

# ما الذي يجب أن أعرفه عن مقدمات الارتعاج؟

معلومات تهتم كل امرأة حامل



Hôpitaux  
Universitaires  
Genève

## ما الذي يزيد من خطر الإصابة بمقدمات الارتعاج؟

يمكن لأي امرأة حامل أن تصاب بمقدمات الارتعاج.

تزداد فرص الإصابة بمقدمات الارتعاج إذا:

- ◀ كنتِ تعانين من حالة مرضية مثل داء السكري أو أمراض الكلى أو ارتفاع ضغط الدم أو مرض مناعي ذاتي (الذئبة أو التهاب المفاصل) أو السمنة
- ◀ قد أصبتِ سابقًا بمقدمات الارتعاج
- ◀ أصيبت والدتكِ أو أختكِ بمقدمات الارتعاج
- ◀ خضعتِ لعملية إنجاب بمساعدة طبية (إنجاب بمساعدة طيبة PMA، التلقيح الاصطناعي FIV)
- ◀ في حالات الحمل بتوأم أو ثلاث توأم.

## ما هي اختبارات الفحص الموصى بها؟

يتم تقييم خطر الإصابة بمقدمات الارتعاج في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل عن طريق

- ◀ فحص الدم
- ◀ فحص بالموجات فوق الصوتية
- ◀ قياس ضغط الدم.

بعد ذلك يتم التحقق من الأعراض المبكرة لمقدمات الارتعاج في كل استشارة طبية أو من قبل القابلات. يتم قياس ضغط الدم وفحص البول بحثًا عن البروتين. إضافة إلى مراقبة نمو الجنين.



فحص الدم



فحص بالموجات فوق الصوتية



قياس ضغط الدم



البروتين في البول

## مقدمات الارتعاج

### ما هي مقدمات الارتعاج؟

مقدمات الارتعاج هو مرض يصيب الحوامل سواء خلال فترة الحمل أو فترة النفاس (الفترة التي تلي الولادة) ويؤثر على الحامل والرضيع.

تصيب مقدمات الارتعاج ٥ حالات من أصل ١٠٠ حالة حمل، أي حوالي ٣٠٠ حالة ولادة سنوياً في قسم الأمومة والولادة بالمستشفى HUG.

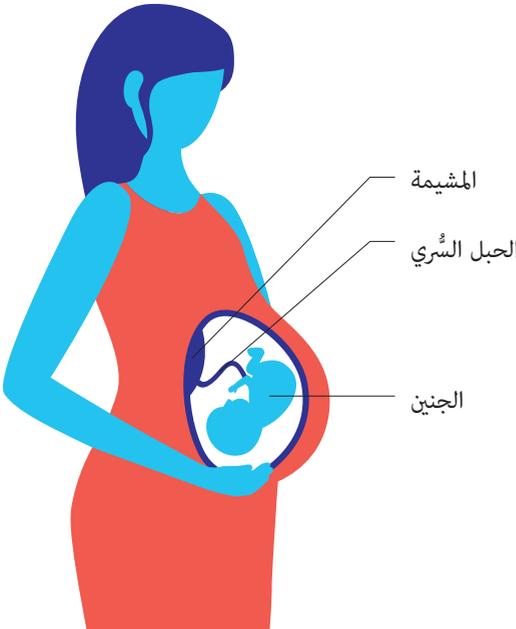
تتمثل مقدمات الارتعاج في ارتفاع غير طبيعي في ضغط الدم يصاحبه:

◀ تضرر أعضاء المرأة الحامل

أو

◀ بطئ في نمو الجنين.

ترتبط مقدمات الارتعاج بالمشيمة، وهي العضو الذي يضمن التواصل بين الطفل (الجنين) والحامل. تظهر مقدمات الارتعاج عموماً خلال النصف الثاني من فترة الحمل (بعد الأسبوع العشرين). ويمكن أن تظهر أيضاً أثناء الولادة وحتى بعدها بستة أسابيع.



مقدمات الارتعاج هي حالة مرضية مرتبطة بالمشيمة. إنه ليس خطأك!

