



Krajská nemocnice Liberec, a.s.  
*Liberec Turnov Frýdlant*

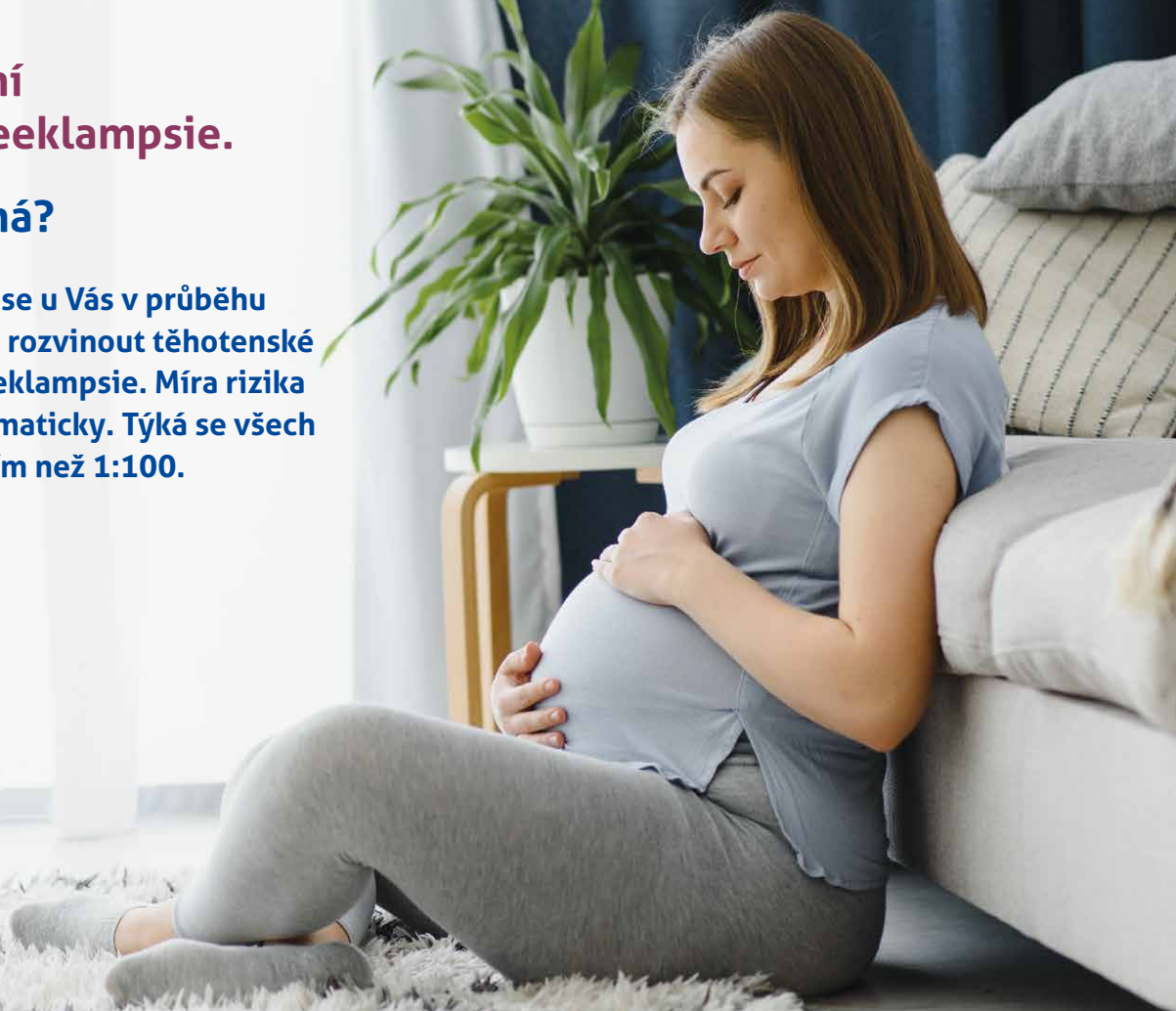


Pozitivní screening  
**PREEKLAMPSIE**

## Mám pozitivní screening preeklampsie.

### Co to znamená?

Znamená to, že by se u Vás v průběhu těhotenství mohlo rozvinout těhotenské onemocnění – preeklampsie. Míra rizika je vyjádřena matematicky. Týká se všech žen s rizikem vyšším než 1:100.



