

Topošās māmiņas saasināti uztver jebkuru pārmaiņu, kur nu vēl izmaiņas asins vai urīna analizēs! Ārsta apmeklējuma laikā arī asinsspiediena mērīšana ir satraucošs brīdis, un bieži rodas jautājums, vai tiešām konstatētās izmaiņas ir tik nopietnas, kā stāsta ārste vai vecmāte.

Konsultē P. Stradiņa Klīniskās universitātes slimnīcas Perinatālās aprūpes centra vadītāja **Maira Jansone**

Augsts asinsspiediens – vai jāraizējas?

Paaugstināts asinsspiediens (vairāk par 140/90 mm Hg) jeb hipertensija ir aptuveni 10–15 % grūtnieču. Viņu vidū ir gan stresa pārņemtās sievietes, gan hroniskas slimnieces, kurām hipertensija bijusi jau agrāk, gan arī tādas, kam asinsspiediena paaugstināšanās konstatēta tikai pēc 20. grūtniecības nedēļas, un tā var būt saistīta ar veselības problēmām grūtniecības laikā. Tiesa, asinsspiedienu var paaugstināt arī citi cēloņi.

Preeklampsija – katrai desmitajai pirmsdzemdētājai

Grūtniecības izraisītās pārmaiņas organismā un tā funkcijās var radīt tā saucamo preeklampsijas stāvokli, kad paaugstinās asinsspiediens, palielinās olbaltuma daudzums urīnā un pastiprinās tūska.

Tā kā preeklampsija ir aptuveni desmit procentiem pirmsdzemdētāju, kurām nav nekādu hronisku slimību vai citu riska faktoru, tās agrīnās pazīmes būtu jāpazīst ikvienai topošajai māmiņai.

Šo stāvokli izraisa sarežģīti bioķīmiski procesi, kas sievietes organismā norit jau placentas veidošanās laikā, proti, ilgi pirms klīnisko pazīmju izpausmes. Pārmaiņas skar asinsvadu sienīgas visās orgānu sistēmās,

kā arī placentas asinsvadus. Patoloģiju ir iespējams laikus diagnosticēt un izvēlēties pareizu grūtniecības vadīšanas taktiku, un, par laimi, parasti tā izžūd dažu dienu laikā pēc dzemdībām.

Svarīgi, lai grūtniece pievērstu uzmanību savam asinsspiedienam, urīna analizēm un ķermeņa masai. Nereti atklātās pārmaiņas biedē, tās negribas pieņemt, tomēr ārsta vai vecmātes teiktajā der ieklausīties un nepieciešamības gadījumā apspriesties arī ar citiem speciālistiem. Galvenais – neatstāt to bez ievēribas!

Trīs preeklampsijas kritēriji

Galvenais ir paaugstināts asinsspiediens, kas rodas pēc grūtniecības 20. nedēļas, bet visbiežāk – tuvojoties dzemdību laikam. To ir grūtāk konstatēt, ja topošā māmiņa vēlīni stājusies uzskaitē, jo otrajā trimestrī raksturīga fizioloģiska asinsspiediena pazemināšanās. Lai noteiktu diagnozi, būtiski ir zināt, cik augsts asinsspiediens ir grūtniecības sākumā un kā tas mainās, grūtniecībai attīstoties.

Otra svarīgākā pazīme ir paaugstināts olbaltuma līmenis urīnā. Jāpiebilst, ka nedaudz olbaltuma urīnā var būt jebkurai veselīai sievietei, īpaši grūtniecības beigās, kad palielinās nieru kanāliņu caurlaidība. Ja

speciālistam rodas aizdomas, ka olbaltuma urīnā ir par daudz, to vislabāk var noteikt pēc diennakts urīna analizēm (parasti tās veic stacionārā).

Trešais un vissubjektīvākais kritērijs ir tūska. Tā visbiežāk manāma ap potītēm, uz apakšstilbiem, bet var būt arī vispārēja. Jāatceras, ka ne vienmēr tūska uzskatāma par patoloģiju, tā bieži saistīta ar normālu grūtniecību, bet gandrīz vienmēr raksturīga preeklampsijai. Topošās māmiņas kopējais ķermeņa masas pieaugums vēl neliecina par tūsku, daudz būtiskāks ir straujš svara palielinājums. Uztraukties vajadzētu, ja tas nedēļas laikā ir vairāk nekā 2–2,5 kg, tāpēc katrā apmeklējumā pie ārsta vai vecmātes tiek noteikta masa, mērīts asinsspiediens un veikta urīna analīze.

