

Hoekom urine tydens swangerskap getoets word

Jou urine bevat baie belangrike inligting oor die gesondheid van jou en jou baba.

Dit sal gereeld tydens swangerskap getoets word vir:

- **Proteïene** - 'n teken van pre-eklampsie
- **Glukose** (suiker) - 'n moontlike teken van diabetes wat vir die eerste keer tydens swangerskap kan verskyn
- **Bakterieë** - 'n teken van infeksie

Hierdie inligting gaan hoofsaaklik oor die toets van urine vir pre-eklampsie (wat voorheen toksemie genoem is). Die tekens en simptome van pre-eklampsie kom voor tydens die tweede helfte van swangerskap. Hoë bloeddruk is die ander teken.

Vroue met pre-eklampsie voel gewoonlik heeltemal gesond. Dit is hoekom dit so belangrik is om gereeld jou bloeddruk en urine te toets.

Hoe die toets werk

Jou vroedvrou of dokter doop 'n papierstrokie ('dipstick') in 'n urine monster van daardie dag. Die toets wys of daar proteïene in is en ook hoeveel proteïene daar in is.

'n Klein hoeveelheid proteïene staan bekend as 'n 'trace'. Dit is niks om oor bekommerd te wees nie. Indien daar meer proteïene voorkom, sal dit in jou notas aangedui word met een of meer + tekens, op die meeste vier.

Wat as daar proteïene in my urine is?

Indien daar een of meer + proteïene is en jy ook hoë bloeddruk het (gewoonlik meer as 90mmHg diastolies - die laer nommer), mag jy dalk pre-eklampsie hê en benodig jy meer sorg van nou af. Jy mag dalk gevra word om jou urine vir 24 uur te versamel om presies seker te maak hoeveel proteïene daar is. Proteïene in jou urine is gewoonlik nie 'n teken van infeksie nie, veral as jy geen ander simptome het nie.

Versameling van 'n urine monster by die huis

Jy mag dalk gevra word om jou urine monsters by die huis te versamel en dit dan terug te bring na die kliniek om getoets te word. 'n Spesiale houër sal aan jou gegee word by die kliniek of jy mag gevra word om jou eie houër te voorsien. Ongeag watter houër jy gebruik, moet jy seker maak dat dit skoon is en goed uitgespoel is.

Jy kan gevra word om drie tipes monsters te versamel.

Hier is hoe jy te werk gaan:

1. Eerste oggend monster

Versamel die eerste urine wat jy het nadat jy wakker geword het, op die dag van jou afspraak.

2. 24-uur monster

Versamel al die urine wat jy het oor 'n periode van 24 uur:

Stap 1 Ledig jou blaas in die toilet nadat jy opgestaan het, sonder om enige urine te versamel. Jou vroedvrou of dokter mag jou dalk vra om dit te doen op 'n spesifieke tyd van die oggend.

Stap 2 Versamel al die urine wat jy het gedurende die dag sowel as die nag. Gebruik 'n kleiner houër om jou blaas in te ledig en gooi die inhoud dan elke keer in die groot houër wat deur die kliniek voorsien is.

Stap 3 Versamel die laaste urine monster, presies 24 uur na Stap 1 en voeg dit by die groot houer.

3. Mid-stroom monster (MSU)

Was jou genitale area met water.

Volg dan die volgende stappe:

Begin - laat 'n klein bietjie urine uitkom in die toilet

Stop - terwyl jy nog baie urine in jou blaas het

Monster - begin weer jou blaas ledig en maak die monster houer vol.

Ledig dan die res van jou blaas in die toilet.

Indien jy vergeet om jou urine monster na die kliniek te bring, vra hulle vir 'n houer en versamel 'n vars monster terwyl jy daar is.

Vir raad of inligting oor enige aspek van pre-eklampsie, bel die 'Action on Pre-eclampsia' hulplyn op +44 208 427 4217

Action on Pre-eclampsia
The Stables
80 High Street
Evesham
Worcs
WR11 3EU

Epos: info@apec.org.uk
www.apec.org.uk

Geregistreerde Liefdadigheid Nr: 1013557
Geregistreerde Maatskappy Nr: 2736320