

## Povišen pritisak u trudnoći



Najopasniji trio bolesti u trudnoći čine krvarenje, infekcija i hipertenzija. Pojedinačno ili u kombinaciji vitalno ugrožavaju trudnicu i plod i neretko vode u smrt i plod i majku. Ljudi se plaše vidljivih opasnih situacija i krvarenje u trudnoći ih hitno dovodi do lekara. Infekciju ako je manifestna svi shvataju ozbiljno. Povišenog pritiska u trudnoći plaše se najviše lekari jer znaju da je ovo tihi ubica, koji strpljivo čeka da se pojavi u nekoliko oblika : preeklampsija, eklampsija i HELLP sindrom ( kada pomoći često nema ). Svako povećanje pritiska u trudnoći iznad 140/90 mmHg zvono je za uzbunu, koje treba čuti a ne zavući glavu u frižider, koju kod pojedinih trudnica vrlo često tokom trudnoće možemo onde i videti, a sve uz blaženi osmeh i izjavu: „ ... jedem za dvoje ...“.

Svaka 12 trudnica ima povišen pritisak u trudnoći. Od 100 000 trudnoća dve obolele trudnice od ove bolesti neće dočekati starost uz unuke.

Bolest je još opasnija ako se jave otoci po telu i proteini u mokraći.

Kojim trudnicama rastu šanse za PIH – om ( pregnancy induced hypertension – trudnoćom izazvana hipertenzija)? - gojaznim, prvoročnicama, posebno mlađim od 20 ili starijim od 35 godina, trudnicama čije majke su imale sličan problem, trudnicama sa višeplođnom trudnoćom, trudnicama sa povišenom količinom plodove vode, obolelim od šećerne bolesti, obolelim od hronične insuficijencije bubrega, obolelim od hipertenzije, trudnicama koje žive u lošim higijenskim i socijalnim uslovima, koje rade težak i stresan posao, hrane se nekvalitetno a malo se kreću. Prepoznaje li se neka trudnica u ovom spisku?

Proleće i jesen su godišnja doba u kojima se trudnicama češće javlja povišen pritisak.

Trudnice se češće prevremeno porode ili nose plodove koji zaostaju u rastu.

Sve moguće teorije su predstavljene ali nijedna nije objasnila precizno zašto dolazi do PIH-a.

Sumnja se da bolest nastaje zbog poremećaja u formiranju posteljice, zbog procesa koji skupljaju krvne sudove i stvaraju mikrotrombove. Kao uzrok pominje se imunološka netolerancija majke na sopstveni plod, jer sadrži očeve antigene ili sistemska inflamatorna reakcija.

Nema leka za ovu bolest, ne može se sprečiti, leče se samo posledice.

Šta nam valja činiti :

- Ne jesti presoljenu hranu
- Redovne kontrole kod vašeg ginekologa

- Izbegavati suhomesnate proizvode
- Umerena fizička aktivnost
- Redovan unos vitamina i minerala, naročito vitamina E, vitamina C, kalcijuma, magnezijuma
- Omega 3 masne kiseline obavezne su u ishrani trudnice
- Korisne su male doze Aspirina
- Kada se bolest razvije mora se povišen pritisak lečiti antihipertenzivima, a kod eklampsije daju se magnezijum sulfat i čuveni, nikad iscrpljeni Bensedin
- Kada vidimo da je vrag odneo šalu porođaj je najbolje rešenje, jer dok je posteljice održavaće se i PIH.

Povišen pritisak u trudnoći je uz prevremeni porođaj centralni problem perinatologije. Koliko god se ginekolozi trude da kontrolišu ovo oboljenje toliko i trudnica mora da bude savesna i odgovorna prema sebi i plodu.