



راهنمای پرستاری آموزش خودمراقبتی به بیمار، حین بستری

پره اکالامپسی و اکالامپسی

❖ رژیم غذایی

✓ رژیم غذایی کم نمک استفاده کنید.

✓ 6 تا 8 لیوان آب روزانه بنوشید.

❖ فعالیت

✓ دفعات استراحت خود را افزایش دهید. این اقدام برای کنترل پره اکالامپسی مهم است. برای کمک به جریان خون بیمار بهتر است به پهلو چپ بخوابید.

✓ در بستر پاها را حرکت دهید، تا از لخته شدن خون در پاها پیشگیری شود.

✓ برای خروج از بستر، ابتدا مدتی در لبه تخت نشسته و پاها را آویزان نمائید، در صورت نداشتن سرگیجه، تاري دید و ... با کمک تیم مراقبتی راه بروید.

❖ مراقبت

✓ اکالامپسی (مسمومیت بارداری) به خاطر احتمال تشنج به مراقبت در بیمارستان و گاهی زایمان زودرس (غالباً سزارین) نیاز دارد.

✓ آزمونهای تشخیصی می توانند شامل بررسی های آزمایشگاهی خون، بررسی ادرار ۲۴ ساعته و سایر موارد برای رد کردن عوارض باشند.

✓ بیشتر مواقع استراحت کنید و بر روی دست چپ بخوابید.

✓ در محیطی آرام و بدون وجود عوامل محرک و با نور کم استراحت کنید.

✓ همچنین باید روزانه تعداد دفعات ضربه زدن یا حرکت جنین را گزارش کنید.

✓هنگام کنترل فشار خون بهتر است بر روی دست چپ بخواهید و از دست چپ شما فشار گرفته شود.

✓در صورت بروز سردرد شدید یا اختلال دید، به پرستار اطلاع دهید.

♦ دارو

✓تجویز داروهای ضد پرفشاری خون ، در صورت لزوم برای پایین آوردن فشار خون، عموماً تنها اقدام توصیه شده در موارد حاد است مگر این که بیمار قبل از بارداری تحت درمان برای پرفشاری خون باشد.

✓داروهای ضد تشنج جهت پیشگیری از تشنج تجویز می شوند.

✓داروها طبق دستور پزشک در زمان های معین توسط پرستار داده می شود.

References : 1. clinicalkey 2. mayoclinic 3. Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing 4. familydoctor 5. Betterhealth

تهیه شده در واحد آموزش سلامت بیمارستان افصلی پور کرمان. بهار 1403

034 31328143

پره اکلامپسی چیست؟