



## معلومات لك

### مقدمات الارتعاج

#### لمحة عن هذه المعلومة

مقدمات الارتعاج هي مضاعفات تحدث أثناء مرحلة الحمل وتتسبب لك عادة في ارتفاع معدل ضغط الدم وزيادة البروتين في بولك. من الممكن أن تجعلك تشعرين بصحة غير جيدة وتؤثر على نمو وصحة طفلك الرضيع.

تم إعداد هذه المعلومات لك في حال تم تشخيصك بالإصابة بمقدمات الارتعاج أو كنت ترغبين بمعرفة المزيد عنها. قد تكون هذه المعلومات مفيدة أيضا إذا كنت شريكا أو قريبا أو صديقا لشخص ما يمر في هذه الحالة.

تهدف هذه المعلومات إلى مساعدتك على فهم صحتك وخياراتك للعلاج والرعاية بشكل أفضل في الوقت الحالي وفي المستقبل. وفريق الرعاية الصحية الخاص بك يقف إلى جانبك لمساعدتك في اتخاذ القرارات المناسبة لك. حيث يمكنهم المساعدة من خلال المناقشة معك حول وضعك والإجابة على أسئلتك.

في هذه النشرة قد نستخدم مصطلحي «امرأة» و «نساء». وبالرغم من ذلك، نحن نعلم أنه ليس فقط الأشخاص الذين يعرفون بالنساء هم الذين قد يرغبون في الوصول إلى هذه النشرة للحصول على معلومات حول اختياراتهم التي تتعلق بالولادة. إن رعايتك يجب أن تكون مناسبة وشاملة وحساسة لاحتياجاتك مهما كانت هويتك الجنسية.

يتوفر معجم للمصطلحات الطبية على صفحة الويب الخاصة بالكلية الملكية لأمراض النساء والتوليد:

<https://www.rcog.org.uk/for-the-public/a-z-of-medical-terms/>.

#### النقاط الأساسية

- مقدمات الارتعاج هي حالة تؤثر على ١ - ٥ من ١٠٠ امرأة حامل.
- تشخيص هذه الحالة يتم عادة في النصف الثاني من مرحلة الحمل أثناء المخاض أو في وقت قريب بعد الولادة.
- علامات الإصابة بمقدمات الارتعاج تشمل ارتفاع ضغط الدم (فرط ضغط الدم) وزيادة البروتين في البول (البيلة البروتينية).
- على الرغم من أن الكثير من الحالات تكون خفيفة إلا أن مقدمات الارتعاج قد تؤدي في بعض الأحيان إلى مضاعفات خطيرة لك ولطفلك.
- ربما يتم تقديم الأدوية لك لخفض ضغط الدم المرتفع لكن مقدمات الارتعاج لن تتحسن إلا بعد الولادة.
- إذا كنت مصابة بمقدمات الارتعاج فأنت أكثر عرضة لارتفاع مستوى ضغط الدم والسكتة الدماغية وأمراض القلب في وقت لاحق من حياتك.

## ما هي مقدمات الارتعاج؟

مقدمات الارتعاج هي حالة عادة ما تحدث بعد ٠٢ أسبوعا من الحمل. إن السبب الدقيق وراء مقدمات الارتعاج ليس مفهوما بعد. عادة ما يكون خليطا من:

- ارتفاع ضغط الدم (فرط ضغط الدم)
- البروتين في البول (البيلة البروتينية).

في بعض الأحيان فإن مقدمات الارتعاج من الممكن أن تؤثر على الكبد والكلى وتختثر الدم لديك بدون وجود بروتين في البول.

تعتبر مقدمات الارتعاج أمرا شائعا حيث تصاب به ما بين ١ - ٥ من ١٠٠ امرأة أثناء مرحلة الحمل. عادة ما تكون هذه الإصابات عبارة عن حالات خفيفة، ولكن لعدد قليل من الحالات يمكن أن تتطور إلى مرض أكثر خطورة. حيث تتعرض واحدة من ١٠٢ امرأة لمقدمات الارتعاج الشديدة التي من الممكن أن تهدد كلاً من حياتك أنت وطفلك.

