه زندگی و الگوی تغذیه خود را تغییر دهند که درمان دارویی برای این افراد داروهای ادرار آور است. مرحله دوم فشارخون شامل فشارخون بیشتر از 160/100 می باشد که برای درمان دارویی این افراد از ترکیب دو دارو استفاده می کنند.

### تشخیص

فشارخون مزمن، یا قبل از حاملگی وجود دارد یا قبل از هفته 20 بارز میشود. برخی از زنان که دچار فشارخون مزمن آشکار نیستند در حاملگی های بعدی خود دچار نوعی فشارخون گذرا میشوند که در اواخر حاملگی بروز میکند و بعد از زایمان پسرفت میکند این نوع فشارخون نشانه فشارخون مزمن نهفته و همتای دیابت حاملگی محسوب میشود.

چاقی یکی از عوامل مستعد کننده در ابتلا به فشارخون مزمن است. شیوع فشارخون در زنان چاق

10 برابر بیشتر است. علاوه بر این احتمال بروز مسمومیت حاملگی نیز وجود دارد. دیابت شیرین که ارتباط زیادی با چاقی دارد در زنان مبتلا به فشارخون مزمن شایع است و البته وراثت نقش بسیار مهمی در این امر ایفا میکند.

### حاملگی

در اکثر زنان مبتلا به فشارخون مزمن فشارخون در اوایل حاملگی افت میکند سپس در طی 3 ماهه سوم تا میزانی که بیشتر از فشارخون اوایل حاملگی است افزایش میابد.

### ارزیابی در دوره قبل و اوایل حاملگی

زنان مبتلا به فشارخون مزمن باید قبل از حاملگی تحت مشاوره قرار گیرند. باید طول مدت فشارخون، میزان کنترل فشارخون و درمان فعلی این بیماران مشخص شود. زنانی که فشارخون متوسط آنان براساس سنجش در منزل بیش از 135/85 میلی متر جیوه است به عنوان افراد مبتلا به فشارخون در نظر گرفته میشود زنانی که برای کنترل فشارخون به درمان با چند دارو نیاز پیدا میکنند و همچنین افرادی که فشارخون آن ها کنترل نشده در معرض افزایش خطر پیامدهای نامطلوب حاملگی قرار دارند.

## آثار فشارخون مزمن بر حاملگی

مرگ و میر مادری

مسمومیت حاملگی

کنده شدن زودرس جفت

## پیامدهای فشارخون بر جنین

محدودیت رشد جنین

زایمان زودرس

مرگ و میر جنینی

## تدابیر درمانی در دوران حاملگی

تشخیص فشارخون مزمن در حاملگی باید به تایید برسد. هدف از درمان کاستن از پیامدهای نامطلوب مادری یا جنینی است. درمان با هدف پیشگیری از فشارخون متوسط یا شدید و همچنین با هدف به تاخیر انداختن یا بهبود فشارخون شدید صورت میگیرد. روش های اصلاح بهداشت فردی شامل این موارد است: مشاوره تغذیه ای، کاهش رفتارهایی

مثل استعمال دخانیات، سوء مصرف

الکل، کوکائین و یا سایر مواد.

## کنترل فشارخون

زنان حامله مبتلا به فشار خون شدید باید از نظر

سابقه ی بیماری های زیر تحت درمان قرار

بگیرند: سابقه ی پیامد های نامطلوب مانند حوادث

مغزی-عروقی، اختلال عملکرد قلبی و یا کلیوی در

آن دسته از زنان حامله ی مبتلا به فشار خون

مزمن خفیف یا متوسط پایدار و بدون عارضه که در

صورت حامله نبودن نیز تحت درمان قرار میگیرند،

درمان کار نامعقولی نیست. با توجه به کاهش فشار

خون مادر ممکن است با کاهش جریان خون جفت

سبب محدودیت رشد جنین شود و از طرف دیگر،

خود افزایش فشار خون نیز سبب رشد غیر طبیعی

جنین میشود در زمینه درمان موجب سردرگمی

میشود. طی تحقیقاتی که انجام گرفته مشخص

شده احتمال محدودیت رشد جنین در آن دسته از

زنان مبتلا به فشار خون مزمن که فشار خون پایین

آنان کمتر از 90 میلی متر جیوه بود به 3 درصد

میرسید در حالی که این خطر در زنان دارای فشار

خون پایین 90 میلی متر جیوه 6 درصد بوده و در

زنان دارای فشارخون پایین 110 یا بیشتر به 16

درصد میرسید.

## بررسی جنین

در آن دسته از زنان مبتلا به فشار خون مزمن که

فشار خون آنها به خوبی کنترل شده است و هیچ

گونه عامل عارضه داری وجود ندارد عموماً می توان

انتظار داشت که پیامد حاملگی خوب باشد. چون

حتی زنان مبتلا به فشار خون خفیف در معرض

افزایش خطر ابتلا به مسمومیت حاملگی و

محدودیت رشد جنین قرار دارند.

## زایمان

در زنان مبتلا به فشار خون بدون عارضه و خوب

کنترل شده که در آنان طبیعی بودن رسیده است

اقدام ما انتظار برای رسیدن زایمان است.

در زنان دارای حاملگی چند قلوپی ممکن است

توجه ویژه به زایمان قبل از موعد عاقلانه باشد. در

زنائی که دچار عوارض شده اند و یا در زنائی که

نتیجه ی تست های جنینی در آنان غیر طبیعی

بوده، انجام زایمان در نظر گرفته میشود. درمورد

مسمومیت حاملگی که همراه فشار خون وجود

دارد حتی اگر هنوز فرصت زیادی تا زایمان باقی

مانده باشد، بیمار را سریع سزارین می کنند.