## كيف أعرف إذا كنت مصابة بمقدمات الارتعاج؟

تختلف الأعراض المبكرة لمقدمات الارتعاج من شخص لآخر. ولا تظهر جميعها في الوقت نفسه

### إليك الأعراض المبكرة التي يجب التنبه لها:

- ◀ ضغط الدم المرتفع، إن كان حديثاً أو بصفة متكررة، على جهاز قياس ضغط الدم
- أكثر من ٩٠/١٤٠ ملم زئبقي: استشيرى الطبيب أو القابلة أو قسم الطوارئ بمستشفى الولادة
- أكثر من ١١٠/١٦٠ ملم زئبقي: استشيرى قسم الطوارئ بمستشفى الولادة
- ◀ التوعك العام الذي يصعب تفسيره.
- ◀ صداع مستمر أو غير اعتيادي
- ◀ احتباس الماء السريع (الوذمة) مع:
- تورم غير معتاد في القدمين والكاحلين أو اليدين أو الوجه
- زيادة وزن تتجاوز ١ كغ أسبوعياً
- ◀ طنين في كلا الأذنين .
- ◀ مشاكل في الرؤية: عدم وضوح الرؤية، ومضات من الضوء، وبقع أمام العينين
- ◀ عودة الغثيان أو القيء غير المألوف في نهاية الحمل.
- ◀ ألم قوي ومستمر في الجزء العلوي من البطن (يختلف عن التقلصات).
- ◀ صعوبة في التنفس
- ◀ آلام قوية في الصدر.
- ◀ نوبة تشنج تشبه الصرع (تسمم الحمل).

### هل لديك أعراض مبكرة لمقدمات الارتعاج؟

- ◀ اتصلي بممرضة التوليد وطبيب أمراض النساء الخاص بك.
- ◀ زوري قسم الطوارئ مصلحة الولادة: إنهم على استعداد دائم للاستقبال والإرشاد والمساعدة.

## كيف يمكن الحد من خطر الإصابة بمقدمات الارتعاج؟

- ◀ أتباع نظام غذائي متوازن وصحي
  - ◀ تجنّب الوزن الزائد
  - ◀ الحفاظ على نشاط بدني يلائم فترة الحمل
  - ◀ الإقلاع عن التدخين
  - ◀ إذا كنتِ تعانين من مشكلة صحية مزمنة، فينبغي الحرص على مراقبتها طوال فترة الحمل.
- في بعض الحالات، نوصي بتناول الأسبرين بجرعات صغيرة منذ الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل.

## مضاعفات مقدمات الارتعاج هي:

- ◀ تسمم الحمل: تضرر الدماغ مع تشنجات (مثل الصرع)
- ◀ متلازمة هيلب: تضرر في الكبد والدم، مع فقر الدم (انخفاض في خلايا الدم الحمراء) وانخفاض في الصفائح الدموية (عناصر الدم الضرورية للتخثر).
- ◀ من الممكن حدوث مضاعفات أخرى؛ ينبغي مناقشتها مع طبيبك.

## ما هي مخاطر مقدمات الارتعاج على الرضيع؟

يمكن أن يحصل بطئ في نمو الطفل. وهناك خطر الولادة المبكرة عندما تظهر مقدمات الارتعاج قبل الموعد المتوقع للولادة.

### معلومة:

من الطبيعي أن يتباين ضغط الدم من قياس إلى آخر. عندما يكون ضغط الدم مرتفعاً، لا يكون بالضرورة بسبب الإجهاد. عندما يكون ضغط الدم مرتفعاً، فقد يكون ذلك بسبب مقدمات الارتعاج.

يمكن أن تؤثر مقدمات الارتعاج على صحتك لسنوات بعد الولادة. تحدثي عن ذلك مع طبيب العائلة!

### ما الذي يجب أن أحذر منه بعد الإصابة بمقدمات الارتعاج؟

بعد الإصابة بمقدمات الارتعاج يزيد خطر الإصابة بأمراض القلب أو الأوعية الدموية (ارتفاع ضغط الدم أو النوبة القلبية أو السكتة الدماغية) أو أمراض الكلى أو السكري مقارنةً بالحوامل اللاتي لم يتعرضن لمقدمات الارتعاج.

للقاية من هذه الأمراض، يجب عليك إجراء فحص طبي مرة واحدة في السنة. يتم قياس ضغط الدم، والوزن، ونسبة السكر والكوليسترول في الدم.

### ما هي التوصيات بعد الإصابة بمقدمات الارتعاج؟

- ◀ راقبي ضغط الدم
- ◀ اتبعي نظام غذائي متوازن وصحي
- ◀ قللي من استهلاك الملح
- ◀ تجنبي الوزن الزائد
- ◀ قللي من استهلاك المشروبات الكحولية
- ◀ حاولي الإقلاع عن التدخين
- ◀ يجب ممارسة التمارين الرياضية بانتظام (5 مرات 30 دقيقة أسبوعياً)
- ◀ إذا كنت تشعرين بالحزن أو تمرين بتجربة صعبة جراء ذلك: لا تتردي في مشاركة ذلك مع عائلتك أو طبيبك!

## كيف يتم التعامل مع مقدمات الارتعاج؟

كل حالة من حالات مقدمات الارتعاج فريدة من نوعها! سيوصي طبيبك بأفضل علاج لك ولطفلك.

