

# High Blood Pressure in Pregnancy

Blood pressure is the force put on the walls of your blood vessels as blood travels through your body. Blood pressure helps pump blood to your body.

## Taking Your Blood Pressure

Blood pressure is often checked by putting a wide band called a cuff around your upper arm. Air is pumped into the cuff. Your blood pressure is measured as the air is let out of the cuff.

Blood pressure is one number over a second number.

- The top number is higher and is called the systolic reading. It is the pressure in the blood vessels when the heart pumps.
- The bottom number is lower and is called the diastolic reading. It is the pressure in the blood vessels when the heart rests between beats.

## Normal Blood Pressure

Normal blood pressure is 120 over 80 or less. Blood pressure varies from person to person. Each person's blood pressure changes from hour to hour and from day to day.

## High Blood Pressure

High blood pressure is also called hypertension. High blood pressure is 140 over 90 or higher. A diagnosis of high blood pressure is not made until your blood pressure is checked several times and it stays high.

## High Blood Pressure and Pregnancy

High blood pressure can be dangerous for pregnant women and their unborn babies. Women with high blood pressure before pregnancy may have more problems during pregnancy.

Some women get high blood pressure while they are pregnant. High blood pressure during the second half of the pregnancy is called gestational hypertension.

# 임신 중 고혈압

혈압이란 피가 몸 안을 이동하면서 혈관 벽에 닿는 압력을 말합니다. 혈압은 피가 몸 안으로 돌도록 펌프 작용을 해줍니다.

## 혈압 재기

혈압은 소위 커프 (cuff) 라고 부르는 넓은 완대를 팔 위에 감고 검사합니다. 완대 안으로 공기를 펌프해 넣습니다. 공기가 완대로 빠져나오면서 혈압이 측정됩니다.

혈압 수치는 두 개로 표시됩니다.

- 더 높은 위 번호는 수축기압이라고 부릅니다. 이 수치는 심장이 뿜 때 혈관 안에 압력을 표시합니다.
- 낮은 아래 번호는 확장기압이라고 부릅니다. 이 수치는 심장이 박동과 박동 사이 쉬고 있을 때 혈관 안에 압력을 표시합니다.

## 정상 혈압

정상 혈압은 120/80 또는 이 미만입니다. 혈압은 사람마다 다릅니다. 어떤 사람의 혈압은 시간마다 또는 그날 그날 변합니다.

## 고혈압

높은 혈압을 고혈압이라고 부릅니다. 고혈압은 140/90 또는 그 이상입니다. 혈압이 높다고 진단을 받으려면 혈압을 서너번 측정한 결과 그 수치가 계속 높아야 합니다.

## 고혈압과 임신

임산부나 태아에게 고혈압은 위험합니다. 임신 전에 고혈압인 여성은 임신 중 문제가 많이 생길 수 있습니다.

어떤 여성은 임신 중에 고혈압이 됩니다. 임신 후 반기에 고혈압은 임신성 고혈압이라고 부릅니다.

Without treatment, high blood pressure during pregnancy can cause a small or ill baby and problems for the mother.

## **Signs of High Blood Pressure in Pregnancy**

The only way to know if you have high blood pressure is to have it checked. Most people do not have any signs.

## **Your Care**

If you have high blood pressure:

- Check your blood pressure often.
- Go to your regular doctor visits to check you and your baby.
- Take your blood pressure medicine as ordered by your doctor. Take your medicine even if you feel well.
- Limit salt intake.
- Exercise most every day.
- Get plenty of rest. Lie on your left side to give your baby the most oxygen. Ask for help if you work or have other small children.
- Reduce stress.

## **Gestational Hypertension**

Your doctor will check your health during pregnancy to watch for gestational hypertension. Gestational hypertension can progress to pre-eclampsia or eclampsia. This can affect the placenta, and the mother's kidneys, liver, and brain.

## **Signs of Preeclampsia**

- Headache
- Heartburn
- Blurred vision or seeing spots
- Difficulty breathing or shortness of breath
- Pain in the upper right side of the stomach

If you have high blood pressure and seizures, it is called eclampsia.

임신 중 고혈압은 치료를 받지 않으면 저체중의 아기 또는 병이 있는 아기를 낳게 되고 산모에게도 문제가 생깁니다.

## 임신 중 고혈압 징조

자신이 고혈압인지 확인하는 유일한 방법은 검사를 해보는 것입니다. 대부분의 사람들은 별 징조가 나타나지 않습니다.

## 관리 방법

혈압이 높으면:

- 혈압을 자주 검사하십시오.
- 임신 중 의사를 정기적으로 방문하여 산모와 태아의 상태를 확인하십시오.
- 의사의 지시대로 고혈압 약을 드십시오. 몸상태가 좋아도 계속 약을 드셔야 합니다.
- 소금 섭취를 줄이십시오.
- 매일 운동을 하십시오.
- 충분한 휴식을 취하십시오. 왼쪽으로 누르면 아기에게 산소 공급이 더 많이 됩니다. 일을 하거나 다른 어린 자녀들이 있으면 도움을 청하십시오.
- 스트레스를 줄이십시오.

## 임신성 고혈압

고혈압이 없는지 의사가 임신 중 건강을 점검할 것입니다. 임신성 고혈압은 임신자간으로 발전합니다. 이렇게 되면, 태반, 산모의 신장, 간, 그리고 뇌에 영향을 줍니다.

## 임신자간 증상

- 두통
- 속쓰림
- 시각이 흐려지거나 점이 보임
- 호흡 곤란 또는 숨이 가쁘다
- 복부 위 오른쪽에 통증

고혈압과 발작이 같이 있으면 자간증이라고 부릅니다.

High Blood Pressure in Pregnancy. Korean.

Treatment for gestational hypertension may include lowering your blood pressure with bed rest or medicines, a hospital stay, or delivery of your baby.

Talk to your doctor **right away** if you have any of these signs or have any questions or concerns.

임신성 고혈압의 치료로는 침대 요양과 약물 치료, 입원, 또는 분만 등으로 혈압을 낮추는 방법이 있습니다.

이러한 증상이 있거나 질문이나 문제가 있으시면 의사에게 즉시 알려십시오.

High Blood Pressure in Pregnancy. Korean.

5/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at [www.healthinfotranslations.com](http://www.healthinfotranslations.com).