## Preeklampsie

Je těhotenské onemocnění spojené s vysokým krevním tlakem, které komplikuje 4–8 % těhotenství. Vzniká nejčastěji ve druhé polovině těhotenství, může se však rozvinout také až kolem porodu či po porodu. Klinický obraz je různý, od minimálních příznaků až po ty velmi závažné, kdy u matky i plodu dochází k ohrožení na životě.

### Proč preeklampsie vzniká?

Přesná příčina vzniku preeklampsie není zcela známa, rozvoj onemocnění je spojen s nedostatečnou funkcí placenty, při jejímž vzniku došlo k chybné přestavbě děložních cév.

Častěji se preeklampsie vyskytuje u žen, které se již léčí s vysokým krevním tlakem, s onemocněním srdce a cév či s onemocněním ledvin, nebo u žen s tzv. autoimunitními chorobami (jako je například lupus erytematodes, antifosfolipidový syndrom nebo třeba také daleko častější onemocnění štítné žlázy či cukrovka). Roli hraje i rodinná zátěž (preeklampsie u maminky, babičky, sestry apod.). Více jsou také ohroženy velmi mladé (pod 20 let) či starší (nad 40 let) rodičky, ženy obézní i ty s nízkou kardiovaskulární kondicí. Rovněž je třeba mít se na pozoru, pokud nastávající matka čeká dvojčata, otěhotněla po umělém oplodnění nebo pokud se v minulosti léčila pro endometriózu.



## Jak poznám, že mám preeklampsii?

Vysoký krevní tlak a přítomnost bílkoviny v moči jsou projevy, které Váš gynekolog zjistí při pravidelné těhotenské prohlídce. Proto Vám během každé návštěvy měří krevní tlak a zároveň vždy odevzdáváte i vzorek moči.

Příznaky, které pociťuje sama těhotná, jsou velmi různorodé a nemusí se vyskytovat všechny společně. Patří mezi ně bolesti hlavy, nevolnost, zvracení, zvýšená únava, mžítka před očima nebo dvojité vidění, bolest v podžebří, zhoršující se otoky a další. Při všech těchto projevech je vhodné navštívit lékaře a nechat si změřit krevní tlak. Lékař Vám pravděpodobně také odebere krev a vyšetří moč. Z laboratorních vyšetření pak lze nejen stanovit diagnózu preeklampsie, ale také částečně posoudit její závažnost. Součástí by mělo být vždy i ultrazvukové vyšetření, protože preeklampsie souvisí s nedostatečnou funkcí placenty, což může vést ke zpomalení růstu plodu.

## Dá se preeklampsie léčit?

Jedinou možností, jak preeklampsii zcela vyléčit, je těhotenství ukončit. Veškerá ostatní léčba, např. léky na snížení krevního tlaku nebo na prevenci křečí, je pouze terapie příznaků, tzv. symptomatická. Díky ní lze ale mnohdy těhotenství o něco prodloužit a zabránit závažným projevům a důsledkům.

## Čím přesně je preeklampsie nebezpečná?

Neléčená preeklampsie může mít katastrofální důsledky. Jedním z nich je možný vznik záchvatů křečí (tzv. eklampsie), při nichž může dojít k nevratnému poškození mozku. Extrémně vysoký krevní tlak může způsobit krvácení do mozku nebo předčasné odloučení placenty s následným úmrtím plodu. K úmrtí plodu může dojít při preeklampsii také vlivem nedostatečné funkce placenty, protože pokud nefunguje krevní průtok placentou správně, plod strádá a zpomaluje svůj růst.

Rozvine-li se preeklampsie příliš brzy ve své závažné podobě, je potřeba těhotenství co nejdříve ukončit. Znamená to však, že na svět přijde velmi nezralé a často navíc velmi malé (růstově opožděné) miminko.

Dobrou zprávou je, že závažná (těžká) forma preeklampsie vzniká vzácně (asi u 0,5 % těhotných). Pravděpodobnost eklamptického záchvatu je v dnešní době ještě daleko vzácnější (asi 0,025 %). Většina forem preeklampsie je tedy mírnější a rozvíjí se až

v pozdějších fázích těhotenství. Nicméně i tak je třeba velké opatrnosti. Je nutné těhotenství bedlivě sledovat a jeho ukončení naplánovat buď v momentě, kdy pro matku či plod vzniká riziko, nebo nejpozději v době, kdy je již miminko méně ohroženo nezralostí (zpravidla okolo 37. týdne těhotenství).