عند التأكد من الإصابة بمقدمات الارتعاج: يجب إجراء المزيد من الفحوصات المكثفة وغالبًا ما تكون في المستشفى.

تساعد ولادة الطفل وإزالة المشيمة بشكل عام على كبح تفاقم مرض مقدمات الارتعاج. في بعض الأحيان تكون الولادة ضرورية قبل الموعد المتوقع. ستناقش مع طبيبك توقيت الولادة وطريقة الولادة المناسبين لحالتك.

يُمكن وصف أدوية لخفض ضغط الدم.

يُمكن وصف أدوية للوقاية من التشنجات (المغنيسيوم).

في بعض الحالات، تظهر مقدمات الارتعاج بعد الولادة. يتم وصف نفس الأدوية لخفض ضغط الدم والحماية من التشنجات.

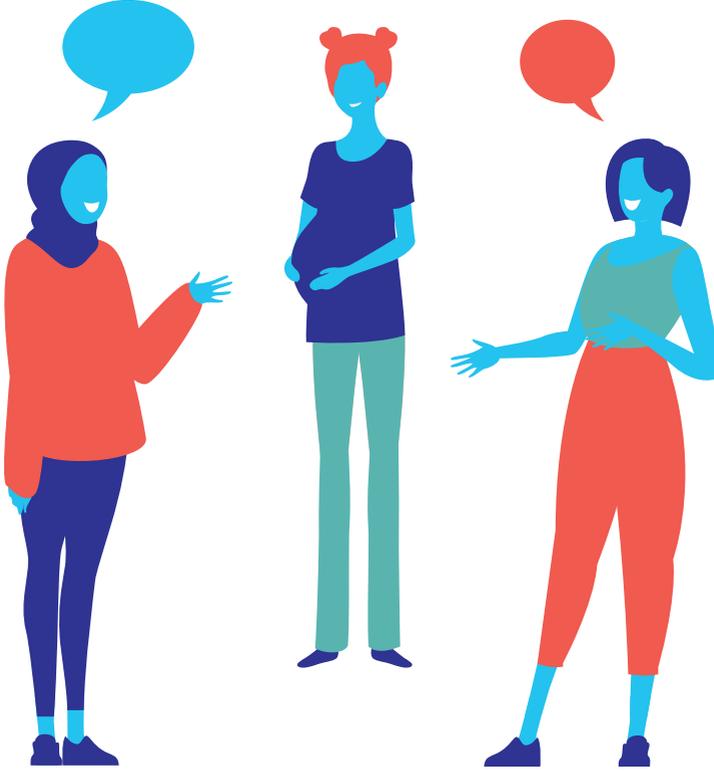
## هل الرضاعة الطبيعية ممكنة بعد الإصابة بمقدمات الارتعاج؟

نعم، الرضاعة الطبيعية ممكنة. لا تشكل العلاجات الموصوفة أي خطر على الرضيع.

## هل من الممكن الحمل مرة أخرى بعد الإصابة بمقدمات الارتعاج؟

لا يوجد أي موانع تحول دون حدوث حمل جديد بعد الإصابة بمقدمات الارتعاج. ومع ذلك، هناك خطر التعرض لمقدمات الارتعاج مرة أخرى، ويجب مناقشة ذلك مع طبيبك. من المهم الاستعداد لهذا الحمل الجديد.

يجب إجراء اختبار في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل للتنبؤ بخطر الإصابة بمقدمات الارتعاج. نقتح تناول جرعة منخفضة من الأسبرين بدءًا من الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل عندما يكون خطر الإصابة بمقدمات الارتعاج مرتفعًا.



## شكر وتقدير

مع الدعم المالي لـ:

Fondation  
privée des

**HUG**



Fondation pour la  
Recherche en  
Hypertension



**UNIVERSITÉ  
DE GENÈVE**

FACULTÉ DE MÉDECINE

تم إصدار هذا الكتيب من قبل قسم الإسعافات الأولية وقسم أمراض الكلى وارتفاع ضغط الدم وقسم التوليد بمستشفى HUG، وقسم طب الأمومة والولادة بمستشفى LA TOUR، بالتعاون مع فريق المعلومات حول المرضى والأقارب (GIPP) بمستشفى HUG

# الأعراض المبكرة لمقدمات الارتعاج أثناء وبعد فترة الحمل



صعوبة في التنفس



الصداع المستمر



التورم



مشاكل في الرؤية



تشنجات



غثيان



طنين في الأذنين



آلام في أعلى البطن



ارتفاع سريع في الوزن



احتباس الماء أو الانتفاخ



ارتفاع ضغط الدم

