ईलाज :-

- मरीज की डिलेवरी करवाना इस अवस्था के ईलाज का मूल है।
- उच्च रक्तचाप कम करने के लिए मरीज को **Anti Hypertensive** दवाईयां दी जाती है।
- अगर हल्का उच्चरक्तचाप है, तो **37 wks** तक डिलेवरी के लिए इंतजार किया जा सकता है क्योकि **37 wks** में शिशु परिपक्व बन जाता है। उसके बाद डिलेवरी करवा सकते है।
- शिशु के विकास के लिए दवाईयां दी जाती है।
- नियमित खून पेशाब की जांचे और **BP** रिकार्ड रखके मरीज की अवस्था पर नजर रखी जाती है।
- शिशु परीक्षण के लिए नियमित डॉपलर अल्ट्रासाऊंड और **NST** जैसी जांचे करवायी जाती है।
- उच्च रक्तचाप की गंभीर अवस्था में महिला को अस्पताल में भर्ती किया जाता है अगर प्रेग्नेंसी को **34 wks** से अधिक हो गये तो डिलेवरी करवायी जाती है । क्योकि **34 wks** में शिशु के फेफड़े मजबूत बन जाते है अगर प्रग्नेंसी **34 wks** से कम है और उच्च रक्तचाप की वजह से महिला में जटिलताओ का निर्माण हो रहा है, तो पहले गर्भस्थ शिशु के फेफड़े मजबूत करने के लिए इंजेक्शन लगाये जाते है और उसके बाद डिल्हेवरी करवायी जाती है। कई बार महिला की जान बचाने के लिए **Preterm Delivery** का निर्णय लिया जाता है।

गर्भावस्था के दौरान उच्चरक्तचाप की रोकथाम के लिए इन बातों पर ध्यान दे

1. पौष्टिक आहार ले। आहार में कैल्शियम, मैग्नीशियम, प्रोटीन व फायबरयुक्त पदार्थ, ताजे फल व सब्जियां, नट्स, साबुत, अनाज, अंडा, मछली, इत्यादि का समावेश करें।
2. नियमित व्यायाम करें।
3. धुम्रपान न करें।
4. नमक का सेवन कम करें।
5. प्रेग्नेंसी के पहले अपना वजन नियंत्रित करें।
6. अगर आपको प्रेग्नेंसी के पहले से ही उच्चरक्तचाप है तो पहले उसे नियंत्रित करे और उसके बाद ही प्रेग्नेंसी की योजना बनाएं

अगर गर्भावस्था में आपका रक्तचाप बढ़ता है, तो बहुत ज्यादा घबराने की जरूरत नही है। सही देखभाल और समय पर डॉक्टर द्वारा सलाह एवं ईलाज के जरिए अंत में आपका और आपके शिशु का स्वास्थ्य अच्छा रहेगा।

उपलब्ध सुविधाएं

- 7 स्त्री रोग विशेषज्ञों की टीम
- आधुनिक मेडिकल एवं सर्जिकल सेंटर
- प्रजनन केन्द्र (Fertility Centre) & IUI, IVF, ICSI
- हाई रिस्क प्रेग्नेंसी (High Risk Pregnancy)
- आधुनिक दूरबीन पद्धति (Laparoscopy) द्वारा बच्चेदानी का ऑपरेशन
- बिना चीरा, बिना टांके के बच्चेदानी का ऑपरेशन (Vaginal Hysterectomy)
- गर्भाशय मुख की जाँच (Colposcopy)
- Malformation Scan (Sonography)
- विशेष गर्भ संस्कार मार्गदर्शन
- Hysteroscopy दूरबीन द्वारा बच्चेदानी की जाँच व ईलाज
- दर्द रहित प्रसव। (EPIDURAL)
- सरकार द्वारा मान्यता प्राप्त गर्भपात एवं परिवार नियोजन केन्द्र।
- कम्प्यूटराईज मशीन द्वारा गर्भस्थ शिशु के धड़कन की जांच। (NST)
- स्तन कैंसर से बचाव व उपचार।
- मेनोपॉज क्लिनिक (रजोनिवृति)।
- पैथोलॉजी।
- फिजियोथेरेपिस्ट उपलब्ध
- न्यूट्रीशियनिस्ट उपलब्ध

गर्भावस्था में उच्च रक्तचाप

SBH® WOMEN HOSPITAL Pvt. Ltd.