تعتبر مقدمات الارتعاج أمرا شائعا حيث تصاب به ما بين ١ - ٥ من ١٠٠ امرأة أثناء مرحلة الحمل. عادة ما تكون هذه الإصابات عبارة عن حالات خفيفة، ولكن لعدد قليل من الحالات يمكن أن تتطور إلى مرض أكثر خطورة. حيث تتعرض واحدة من ١٠٢ امرأة لمقدمات الارتعاج الشديدة التي من الممكن أن تهدد كلاً من حياتك أنت وطفلك.

## كيف سأعرف إذا أصبت بمقدمات الارتعاج؟

في الغالب لن تظهر أية أعراض وقد يتم تشخيص الإصابة بمقدمات الارتعاج للمرة الأولى خلال المواعيد الروتينية السابقة للولادة أو أثناء المخاض عندما يتم فحص ضغط الدم وفحص البول.

إذا ظهرت عليك الأعراض فإنها عادة ما تحدث في نهاية مرحلة الحمل ولكن من الممكن أن تحدث بعد الولادة أيضا للمرة الأولى فقط.

تتضمن أعراض مقدمات الارتعاج:

- صداع شديد لا يزول بمسكنات الألم البسيطة
  - مشاكل في بصرك مثل عدم وضوح الرؤية أو ظهور وميض أمام عينيك
  - ألم شديد تشعرين به أسفل أضلاعك مباشرة
  - حرقة لا تزول بمضادات الحموضة
  - يزداد تورم وجهك أو يديك أو قدميك بسرعة
  - غثيان وقيء
  - الشعور بوعكة شديدة.
- من المحتمل أن تكون هذه الأعراض خطيرة ويجب عليك طلب المساعدة الطبية على الفور في حالة ظهور أي منها.

## ماذا تعني مقدمات الارتعاج بالنسبة لي؟

إذا أصبت بمقدمات الارتعاج الشديدة فإن الأعضاء مثل الكبد أو الكلى أو المخ قد تتأثر أحيانا وقد تصابين بمشاكل في تختثر الدم.

إذا كنت تعاني من تشنجات بسبب مقدمات الارتعاج فإنها تسمى نوبة ارتعاجية أو تسمم الحمل. نادرا ما يحدث هذا حيث يؤثر على واحدة فقط من بين كل ١٠٠٠٤ حالة حمل في المملكة المتحدة.

## ماذا تعني مقدمات الارتعاج بالنسبة لطفلي؟

تؤثر مقدمات الارتعاج على مدى صحة عمل المشيمة (ما بعد الولادة). حيث يمكن أن يؤثر ذلك على نمو طفلك مما يعني أنه سيكون أصغر مما ينبغي. فإذا تأثرت المشيمة بشكل كبير فقد يصاب طفلك بتوسع شديد أو حتى في بعض الحالات من المحتمل أن يموت في الرحم.

إذا أصبت بمقدمات الارتعاج الشديدة مما يجعلك أنت أو طفلك بصحة غير جيدة فقد يحتاج طفلك إلى الولادة المبكرة (قبل ٧٣ أسبوعا). حيث أن الأطفال الخدج هم عرضة بشكل أكبر للمضاعفات التي تؤثر على صحتهم وقد يحتاجون إلى رعاية في وحدة العناية المشددة لحديثي الولادة.

## من التي تعتبر عرضة لخطر مقدمات الارتعاج وهل ممكن منع حدوث ذلك؟

من الممكن حدوث مقدمات الارتعاج في أي حمل ولكنك أكثر عرضة لهذا الخطر إذا:

- كان ضغط دمك مرتفعا بالفعل قبل أن تصبحي حاملا
- كان ضغط دمك مرتفعا في مرحلة الحمل السابقة
- كان لديك مشاكل صحية مثل مرض الكلى أو في حالة تؤثر على جهاز المناعة مثل مرض الذئبة.
- كان لديك داء السكري من النوع الأول أو الثاني.

