



## نصائح حول كيفية التعامل مع ارتفاع ضغط الدم أثناء فترات الحمل والرضاعة

ما تأثير ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل على الصحة مستقبلاً؟

ينصح باتباع نظام غذائي سليم وضبط الوزن وممارسة الرياضة بانتظام للوقاية من ارتفاع ضغط الدم بعد الحمل.

هل من الآمن تناول أدوية خفض ضغط الدم أثناء الحمل والرضاعة؟

من المهم علاج ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل والرضاعة لتجنب مضاعفات خطيرة على الأم والجنين. لذا يُنصح بالالتزام بتناوله وفقاً لإرشادات الطبيب.

ارتفاع ضغط الدم أثناء الحمل:

يُشخَّص ارتفاع ضغط الدم لأول مرة بعد الأسبوع الـ 20 من الحمل والذي لم يكن موجوداً قبل ذلك، وهذا الارتفاع لا يصاحبه أي أعراض أخرى لتسمم الحمل (مثل: زيادة نسبة البروتين في البول).

ارتفاع ضغط الدم المزمن:

يحدث عندما يكون هناك ارتفاع لضغط الدم قبل الأسبوع الـ 20 من الحمل أي لم يسببه الحمل، بل كان موجوداً مسبقاً أو كان مزمناً أو نتيجة لبعض الأسباب المختلفة.

# تسمم الحمل

هي حالة تنجم عن ارتفاع ضغط الدم ووجود البروتين في البول خلال فترة الحمل، ويحدث في الأغلب بعد الأسبوع الـ20 من الحمل أو بعد الولادة.

## أعراض تسمم الحمل:

وجود تاريخ من الإصابة السابقة بأحد الأورام التي تؤثر على هرمون الاستروجين (مثل: سرطان الثدي أو الرحم).

من المهم إجراء فحوصات منتظمة لضغط الدم وبروتين البول، للكشف عن المرض وعلاجه مبكراً، مما يقلل من مضاعفاته.

## وتشمل أعراض مقدمات تسمم الحمل:

آلام شديدة في البطن.

مشاكل في الرؤية.

زيادة مفاجئة في الوزن.

عند ظهور  
هذه الأعراض

صداع لا يزول بالعلاج.

تورم في الوجه واليدين  
والقدمين.

ينبغي على المرأة الحامل  
الذهاب للطبيب فوراً.

## الوقاية:

إجراء الفحوصات الدورية أثناء الحمل يعد الطريقة الأمثل لاكتشاف هذه الحالات في وقت مبكر، حتى وإن كانت الحالة الصحية للحمل طبيعية.

### الإبلاغ عن الأعراض الجانبية

البريد الإلكتروني  
npc.drug@sfda.gov.sa

الاتصال على  
**19999**  
مركز الاتصال الموحد



للإبلاغ، تواصل مع  
المركز الوطني للتبليغ  
عبر القنوات التالية

