

Підвищений кров'яний тиск при вагітності

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. You may hear your doctor say 110 over 72 (110/72), for example.

- 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.

Кров'яний тиск – це сила, з якою кров тисне на стінки кровоносних судин під час переміщення тілом. Кров'яний тиск допомагає прокачувати кров по вашому тілу.

Вимірювання кров'яного тиску

Кров'яний тиск часто вимірюється за допомогою широкої стрічки, яка називається манжетою, що надівається на передпліччя. Повітря накачується в манжету. Кров'яний тиск вимірюється в момент, коли повітря виходить із манжети.

Кров'яний тиск представляється як відношення одного числа до іншого.

Наприклад, лікар може повідомити, що ваш тиск «110 на 72» (110/72).

- Верхнє число більше за значенням і називається систолічним тиском. Це тиск у кровоносних судинах у момент, коли серце виштовхує кров.
- Нижнє число менше за значенням і називається діастолічним тиском. Це тиск у кровоносних судинах у момент, коли серце відпочиває між ударами.

Normal blood pressure

Normal blood pressure is a top number less than 120 (systolic) and a bottom number less than 80 (diastolic).

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 130 or higher over 80 or higher. There are different stages of high blood pressure, based on how high your numbers are.

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.

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

Нормальний кров'яний тиск

Нормальний кров'яний тиск – це коли верхнє число не перевищує 120 (систоличний тиск), а нижнє – 80 (діастолічний тиск).

Кров'яний тиск у різних людей відмінний. Кров'яний тиск кожної людини може відрізнятися залежно від часу та дня.

Підвищений кров'яний тиск

Підвищений кров'яний тиск називається також гіпертонією. Підвищений кров'яний тиск – 130 на 80 або вище. Підвищений тиск має кілька рівнів залежно від того, наскільки високі показники.

Діагноз підвищеного кров'яного тиску ставиться тільки після того, як при кількаразовому вимірюванні кров'яний тиск лишається високим.

Підвищений кров'яний тиск і вагітність

Підвищений кров'яний тиск може бути небезпечним для вагітних жінок і їхніх ще ненароджених дітей. Жінки, у яких був високий кров'яний тиск до вагітності, можуть мати більше проблем під час неї.

У деякого високий кров'яний тиск буває тільки під час вагітності. Високий кров'яний тиск у другій половині вагітності називається гестаційною гіпертонією.

Якщо не здійснювати лікування, високий кров'яний тиск під час вагітності може призвести до того, що дитина буде невеликою за розмірами або хворою, а в матері виникнуть проблеми.

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.

Симптоми підвищеного кров'яного тиску при вагітності

Єдиний спосіб довідатися про те, чи підвищений у вас тиск, – це перевірити його. У більшості людей будь-які симптоми відсутні.

Медичний догляд за вами

Якщо ваш кров'яний тиск підвищений, дотримуйтеся таких правил.

- Часто перевіряйте ваш кров'яний тиск.
- Регулярно відвідуйте лікаря для перевірки вас і вашої дитини.
- Уживайте ліки від кров'яного тиску відповідно до рецепта вашого лікаря. Приймайте ліки, навіть якщо почуваєтеся добре.
- Обмежте вживання солі.
- Щодня робіть зарядку.
- Багато відпочивайте. Лежіть на лівому боці, щоб дитині надходило більше кисню. Якщо ви працюєте або у вас інша мала дитина, попросіть про допомогу.
- Скоротіть навантаження.

Гестаційна гіпертонія

Ваш лікар перевірятиме стан вашого здоров'я під час вагітності й спостерігатиме за гестаційною гіпертонією. Гестаційна гіпертонія може розвинути в предекламписю або екламписю. Це може вразити плаценту, а також нирки, печінку й мозок матері.

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.

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.

Симптоми предекламписії

- Головний біль
- Печія
- Нечіткий зір або крапки перед очами
- Утруднене або часте дихання
- Біль у верхній правій частині живота

Якщо у вас високий кров'яний тиск і припадки, це називається еклампсією.

Лікування при гестаційній гіпертонії може полягати в зниженні вашого кров'яного тиску за допомогою постільного режиму, ліків, перебування в лікарні. Він може знизитися після народження дитини.

Якщо у вас є будь-яка з цих ознак або наявні запитання чи занепокоєння, **негайно** зверніться до свого лікаря.