إذا كان أي من هذه الحالات ينطبق عليك، فمن المفضل لك تناول الأسبرين (0.01-0.07 م.ج) مرة واحدة يوميا بعد ٢١ حتى ٦٣ أسبوعا من الحمل وذلك لتقليل احتمالية إصابتك بمقدمات الارتعاج.

قد تكونين أيضا عرضة لخطر الإصابة بمقدمات الارتعاج إذا انطبقت عليك أكثر من حالة مما يلي:

- هذه هي مرحلة الحمل الأولى لك
  - بلغت من العمر ٤٠ عاما وما فوق
  - مر أكثر من ١٠ سنوات على آخر مرحلة حمل لك
  - وزنك زائدا - لديك IMB (مؤشر كتلة الجسم) يعادل ٥٣ أو أكثر
  - والدتك أو أختك قد تعرضوا لمقدمات الارتعاج خلال حملهن
  - أنت حامل بأكثر من طفل (توأم إثنين أو توأم ثلاثة أو أكثر).
- إذا كنت لديك من عوامل الخطر هذه أكثر من حالة واحدة فيجب أن تتناولي الأسبرين مرة واحدة يوميا بعد ٢١ أسبوعا من الحمل.

## كيف تتم المراقبة في حالة الإصابة بمقدمات الارتعاج؟

إذا تم تشخيص حالتك بالإصابة بمقدمات الارتعاج فسيتم الكشف لك عن خطة رعاية شخصية بناء على عدد أسابيع حملك ومدى ارتفاع ضغط الدم لديك وما إذا كانت هناك أية مخاوف بشأن صحتك أو بصحة طفلك.

اعتمادا على مدى شدة الإصابة بمقدمات الارتعاج فسيتم إما الموافقة على دخولك إلى المستشفى للمراقبة وتلقي العلاج أو ستعرض عليك المراقبة في عيادة خارجية مع مواعيد متابعة منتظمة (بشكل يومي في بعض الأوقات). سيتم فحص ضغط الدم لديك بشكل متكرر وإذا كان ضغط الدم مرتفعا جدا فقد يوصى لك بتناول الأقراص. ستخضعين لفحوصات دم منتظمة وسيعرض عليك فحص بالموجات فوق الصوتية كل أسبوعين على الأقل وذلك للتأكد من أن طفلك ينمو بشكل طبيعي.

## متى سوف يولد طفلي؟

ستستمرين بالخضوع للمراقبة عن كثب للتأكد أنه بإمكانك المتابعة بالحمل بشكل آمن. إذا وصلت للأسبوع ٧٣ من الحمل أو تم تشخيصك بالإصابة بمقدمات الارتعاج بعد ٧٣ أسبوعا من الحمل فسوف يوصى لك بولادة طفلك. سوف يوصى لك بولادة طفلك قبل ٧٣ أسبوعا إذا أصبحت أو أصبح طفلك بصحة غير جيدة. قد يعني هذا أن طفلك يحتاج للولادة المبكرة، لذا سيوصى لك بإجرائها إذا شعر فريق الرعاية الصحية الخاص بك بأنها ستكون أكثر أمانا لك من الاستمرار في الحمل. إن المخاطر والفوائد التي ستلحق بكما أنت وطفلك سيتم مناقشتها معك للتمكن من اتخاذ قرار معلوم.

ستعتمدان في خيارك للولادة على ظروفك الشخصية ولكنها ستضمن إما تحفيز المخاض أو الولادة القيصرية المخطط لها سابقا.

## ماذا يحدث إذا تعرضت للإصابة بمقدمات الارتعاج الشديدة؟

إذا تعرضت للإصابة بمقدمات الارتعاج الشديدة سيتم إدخالك المستشفى ورعايتك من قبل فريق مختص. من المحتمل أنك ستحتاجين للرعاية في وحدة التبعية العالية أو وحدة الرعاية المركزة. مرحلة العلاج من الممكن أن تتضمن العقاقير الطبية (إما الأقراص أو عن طريق القطارة) وذلك لخفض مستوى ضغط الدم والتحكم به. ومن الممكن أن يقدم لك دواء يسمى كيريتات المغنيزيوم لتقليل احتمالية تعرضك لنوبة ارتعاجية. كما أنه من الممكن استخدام هذا الدواء لعلاج الارتعاج إذا ما تعرضت بالفعل لنوبة. إن الطريقة الوحيدة لعلاج مقدمات الارتعاج هي أن تتم ولادة طفلك. تعتبر كل مرحلة حمل فريدة من نوعها حيث أن التوقيت الذي ستلدين فيه بالإضافة إلى الطريقة التي سيولد بها طفلك، كلا الحالتين ستم بناء على وضعيتك الشخصية. سيناقش معك فريق الرعاية الصحية الخاص بك حول جميع خياراتك.

