

Perché si controllano la pressione e le urine in gravidanza

La pressione e le urine devono essere controllate ad ogni appuntamento della gravidanza dal momento che loro alterazioni possono essere segnali di un problema della gravidanza chiamato pre-eclampsia. Se non identificata precocemente, la pre-eclampsia può mettere a rischio te ed il tuo bambino. Controlli regolari aiutano a proteggervi entrambi.

Cos'è la pressione?

La pressione è la forza con cui il sangue viene spinto attraverso i vasi sanguigni; si misura sull'avambraccio con un bracciale gonfiabile e si registra con due numeri: il primo (e il maggiore) indica la pressione durante un battito di cuore, il secondo la pressione tra due battiti. La pressione può variare a seconda della persona. Può cambiare inoltre in base all'orario e al livello di attività fisica. In media per le donne viene considerato normale un valore di 110/70 o 120/80. Se la tua pressione dovesse risultare leggermente più alta o più bassa potrebbe essere comunque del tutto normale.

La pressione in gravidanza

Durante il primo appuntamento della gravidanza l'ostetrica controllerà la tua pressione. L'ostetrica o il medico la controlleranno poi ad ogni appuntamento successivo.

Cosa succede se la mia pressione è alta?

Condizioni come stress, ansia e attività fisica possono innalzare la pressione temporaneamente. Se dovesse restare alta, tuttavia, potresti essere a rischio di sviluppare la pre-eclampsia. Non esiste una linea netta tra pressione normale ed alta; si considera fuori dalla norma una rilevazione di 140/90 ed oltre. Se la tua pressione dovesse risultare alta l'ostetrica ed il medico dovranno controllarla più spesso; ad ogni misurazione è necessario inoltre testare le urine per la presenza di proteine.

Il controllo delle proteine nelle urine

Le urine forniscono informazioni vitali sulla tua salute e quella del tuo bambino. Devono essere controllate almeno una volta per la presenza di infezioni - che in gravidanza possono essere più frequenti del solito - e bisogna controllarle ad ogni appuntamento anche per valutare la presenza di proteine, che potrebbero essere segno di pre-eclampsia.

Come funziona il test

La tua ostetrica o il medico immergeranno una striscia di carta reagente (dipstick) in un campione fresco di urine. Il test mostrerà l'eventuale presenza di proteine e la loro quantità. Una presenza minima verrà registrata come "tracce" e non c'è nulla di cui preoccuparsi. Una quantità maggiore verrà indicata con uno o più segni +.

Cosa succede se ci sono proteine nelle urine?

Se uno o più + di proteine vengono identificati insieme a misurazioni di pressione alta probabilmente potresti avere la pre-eclampsia e necessitare di cure aggiuntive. Le urine potrebbero essere testate per altre cause legate alle proteine, come le infezioni. In questo caso, una volta diagnosticate e curate, la presenza di proteine dovrebbe scomparire, per cui non avrai più bisogno di maggiori cure.

Se hai la pre-eclampsia

Tu e la pre-eclampsia

Una volta in ospedale la pressione e le urine verranno controllate più spesso. Se la pressione dovesse risultare molto alta - 160/100 ed oltre - potresti aver bisogno di farmaci per tenerla sotto controllo - e questi non sono assolutamente pericolosi per il tuo bambino. La pre-eclampsia potrebbe intaccare diverse parti del tuo corpo, per cui potresti necessitare di esami per la ricerca di eventuali problemi

al fegato, ai reni e alla coagulazione. I medici e le ostetriche che ti avranno in cura dovranno inoltre venire a conoscenza di ogni episodio in cui dovessi sentirti poco bene perché questo può indicare un aggravamento della patologia.

La pre-eclampsia e il tuo bambino

La pre-eclampsia può intaccare anche il tuo bambino, perciò verrà monitorato regolarmente per la ricerca di un eventuale rallentamento della crescita ed altri segnali di pericolo per la sua salute. Alcuni bambini non mostrano problemi nonostante la madre sia affetta da pre-eclampsia severa. Tuttavia, se il tuo bambino dovesse apparire compromesso il medico potrebbe consigliarti di anticipare il parto.

Il parto e il puerperio

In presenza di pre-eclampsia vi è maggiore possibilità che il parto avvenga tramite induzione o cesareo. Durante il travaglio ed il parto tu e il tuo bambino verrete monitorati intensamente e dopo la sua nascita dovresti tornare presto a stare meglio. A volte potresti aver bisogno di alcuni giorni, settimane o anche mesi perché la pressione torni nella norma. Se il tuo bambino dovesse nascere prima del tempo potrebbe necessitare di cure speciali per un breve periodo. In genere un bambino nato a termine o che riesce a recuperare rapidamente sebbene nato in anticipo non dovrebbe avere problemi.

Non è colpa tua!

La pre-eclampsia non è causata da cattive abitudini e non può essere prevenuta da sane abitudini. L'innalzamento della pressione è causato dalla malattia stessa, non dallo stress, dalle preoccupazioni né dal lavoro intenso. Non dipende da te.

Se non ti senti bene...

Molte donne affette da pre-eclampsia stanno bene e non mostrano sintomi. Tuttavia, sentirsi poco bene potrebbe essere il primo segnale della presenza di questa malattia – o del suo aggravamento.

Quali sintomi riconoscere

- Mal di testa forte e persistente
- Disturbi visivi come offuscamento, flash luminosi o macchie nere
- Dolore intenso sotto le costole, specialmente al fianco destro
- Vomito (diverso dalla "nausea mattutina" della gravidanza iniziale)

Questi sintomi non sempre indicano la pre-eclampsia ma per maggiore sicurezza, se dovessero presentarsi dopo le 20 settimane di gravidanza, contatta immediatamente un professionista sanitario.

Se hai bisogno di maggiori informazioni scrivi a:

Action on Pre-Eclampsia

84-88 Pinner Road,

Harrow, Middlesex HA1 4HZ

e-mail: info@apec.org.uk

Registered charity no. 1013557

© APEC 2004-07-12

www.apec.org.uk Action on Pre-Eclampsia è una fondazione nazionale che offre aiuto e supporto alle donne affette da pre-eclampsia. Action on Pre-Eclampsia organizza corsi di formazione per ostetriche e medici. Action on Pre-Eclampsia può offrirti aiuto dandoti maggiori informazioni o supporto tramite assistenza telefonica.

Numero di assistenza telefonica 020 8427 421