



میلاد



فشار خون

حاملگی چیست؟



Hospital

واحد آموزش به بیمار

IMH.PE.MNC.20/01

شماره پمفلت:

۵

شماره تماس بیمارستان
03135130000
داخلی واحد آموزش به بیمار
772

چگونه در منزل از خود مراقبت کنید؟

* داشتن رژیم غذایی متعادل که شامل (۶۰-۷۰ gr) پروتئین و (۱۲۰ mg) کلسیم در روز است.

* نوشیدن حداقل ۶-۸ لیوان آب در روز

* مصرف اسید فولیک (زیتون، آفتاب گردون، گردو و روغن ماهی)

* دریافت نمک به میزان معمول در رژیم غذایی روزانه (۴-۶ گرم)

* فهرست داروهای مصرفی، اطلاعات درباره نحوه مصرف و عوارض داروها

* داروها را همیشه و به موقع و با روش صحیح مصرف نمایید.

* خانواده خود را به شرکت در برنامه آموزشی تشویق کنید.

* وزن روزانه

۴

اصفهان - بلوار کشاورز - سه راه سیمین -
خیابان جانبازان - انتهای بلوار شهیدبخشی

فشار خون چیست؟

فشار خون از عواملی است که برای ادامه حیات به آن نیازمندیم. فشار خون هر فرد همیشه در یک حد ثابت نیست از یک روز به روز دیگر و از لحظه ای به لحظه ای دیگر بر حسب نیاز بدن در حال تغییر است.



فشار خون حاملگی چیست؟

فشار خونی است که در اثر حاملگی و معمولاً بعد از ۲۰ هفته حاملگی ایجاد می شود و تا ۴۸ ساعت پس از زایمان از بین می رود. افزایش فشار خون اغلب همراه ورم و وجود آلبومین در ادرار یا هر دو علامت با یکدیگر می باشد.

علائم و نشانه های فشار خون حاملگی چیست؟

- * افزایش سریع وزن
- * علائم عصبی شامل ادم صورت و چشم، دست ها، دیدن جرقه های نورانی، تیرگی بینائی.
- * سردرد شدید و مداوم
- * کاهش حجم ادرار

اگر فشار خون مینیمم ۱۴۰ میلی متر جیوه شود باعث خطر خونریزی داخل مغزی شده، به همین دلیل فشار خون های مینیمم (دیاستول) ۱۲۰ میلی متر جیوه به بالا را باید درمان کرد.

عوارض جنینی فشار خون بالا چیست؟

تأخیر در رشد داخل رحمی از عوارض شایع فشار خون بالا می باشد که منجر به زایمان زودرس و نارس بودن جنین ها تا ۴۰ درصد موارد می گردد.