## ماذا يحدث بعد الولادة؟

تختفي مقدمات الارتعاج بعد الولادة ومع ذلك قد تستمر المضاعفات بالظهور في غضون الأيام القليلة الأولى وسوف تستمر مراقبتك عن كثب. من المرجح أنك ستحتاجين للبقاء في المستشفى بعد الولادة لعدة أيام أكثر من الحالة الطبيعية. ستكونين في حاجة لفحص ضغط الدم بشكل منتظم بعد مغادرة المستشفى وربما ستحتاجين لمتابعة تناول الأدوية للتحكم بمستوى ضغط الدم لعدة أسابيع.

إن فريق الرعاية الصحية الخاص بك سيقوم بالتأكد من أن أي أدوية تحتاجين لها تعتبر آمنة للاستخدام إذا كنتي في مرحلة الرضاعة الطبيعية. إذا احتاج طفلك للموافقة على دخوله إلى وحدة حديثي الولادة فلا يزال بإمكانك استدرار الحليب لإعطائه له. كيفما أردت إطعام طفلك ستلتقين الدعم للقيام بذلك.

يجب أن تقومي بالمتابعة الطبية مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك بعد ٦-٨ أسابيع من الولادة. إذا ما زال عليك تناول الدواء لعلاج ضغط الدم في هذه المرحلة أو لا يزال هناك بروتين في البول فقد تتم إحالتك إلى أخصائي لإجراء مزيد من الفحوصات.

## كيف سأشعر بعد الولادة؟

قد تكون تجربة الحمل أو الولادة المعقدة أمرا مزعجا لك ولعائلتك خاصة إذا كان طفلك بحاجة للانتقال إلى وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة أو كان عليك الإقامة في المستشفى لمدة طويلة. إذا كنت تشعرين بالقلق المستمر أو تدني الحالة المزاجية أو أنك بحاجة إلى دعم إضافي، يجب عليك التحدث مع أخصائي الرعاية الصحية الخاص بك.

## هل سأتعرض لمقدمات الارتعاج أثناء مرحلة الحمل في المستقبل؟

من المحتمل الإصابة بمقدمات الارتعاج أثناء مرحلة الحمل في المستقبل. احتمال حدوث ذلك يعتمد على مدى احتياج طفلك للولادة المبكرة

- ستتعرض امرأة من كل ثلاث نساء لمقدمات الارتعاج أثناء مرحلة الحمل في المستقبل إذا احتاج طفلهن إلى الولادة بعد ٨٢-٤٣ أسبوعاً من الحمل.
- ستتعرض امرأة من كل أربعة نساء لمقدمات الارتعاج أثناء مرحلة الحمل في المستقبل إذا احتاج طفلهن إلى الولادة بعد ٤٣-٧٣ أسبوعاً من الحمل.
- ستتعرض امرأة من كل ستة نساء لمقدمات الارتعاج أثناء مرحلة الحمل في المستقبل إذا احتاج طفلهن إلى الولادة بعد ٧٣ أسبوعاً من الحمل.

يجب أن تتلقى المعلومات حول احتمالية إصابتك على المستوى الشخصي بمقدمات الارتعاج أثناء مرحلة الحمل في المستقبل وحول أي رعاية إضافية قد تحتاجي إليها. إذا كنت قد تعرضت للإصابة بمقدمات الارتعاج في وقت ما أثناء الحمل فينصح بتناول أقراص الأسبرين (٥٧-٠٠١ م.ج) بعد مرور ٢١ أسبوعاً على أي حمل في المستقبل وذلك لتقليل خطر حدوثه مرة أخرى. يجب عليك التواصل مع فريق الرعاية الصحية الخاص بك في أقرب وقت ممكن أثناء أي مرحلة حمل في المستقبل بهدف وضع خطة رعاية لحملك.