Sievietēm, kuras iznēsā pirmo bērniņu, parasti ir viegla preeklampsija, kas rodas īsi pirms dzemdībām.

Smagākiem gadījumiem raksturīgas vēl citas pazīmes, piemēram, galvas sāpes, sāpes pakrūtē vai kuņģa apvidū (var būt arī vemšana), redzes traucējumi. Tās varētu liecināt par slimības attīstību un iespējamiem eklampsijas draudiem. Preeklampsija var progresēt ļoti strauji – dažu dienu vai pat stundu laikā.

Grūtniecēm jāpatur prātā labā ziņa – savlaicīgi konstatētas preeklampsijas pazīmes palīdz novērst nopietnus māmiņas un topošā mazuļa veselības sarežģījumus. Preeklampsiju izārstēt gan nevar, tomēr tā beidzas, tiklīdz piedzimst bērniņš. Diemžēl sliktā ziņa ir tāda, ka slimība nākamajā grūtniecībā var atkārtoties, tādēļ nedrīkst zaudēt modrību.

Kas ir eklampsija?

Tā ir smagāka slimības forma, kam līdztekus iepriekš minētajām pazīmēm raksturīgi krampji. Eklampsija gan skar tikai 0,05–1 % grūtnieču, bet tā var beigties kā ar topošās māmiņas, tā arī ar viņas vēl nedzimušā bērna nopietniem veselības traucējumiem vai pat ar bērna zaudēšanu.

Šī slimība visbiežāk rodas grūtniecības laikā, taču krampji reizēm sākas arī dzemdības vai pirmo 48 stundu laikā pēc tām.

Nereti var novērot, ka samazinās mazuļa augšanas tempi. To var konstatēt ārsts vai vecmāte, katrā apmeklējumā mērot grūtnieces dzemdes ķermeņa augstumu (tādā gadījumā tas būs mazāks par normu). Diagnozi precīzē ar ultrasonogrāfiju. Papildus iespējams noteikt, kāda ir placentas asinsapgāde (preeklampsijas gadījumā tā cieš vispirms).

Kā jau minēts, preeklampsiju nevar izārstēt, bet, laikus saņemot medicīnisko palīdzību slimnīcā, iespējams novērst krampjus un kontrolēt mātes un mazuļa stāvokli. Tas ir ļoti būtiski, jo neiznēsātas grūtniecības gadījumā ar medikamentiem var paātrināt augļa plaušu nobriešanu. Perinatālās aprūpes centrā topošā māte un mazulis saņems visu nepieciešamo palīdzību.

Hroniska hipertensija

Dažām sievietēm asinsspiediens ir paaugstināts (virs 140/90 mm Hg) jau ilgāku laiku pirms grūtniecības, un reizēm viņas to pat nezina. Paaugstināts asinsspiediens grūtniecības sākumā var liecināt par hronisku hipertensiju. Tās cēlonis visbiežāk ir hroniska nieru, sirds un asinsvadu vai endokrīnās sistēmas slimība, bet dažkārt iemeslu tā arī neizdodas atrast.

Grūtniecības otrajā pusē pacientēm ar hronisku hipertensiju var nebūt nekādu izmaiņu, bet reizēm rodas preeklampsija.

Ja tās pamatā ir hroniska hipertensija, preeklampsija norit smagāk un nelabvēlīgāk gan mātei, gan bērnam. Daudz kas atkarīgs no iespējām ārstēt hipertensiju (grūtniece nedrīkst lietot lielu daļu medikamentu) un efektivitātes.

Atcerieties! Grūtnieces veselībai būtiska ir sadarbība ar ārstu un/vai vecmāti un uzticēšanās viņu profesionalitātei! Pašas topošās māmiņas aktīva līdzdalība arī palīdzēs uzveikt slimību un tās sekas. ♥

Svarīgi ir noteikt asinsspiedienu grūtniecības sākumā.