



ความดันโลหิตสูงในหญิงตั้งครรภ์

ความดันโลหิตสูง คือ ค่าความดันโลหิตมากกว่าหรือเท่ากับ 140/90 มิลลิเมตรปรอท เป็นสาเหตุการตายของมารดาและทารกที่พบได้บ่อยเป็นอันดับต้น ๆ ของการตั้งครรภ์

เกิดจากความไม่สมดุลของสารเคมีที่ร่างกายสร้างขึ้นขณะตั้งครรภ์ ทำให้หลอดเลือดตีบตัวมากกว่าปกติและมีน้ำรั่วซึมออกมาจากหลอดเลือด ส่งผลให้เกิดแรงดันในหลอดเลือดสูงและมีอาการบวม ผลของหลอดเลือดที่ตีบแคบ ทำให้เลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ได้น้อยลง รวมทั้งทารกในครรภ์ด้วย

อาการและอาการแสดง

- ▶ น้ำหนักเพิ่มมากกว่าปกติประมาณ 1-2 กก./สัปดาห์ (ปกติ 0.5 กก./สัปดาห์)
- ▶ บวมมากขึ้น คุณแม่จะรู้สึกหนักเท้า เปลือกตาบวม กดหน้าแข้งจะมีรอยบุ๋ม แหวนที่เคยใส่ได้จะคับแน่นขึ้น
- ▶ ตรวจพบโปรตีนในปัสสาวะ
- ▶ ปวดศีรษะ ตาพร่ามัว อาเจียนพุ่ง
- ▶ เจ็บแน่นบริเวณลิ้นปี่ หายใจไม่สะดวก
- ▶ หายใจหอบเหนื่อย ชีพจร ชัก

ผลของความดันโลหิตสูงในระยะรุนแรง (ครรภ์เป็นพิษ)

ผลต่อมารดา

1. เลือดออกในสมอง อาจเสียชีวิตได้
2. ไตวายเฉียบพลัน น้ำคั่งในปอด
3. การแข็งตัวของเลือดผิดปกติ ทำให้เลือดออกง่าย แต่หยุดยาก ตกเลือดก่อนและหลังคลอดได้ง่าย
4. อาจเกิดภาวะตาบอดชั่วคราว จะดีขึ้นภายใน 10-14 วันหลังคลอด
5. ตับแตก หัวใจล้มเหลว
6. บาดเจ็บจากการชัก เช่น กัดลิ้น ตกเตียง
7. อาจต้องยุติการตั้งครรภ์ โดยไม่คำนึงถึงอายุครรภ์ ถ้าโรครมีความรุนแรงมากจนเป็นอันตรายต่อมารดา



ผลต่อทารก



เนื่องจากเลือดไปเลี้ยงมดลูกน้อยลง ทำให้รกเสื่อม มีผลต่อทารก

1. แห้ง ทารกเสียชีวิตในครรภ์และระยะแรกเกิด
2. คลอดก่อนกำหนด จากรกหลุดตัวก่อนกำหนด และการยุติการตั้งครรภ์เพื่อการรักษา
3. เจริญเติบโตช้าในครรภ์ จากการได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ ทำให้แรกเกิด น้ำหนักน้อย ไม่แข็งแรง



การปฏิบัติตัวสำหรับหญิงตั้งครรภ์ ที่มีความดันโลหิตสูง



1. การพักผ่อน ควรนอนพักผ่อนเพียงพอให้มาก นอนตะแคงซ้าย เพื่อให้เลือดไปเลี้ยงมดลูกและทารก ได้ดีขึ้น
2. การรับประทานอาหาร
 - ▶ ไม่ต้องงดเกลือ เพียงลดการใช้ลง
 - ▶ จำกัดอาหารพวกแป้ง น้ำตาล ของมัน + ทอด
 - ▶ เพิ่มอาหารโปรตีน เช่น เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่ นม ถั่ว เพื่อชดเชยโปรตีนที่สูญเสีย ออกมากับปัสสาวะ ช่วยลดความรุนแรงของโรค
 - ▶ รับประทานอาหารที่มีกาก เช่น ผัก ผลไม้ เพื่อช่วยในการขับถ่ายอุจจาระ เพราะการจำกัดกิจกรรม จะทำให้ลำไส้เคลื่อนไหวน้อย เกิดอาการท้องผูกได้ง่าย



3. ไม่ทำงานหนัก หรือทำงานติดต่อกัน โดยไม่ได้พัก แบ่งเบาภาระงานให้ผู้อื่นช่วย เช่น งานบ้าน
4. หลีกเลี่ยงความเครียด ความวิตกกังวล ไม่อยู่ในสถานที่แออัด เสียงดัง ร้อนอบอ้าว อากาศถ่ายเทไม่สะดวก
5. นับและบันทึกการดิ้นของลูก ตามเกณฑ์ทุกวัน ถ้าผิดปกติให้มาโรงพยาบาลทันที
6. มาฝากครรภ์ตามนัดทุกครั้ง และรับประทานยา ลดความดันโลหิตอย่างต่อเนื่องทุกวัน (ถ้ามี) ห้ามหยุดยาเอง
7. สังเกตอาการผิดปกติที่ต้องมาโรงพยาบาลทันที คือ ปวดศีรษะมาก ตาพร่ามัว บวมมาก ปัสสาวะออกน้อย ลูกดิ้นน้อยกว่าปกติหรือไม่ดิ้น จุกแน่นหน้าอก หายใจไม่สะดวก หายใจหอบเหนื่อย ชีพจร ปวดท้องหรือมีเลือดออกทางช่องคลอด เพราะเป็นอาการของความดันโลหิตสูงระดับรุนแรงและอาการนำก่อนชัก



ความดันโลหิตสูง ในหญิงตั้งครรภ์



SCAN ME

ด้วยความปรารถนาดี...

โรงพยาบาลมหาราชนครศรีธรรมราช

โทรศัพท์ 075 - 340250

โทรสาร 075 - 343066