

Ödémás kismamák

Terhességi gestosis, preeklampszia, eklampszia

A várandósság folyamán hirtelen emelkedő vérnyomás hátterében általában komoly betegség húzódik meg. Aki azonban idejekorán felismeri a tüneteket, eséllyel védekezhet a kockázatok ellen...

Minden tizedik kismama hallja orvosától a következő diagnózist: gestosis, EPH-gestosis, eklampszia előtti állapot, terhesség által kiváltott magas vérnyomás. E megnevezések egyetlen betegséget takarnak, melynek azonban többféle megjelenési formája és különféle tünetei vannak. Közös vonásuk, hogy kivétel nélkül a terhesség alatt jelentkeznek.

Jó hír! Ha idejekorán felismerik, és helyesen kezelik a panaszokat, a gestosis nem jelent veszélyt sem az anyának, sem a gyermekének. Ellenben, ha a tüneteknek nem tulajdonítanak jelentőséget, a betegség mind a kismamára, mind magzatára nézve életveszélyessé válhat!

Idegen szövet…

A gestosis általában a terhesség utolsó harmadában jelentkezik, körülbelül a 28. héttől. Az ÖPH-gestosis rövidítés magában foglalja a tüneteket:

- Ö: ödéma (folyadékfelhalmozódás a szövetekben);
- P: proteinuria (fehérjekiválasztódás a vizeletben);
- H: hipertenzió (140/90-nél magasabb vérnyomásérték).

A betegség eredete még nem tisztázott, különféle feltevésekre hagyatkozhatunk. Egyes szakértők az okot a nem megfelelő vagy hiányos táplálkozásra vezetik vissza. Mások szerint a tüneteket az anyai szervezet – idegen szövet által kiváltott – immunreakciója okozza. Az első gyermeküket váró kismamáknál, különösen, ha az édesanyja ugyancsak gestosisban szenvedett, szóba jöhetnek még genetikai adottságok is. Annak ellenére, hogy a szakemberek a betegség okával kapcsolatban még sötétben tapogatóznak, a kór lefolyása egyértelmű.

Figyelmeztető fájdalom

HELLP-szindróma esetén a vér alkotóira eshet szét, a máj-enzim értékek megnövekedhetnek, a véralvadás

problémássá válhat. A betegség a jobb oldali bordaív alatt jelentkező erős, hasi fájdalommal, szédüléssel, hányingerrel jár. Aki ezeket a tüneteket észleli magán, azonnal forduljon orvoshoz!

Nem minden ödéma veszélyes!

Terhesség alatt a kismamák vérének mennyisége mintegy másfél-két literrel növekszik. Ezt azért intézte így a bölcs természet, hogy se a placenta, se a magzat ne szenvedhessen hiányt. Normális esetben semmiféle megerőltetést nem jelent a mamajelölt szervezete számára a túlnyomórészt vízből álló vér termelése és továbbítása. A gestosis esetében azonban – valamilyen, eddig ismeretlen okból – az erek belső fala áttetszővé válik, s a vérben lévő víz átszivárog a szövetekbe, ahol ödéma képződik. A kismama lába megvastagszik, elnehezül, arca felpuffad, keze is ödémás lesz.

Fontos! Az ödéma a betegség első tünete lehet! Ugyanakkor fontos, hogy az eklampsziát bevezető ödémát megkülönböztessük attól az ártalmatlan vizesedéstől, ami a lábak felpolcolását követően eltűnik. A kezelést nem igénylő folyadékfelhalmozódás általában csak a terhesség 34–36. hetében jelentkezik.

A vészhelyzetet jelzik...

A korai – 28. hét körül – megjelenő ödémára az anyai szervezet megemelkedő vérnyomással reagál. Ez a gestosis következő tünete. Amikor a víz a vérből a szövetekbe szivárog, a vér besűrűsödik, lassabban kering, így a magzat kevés tápanyaghoz és oxigénhez jut. Ilyenkor olyan lassan kialakuló hiányállapot jöhet létre, amely már veszélyeztetheti a magzatot. Az anyai szervezet erre a vészhelyzetre úgy reagál, hogy érösszehúzó hormonokat bocsát ki, ezek pedig megemelik a vérnyomást, hogy a szervezet, s ezáltal a magzat vérellátása javuljon.

