

Повышенное кровяное давление при беременности

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.

Кровяное давление — это сила, с которой кровь воздействует на стенки кровеносных сосудов во время циркуляции по организму. Кровяное давление помогает прокачивать кровь по телу.

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.

Измерение кровяного давления

Для измерения кровяного давления обычно используется широкая лента, или манжета, надеваемая на предплечье. В манжету накачивается воздух. Затем воздух постепенно выпускается и измеряется давление.

Кровяное давление представляет собой два числа. Например, оно может составлять 110 на 72 (110/72).

- Первое, большее число называется систолическим давлением. Это давление в кровеносных сосудах, когда сердце выталкивает кровь.
- Второе, меньшее число называется диастолическим давлением. Это давление в сосудах между сердечными сокращениями.

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.

Нормальное кровяное давление

В норме первое число (систолическое давление) должно быть меньше 120, а второе (диастолическое давление) — меньше 80.

Кровяное давление у всех людей разное и отличается в разное время суток и в разные дни.

Повышенное кровяное давление

Повышенное кровяное давление также называется гипертонией. Повышенным считается давление выше 130 на 80. Гипертония бывает разной степени тяжести в зависимости от величины давления.

Гипертония диагностируется, если после неоднократных измерений давление остается высоким.

Повышенное кровяное давление во время беременности

Повышенное давление может быть опасно для беременных женщин и их нерожденных детей. Женщины, у которых было высокое кровяное давление до беременности, во время беременности могут испытывать проблемы.

Иногда высокое кровяное давление возникает только во время беременности. Высокое кровяное давление во второй половине беременности называется гестационной гипертензией.

Без лечения высокое давление во время беременности может привести к преждевременным родам, рождению больного ребенка либо к проблемам со здоровьем самой матери.

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.

Симптомы повышенного кровяного давления при беременности

Чтобы узнать, повышено ли у вас давление, его нужно измерить. У большинства людей симптомы повышенного давления отсутствуют.

Лечение

Если у вас высокое кровяное давление:

- Необходимо часто измерять давление.
- Регулярно посещайте врача для проверки своего здоровья и состояния ребенка.
- Принимайте назначенное врачом лекарство. Принимайте его, даже если чувствуете себя хорошо.
- Ограничьте потребление соли.
- Каждый день занимайтесь физической культурой.
- Старайтесь побольше отдыхать. Лежите на левом боку, чтобы ребенок получал больше кислорода. Если вы работаете или у вас есть маленький ребенок, попросите кого-нибудь помочь вам.
- Избегайте стрессовых ситуаций.

Гестационная гипертензия

Ваш врач будет контролировать состояние вашего здоровья и наблюдать за гестационной гипертензией на протяжении беременности. Гестационная гипертензия может перейти в преэклампсию или эклампсию. Эти состояния могут негативно повлиять на плаценту, почки, печень и мозг матери.

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.

Симптомы преэклампсии:

- Головная боль
- Жжение в области сердца
- Расплывчатое зрение или мушки перед глазами
- Затрудненное дыхание или одышка
- Боль в верхней правой части живота

Если высокое кровяное давление сопровождается судорогами, это называется эклампсией.

Лечение гестационной гипертензии может включать в себя снижение кровяного давления с помощью постельного режима, лекарств, госпитализации или рождения ребенка.

Если у вас есть один из этих симптомов, какие-либо вопросы или опасения, **немедленно** обратитесь к врачу.