ICSI एवं IVF (टिस्ट ट्यूब बेबी सेंटर)

सुपर स्पेशलिटी प्रसूति एवं स्त्रीरोग हॉस्पिटल

0771-4017979, 4047462 www.sbhhospital.com

विजेता काम्पलेक्स के सामने, न्यू राजेन्द्र नगर, रायपुर (छ.ग.)

किसी भी महिला के लिए पहली बार गर्भधारण होना जिंदगी के एक नए दौर की शुरुआत जैसा होता है। एक महिला से एक माँ बनने का यह खूबसूरत सफर उसके लिए नई उम्मीदों, नए अनुभवों और खुशियों भरा होता है। बिना किसी समस्या के एक स्वस्थ बच्चे के जन्म के लिए प्रेग्नेंसी के दौरान महिला का स्वास्थ्य और बीमारियों से दूर रहना बेहद जरुरी है। हालांकि, कभी-कभी महिलाओं को प्रेग्नेंसी के दौरान उच्चरक्तचाप (High Blood Pressure) की समस्या निर्माण हो सकती है, जिसे Hypertension in Pregnancy के तौर पर जाना जाता है। दुनिया भर में करीब 10% गर्भवती महिलाएं उच्च रक्तचाप की चपेट में आती है, और यह समस्या माँ और बच्चा दोनो के लिए गंभीर हो सकती है

महिला में उच्च रक्तचाप क्या होता है ?

गर्भावस्था में महिला के शरीर में कई शारीरिक परिवर्तन होते है गर्भावस्था के विभिन्न चरणों में ब्लड प्रेशर के स्तर में उतार और चढ़ाव पाया जा सकता है । सामान्यतः गर्भावस्था में महिला के शरीर में रक्त की मात्रा 45% तक बढ़ जाती है गर्भाशय में रक्त प्रवाहित करने वाली धमनियां फैल जाती है, जिससे शिशु को पर्याप्त मात्रा में रक्त पहुंचे और शिशु का विकास हो। परंतु कुछ महिलाओं में यह धमनिया सिकुड़ जाती है। सिर्फ गर्भाशय की ही नही, पूरे शरीर की धमनियां सिकुड़ने लगती है, जिसकी वजह से उच्च रक्तचाप निर्माण होता है और शरीर के प्रत्येक हिस्से/अवयवों पर इसका प्रभाव पड़ सकता है। सामान्यतः प्रेग्नेंसी में BP 140/90mm Hg से कम होना चाहिए।

किन महिलाओं को उच्चरक्तचाप का खतरा होता है ?

1. जिन महिलाओं की उम्र 20 वर्ष से कम या 40 वर्ष से अधिक है।
2. जो महिलाएं पहली बार माँ बन रही है।
3. जिन महिलाओं के गर्भ में जुड़वा या एक से अधिक बच्चे है।
4. जिन महिलाओं को पहले से किडनी की समस्या या प्रेग्नेंसी के पहले से ही उच्च रक्तचाप है।
5. जिन महिलाओं को उनकी पिछली प्रग्नेंसी में उच्चरक्तचाप की समस्या निर्माण हुई थी।
6. जिन महिलाओं का वजन ज्यादा है और जिन्हे Diabetes है

प्रेग्नेंसी में उच्चरक्तचाप के प्रकार :

1. Gestational Hypertension - इस प्रकार में प्रेग्नेंसी के पांचवें महीने के बाद BP 140/90 mmHG या उससे अधिक बढ़ने लगता है। डिल्हेवरी के बाद जल्द ही BP सामान्य होने लगता है।