Jó tudni! A vérnyomás gestosisban hirtelen emelkedik, ezt azonban nem szabad összetéveszteni a terhesség előtt már meglévő krónikusan magas vérnyomással. Az állandó magas vérnyomás károsíthatja a veséket is, melyek ilyenkor több fehérjemolekulát engednek át. Meghatározott érték feletti fehérje a vizeletben a gestosis harmadik jele lehet.

Lappangó kórság?

Ritkán, de előfordulhat, hogy a betegség a vérnyomás megemelkedése nélkül zajlik. Ilyenkor a kismama rövid időn belül erősen „meghízik”, szervezete hetente több mint két liter vizet elraktároz. Ezzel párhuzamosan a vizeletéből nagyobb mennyiségű fehérje is kimutatható. Mivel ezen esetben az eklampszia – terhességben, illetve szüléskor fellépő rángógörcs – kockázata megnő, az orvosnak azonnal kórházi megfigyelésre kell beutalnia a kismamát.

Az élet sója?

A gestosis diagnosztizálása után a legfontosabb kérdés: mi is a teendő? Az érintett kismamáknak a szakértők azt

tanácsolják, igyanak sokat, hogy segítsék új, hígabb vér előállítását. Azért, hogy a víz ne távozzon a vérből, a szervezetnek szüksége van fehérjékre, B6-vitaminra és nátriumra. Tehát a kismamának mindig kiadósan kell étkeznie, enivalóit pedig érdemes jól megsózni. A tapasztalatok szerint ilyenkor az ödémák visszahúzódnak, és a vérnyomás is csökken. Ugyanakkor az emelt mennyiségű sóbevitel pozitív hatása tudományosan még nem bizonyított, az ezzel kapcsolatos vizsgálatok folyamatban vannak. Az érintett kismamáknak ezért érdemes ösztönökre, ízlelésükre hallgatniuk, és ajánlatos kerülniük a szélsőségeket.

Jó tanácsok: a gestosisos kismamáknak különösen figyelniük kell arra, hogy egészségesen, fehérje- és vitamindúsán, kiegyensúlyozottan táplálkozzanak! Óvják magukat a különböző lelki és fizikai terhektől, pihenjenek sokat! Ily módon stabilizálódhat az anyagcseréjük és csökkenhet a vérnyomásuk. A kór enyhe formái normális keretek közé szoríthatók, a tünetek megszűnhetnek, s végső soron a betegség ártalmatlan lefolyásúvá válhat!

Ellenkező esetben kórházi megfigyelés lehet indokolt, hogy a vérnyomást orvosi felügyelet mellett, kímélő gyógyszereléssel csökkentsék. Ez azért is fontos, hogy idejekorán felismerhessék az esetleges HELLP-szindrómát, mely a betegség súlyos komplikációs formája.

Időt kell nyerni…

A gestosis kezelésére irányuló mindenféle beavatkozás – legyen az a táplálkozás átállítása, gyógyszerelés, kórházi megfigyelés – arra irányul, hogy a leendő mama ellenőrzött keretek között „időt nyerjen”, és a koraszülés – ami a magzat életkilátásait csökkentheti – elkerülhetővé váljon. Ugyanakkor az anya egészségét sem szabad kockára tenni. Mivel a hosszan tartó magas vérnyomás következtében sérülhet a placenta, s a magzat nem jut elegendő táplálékhoz, fejlődésében visszamaradhat. Ezért az érintett kismamák magzatait az anyaméhben belül folyamatosan figyelik, és vizsgálják. „Normál” ultrahanggal mérik a baba nagyságát, így kiderül, normálisan fejlődik-e. A Doppler-ultrahang segítségével ellenőrizhető a vérkeringési sebessége a méh artériáiban. Így meg lehet figyelni a placentát és a köldökszinórt, amiből következtetni lehet a kicsi tápanyagokkal történő ellátásának megfelelő vagy elégtelen voltára. A CTG pedig a babaszívhang rögzítésével tájékoztat a magzat általános állapotáról. Mindeközben az orvosok csökkentik az anya vérnyomását. Így jó az esély arra, hogy a magzat zavartalanul fejlődjék, és az anyánál se jelentkezzenek veszélyes komplikációk. Kilenc hónap elteltével pedig a veszélyeztetett kismamák is boldogan tarthatják karjukban egészséges újszülöttjüket.

S. Gy.

Forrás: Ideál.hu