## كيف ستؤثر الإصابة بمقدمات الارتعاج على صحتي في المستقبل؟

إذا كنت مصابة بمقدمات الارتعاج فأنت أكثر عرضة لارتفاع مستوى ضغط الدم والسكتة الدماغية وأمراض القلب في وقت لاحق من حياتك.

أمر بإمكانك القيام بها للحد من هذا الخطر ومن ضمنها:

- تجنب التدخين
- اتباع نمط حياة صحي
- المحافظة على الوزن الصحي

## ما هو الدعم المتوفر وماذا يعني لنا هذا في المستقبل؟

أنت وشريكك عليكما تلقي المتابعة من قبل أخصائي صحة. من المرجح القيام بهذا داخل عيادة مخصصة للإجهاض المتكرر. سيتحدث طبيبك الخاص إليكما حول حالتكم الشخصية وعن مدى إمكانياتكم القيام بعملية إجهاض والحصول على حمل ناجح مستقبلاً. إذا رأينا أنه يوجد دافع لذلك فنقدم لكم خيارات العلاج الممكنة لتحسين فرصتكم بالحصول على حمل ناجح.

من الجدير بالذكر أن غالبية الأزواج سيتمكنون من الحصول على حمل ناجح في المرة التالية حتى بعد القيام بثلاث عمليات إجهاض متتالية.

## معلومات إضافية

المعهد الوطني للصحة وجودة الرعاية (NICE) - فرط ضغط الدم أثناء الحمل: التشخيص والإشراف

[نبذة | فرط ضغط الدم أثناء الحمل: التشخيص والإشراف | الإرشادات | NICE](#)

معلومات من موقع NHS الرسمي: <https://www.nhs.uk/conditions/pre-eclampsia/symptoms>

الإجراءات المتخذة فيما يتعلق بمقدمات الارتعاج: [www.apec.org.uk](http://www.apec.org.uk)

معلومات من موقع Tommy's:

<https://www.tommys.org/pregnancy-information/pregnancy-complications/pre-eclampsia-information-and-support>

تتوفر القائمة الكاملة بالمنظمات المفيدة في هذا المجال (بالإضافة إلى ما ذكر أعلاه) على صفحة الويب الخاصة بـ RCOG :

<https://www.rcog.org.uk/for-the-public/other-sources-of-help>

# الاختيار

## قم بطرح 3 أسئلة



إذا طلب منك اتخاذ قرار، فقد يكون لديك الكثير من الأسئلة التي تريد طرحها. قد ترغب أيضاً في التحدث عن خياراتك مع عائلتك أو أصدقائك. ربما يكون مفيداً كتابة قائمة بالاستفسارات التي تود الحصول على إجابات عليها عند الذهاب إلى موعدك الطبي.

ما هي اختياري؟

كيف أحصل على الدعم لمساعدتي في اتخاذ القرار المناسب لي؟

ما هي إيجابيات وسلبيات كل خيار بالنسبة لي؟

\*تستند تقنية أسأل 3 أسئلة إلى أبحاث Shepherd HL وآخرين. 3 أسئلة يمكن للمرضى طرحها لتحسين جودة المعلومات التي يقدمها الأطباء حول اختيارات العلاج: تجرئة تعابرية تعليم وتقديم المشورة للمريض، 85-379:84;2011

<https://aqua.nhs.uk/resources/shared-decision-making-case-studies/>

### المصادر والتقدير

تم إعداد هذه المعلومات من قبل لجنة معلومات المرضى لدى الكلية الملكية لأمراض النساء والتوليد (RCOG). وذلك استناداً على الدليل الإرشادي الخاص بـ [NICE حول فرط ضغط الدم أثناء الحمل](#) الذي تم نشره في شهر حزيران من عام ٢٠١٠م. يحتوي الدليل الإرشادي على قوائم كاملة بمصادر الأدلة المستخدمة.