

## Što se događa nakon preeklampsije

### Ponavlja li se ponovno?

Nakon prve trudnoće u kojoj se pojavila preeklampsija, rizik da ponovno obolite je 1:20. Bez obzira na prosjek, pojedinačni rizik od ponavljanja bolesti može biti veći kod osoba koje su preeklampsiju dobile u ranoj fazi prethodne trudnoće, te niži kod onih koje su oboljele u vrijeme ili oko porođaja. Međutim, u slučaju pojave teške preeklampsije u drugoj trudnoći, rizik od ponavljanja bolesti u trećoj trudnoći bit će jako visok, iako neke žene mogu imati savršeno normalnu trudnoću.

### Tko će ponovno oboljeti?

Nije moguće predvidjeti tko će ponovno oboljeti od preeklampsije, a tko ne. Određeni dugotrajni zdravstveni problemi povećavaju rizik od preeklampsije, uključujući kronični visoki pritisak, oboljenje bubrega i dijabetes. Rizik se također povećava kod prisustva drugih predodređenih čimbenika kao što su starosna dob, indeks tjelesne mase veći od 30, višestruka trudnoća i više od 10 godina razmaka od prethodne trudnoće. Veću mogućnost za ponovno obolijevanje od preeklampsije imate ako ste preeklampsiju u prvoj trudnoći dobili prije 37 tjedna trudnoće, ukoliko ste imali teški oblik preeklampsije ili je težina bebe bila ispod normalne težine. Kod ponovnog obolijevanja, simptomi će se najvjerojatnije pojaviti u isto vrijeme kao i kod prve trudnoće ili malo kasnije.

### Može li se umanjiti rizik?

Ne postoje zajamčene mjere samopomoći. Uravnotežena prehrana važna je za uspjeh svake trudnoće, ali ne možemo preporučiti bilo kakvu dijetu za sprječavanje preeklampsije. Neki savjetnici preporučuju uzimanje malih doza aspirina za žene koje su rano oboljele u prošlosti (tj. prije 32 tjedna). Ovakav tretman nije samopomoć i trebalo bi ga koristiti samo pod strogim nadzorom zdravstvenog djelatnika.

Najvažnije što možete učiniti je potpuno surađivati na prenatalnim pregledima, čija je svrha zaštita vašeg zdravlja i zdravlja vašeg djeteta. Pokažite aktivno zanimanje za rezultate vaših testova i eventualno zatražite objašnjenja. Obavijestite primalju ukoliko ste imali preeklampsiju u prethodnoj trudnoći - te navedite sve detalje. Odmah obavijestite liječnika o bilo kojim simptomima koji vas zabrinjavaju i provjerite krvni pritisak i urin.

U Action on Pre-Eclampsia svakodnevno razgovaramo s osobama koje su bile pogođene ovom bolešću. Dobrotvorna organizacija osnovana je u cilju pružanja pomoći, potpore i informiranja žena koje su oboljele od preeklampsije, kao i njihovih obitelji.

Preeklampsije može prouzročiti stres i tjeskobu, bez obzira kako ste povezani s oboljenjem:

- možete se osjećati emocionalno potreseni iskustvom;
- sami ste teško bolesni;
- vašoj bebi je potrebna posebna njega;
- partner ste ili član obitelji koji se pokušava suočiti sa svojim osjećajima;
- vaša beba je preminula
  
- Preeklampsija nije posljedica lošeg načina života niti će je spriječiti dobar način života. Nemojte kriviti sebe ako ste oboljeli. Vama i vašoj obitelji možemo pružiti potporu na niz različitih načina.

Mnoge osobe osjećaju veliki raspon intenzivnih osjećaja uključujući nevjericu, zbunjenost, bijes, strah, krivnju i izolaciju. Nije rijetko ući u drugu trudnoću s mnoštvom briga.

#### **Savjet stručnjaka**

Naši stručnjaci za preeklampsiju ponudit će savjetovanje ili drugo mišljenje članovima i zainteresiranima, koje u većini slučajeva trebaju odobriti pripadajuće zdravstvene vlasti.

#### **Linija za pomoć**

Telefonska linija za pomoć organizacije Action on Pre-eclampsia je pouzdana usluga otvorena za sve kojima su potrebne informacije ili potpora. Primamo pozive trudnica, žena koje su imale preeklampsiju, zabrinutoj rodbini i zdravstvenim djelatnicima. Alternativno, možete nam pisati ili poslati e-mail i mi ćemo vam u povjerenju osobno odgovoriti.

**Za pomoć ili informacije o bilo kojem aspektu preeklampsije nazovite telefonsku liniju za pomoć organizacije Action on Pre-eclampsia na 0208 427 4217**

Action on Pre-Eclampsia  
The Stables, 80B High  
Street Evesham  
Worcestershire  
WR11 4EU

Email: [info@apec.org.uk](mailto:info@apec.org.uk)

[www.apec.org.uk](http://www.apec.org.uk)

Registracijski broj dobrotvorne organizacije: 1013557

Registracijski broj tvrtke: 2736320