2. Pre-Eclampsia and Eclampsia Syndrome - इस प्रकार में भी प्रेग्नेंसी के पांचवे महीने के बाद BP 140/90 mmHG से बढ़ने लगता है और साथ ही पेशाब में प्रोटिन की मात्रा बढ़ने लगती है। अगर यह समस्या गंभीर हो तो महिला को मिरगी के झटके आने की संभावना होती है, जिसे Eclampsia कहते है

3. Chronic Hypertension - इस प्रकार में महिला का प्रेग्नेंसी के पहले से या प्रेग्नेंसी के पाचवें महीने के पहले से ही BP बढ़ने लगता है। ऐसे मरीज में डिल्हेवरी के 3 महीने बाद भी BP बढ़ा हुआ मिल सकता है

4. Chronic Hypertension with Super Imposed Pre - Eclampsia - Chronic Hypertension से जूझ रही लगभग 25% महिलाओं में Pre-Eclampsia के लक्षण निर्माण होते है। जैसे की आकस्मिक रक्तचाप में वृद्धि, पेशाब में प्राटीन की मात्रा का बढ़ना, प्लेटलेट की संख्या कम होना इत्यादि।

गर्भावस्था में महिलाओं में उच्च रक्तचाप के लक्षण :

1. BP > 140/90
2. अचानक वजन बढ़ना।
3. पेशाब में प्रोटिन निकलना।
4. खून की कमी ।
5. शिशु की वृद्धि में कमी।
6. सरदर्द, आंखों से धूंधला दिखना, पेशाब के प्रमाण में कमी, पेशाब में खून जाना, उल्टी, चक्कर ऐसे लक्षण निर्माण हो सकते है।

गंभीरता के आधार पर उच्चरक्तचाप के दो प्रकार होते है -

1. हल्का (Mild Hypertension)

2. तीव्र (Severe Hypertension)

Mild Hypertension में मरीज को हल्के लक्षण रहते है।

Severe Pre-Eclampsia के संकेत :-

1. BP > 160/110 mm hg
2. पेशाब में प्रोटिन की ज्यादा मात्रा 2+ से ज्यादा होना
3. सरदर्द, आंखों से धुंधला दिखना, दुर्लभ परिस्थिति में मरीज को अस्थायी रुप से अंधत्व हो सकता है।
4. पेशाब के प्रमाण में कमी या पेशाब में खून आना।
5. लिवर और किडनी के कार्यप्रणाली में खराबी।
6. फेफड़ो में पानी भरना । (Pulmonary Odema)
7. शिशु की वृद्धि में कमी।
8. पेट के मध्य भाग या दाएं भाग में तीव्र दर्द होना।
9. दो से ज्यादा दवाईयां देने के बावजूद BP कम ना होना।

उच्च रक्तचाप की वजह से प्रेग्नेंसी में जटिलताएं :

1. झटके आना (Eclampsia)
2. मस्तिष्क में रक्तस्त्राव होना (Cerebral Hemorrhage)
3. मस्तिष्क में सूजन (Cerebral Odema)
4. फेफड़ो में पानी भरना (Pulmonary Odema)
5. हृदय की कार्यप्रणाली में खराबी (Heart Failure)
6. किडनी की कार्यप्रणाली में खराबी (Renal Failure)
7. **Placental Abruption -** इस अवस्था में अवल नाल समयपूर्व गर्भाशय की दीवार से छूटने लगती है, जिसकी वजह से महिला को रक्तस्त्राव चालू हो जाता है और डिलेवरी करवानी पड़ती है।
8. **HELLP Syndrome -** यह एक गंभीर अवस्था है, जिसमें शरीर की छोटी धमनियों में रक्तस्त्राव + लिव्हर की कार्यप्रणाली में खराबी + प्लेटलेट की संख्या में कमी यह लक्षण देखने को मिलते है।

निदान :

महिला की निम्नलिखित जांचे करवायी जाती है -

1. CBC, LFT, KFT, BT CT, PTINR
2. Urine Albumin
3. Peripheral Smear
4. Fundus Examination (आँखों में रेटीना की जाँच)

इन जाँचो के आधार पर न सिर्फ इस अवस्था का निदान, बल्कि उसकी गंभीरता का आकलन भी कर सकते है।