## **Proč zrovna já mám vyšší riziko preeklampsie?**

Screening preeklampsie by měl být dnes již nedílnou součástí screeningového vyšetření v I. trimestru těhotenství. Riziko preeklampsie je matematicky vypočítáno na základě dat z anamnézy, věku, výšky a hmotnosti, dále z hodnot krevního tlaku, hladiny těhotenských hormonů z krve ( $\beta$ f-hCG, PAPP-A, PlGF) a ultrazvukového vyšetření průtoku děložními tepnami. Screening velmi přesně zhodnotí, zda je těhotenství ohroženo rozvojem tzv. časně preeklampsie (která se rozvíjí dříve v těhotenství, a je tudíž i závažnější). O něco méně přesně předpoví i riziko pozdní a termínové preeklampsie.

## **Pokud mi vyšel screening pozitivní, znamená to tedy, že budu mít preeklampsii? Dá se jí vůbec nějak zabránit?**

Screening obecně neznámá stanovení diagnózy. Jedná se pouze o stanovení rizika daného onemocnění. Nutně z toho nevyplývá, že preeklampsii automaticky mít budete. Spíš Vás upozorňuje, že by bylo vhodné udělat několik zásadních opatření.

1

## Začněte užívat léky obsahující kyselinu acetylsalicylovou<sup>1,2</sup>

Je to nejdůležitější doporučení. Na základě přesvědčivých medicínských důkazů se ví, že léky obsahující kyselinu acetylsalicylovou brání rozvoji preeklampsie s efektem až 80 % v případě časně/závažné preeklampsie. Tyto léky se však musí nasadit včas a správně užívat, v dostatečné dávce a dostatečně dlouho. Předepíše Vám je Váš gynekolog či praktický lékař. Lék je třeba začít užívat před 16. týdnem těhotenství v dávce 150 mg na noc. Budete-li jej užívat správně až do 36. týdne těhotenství, Vaše preeklampsie může být buď mírnější, může vzniknout až v pozdějších týdnech těhotenství, nebo se v ideálním případě nerozvine vůbec. Je třeba zdůraznit ještě jednu důležitou věc. Miminku lék v této dávce nijak neškodí.

- 1 ASPRE Trial: <https://obgyn.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/uog.18816>
- 2 Screening preeklampsie v I. trimestru těhotenství: <https://www.lubusky.com/clanky/125.pdf>





## 2

### Stravujte se zdravě

Středomořská dieta je prokazatelně účinná v prevenci i léčbě kardiovaskulárních chorob u dospělých. Výsledky klinických studií u těhotných žen, jež striktně dodržovaly protokol zdravého stravování, ukazují, že středomořská dieta má efekt i v relativně krátkém období těhotenství. U těchto žen pak vznikly méně často preeklampsie, růstové zpomalení plodu, těhotenská cukrovka či jiné komplikace.<sup>3</sup>

Správná středomořská dieta obsahuje především potraviny rostlinného původu a zdravé tuky: ovoce, zeleninu, luštěniny, ořechy, celozrnné pečivo, celozrnné těstoviny, tmavou rýži, bílé maso, ryby bohaté na omega-3 nenasycené mastné kyseliny (losos, tuňák, makrela, sardinky,...) a olivový olej.



<sup>3</sup> <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34030703>





## Vhodné potraviny

	Doporučené množství
Olivový olej	min. 4 PL / den
Ořechy, nejlépe vlašské a arašídý	min. 3 porce denně
Čerstvé ovoce	min. 3 porce denně
Zelenina	min. 2 porce denně
Ryby (tučné), mořské plody	min. 3x týdně
Luštěniny	min. 3x týdně
Sofrito*	min. 2 porce týdně
Bílé maso	min. 2x týdně

\*středomořská omáčka z rajčat a cibule, často doplněná o bylinky a česnek



## Doporučuje se omezit

	Doporučené množství
Sodové a kolové nápoje	max. 1 denně
Sladkosti, sladké a průmyslově zpracované pečivo	max. 2x týdně
Červené maso, uzeniny	max. 1 porce denně
Máslo, margaríny, pomazánkové tuky	max. 1 porce denně

Údaj u olivového oleje zahrnuje celkové množství doporučené denní dávky, tj. v pokrmech připravených doma, v zeleninových salátech i v jídlech konzumovaných v restauracích. Cílem je užití 50 mg/denně extra panenského olivového oleje bohatého na polyfenoly. Při konzumaci ořechů byl kladen důraz na vlašské ořechy, mandle a lískové ořechy. Doporučuje se nekonzumovat viditelný živočišný tuk (tučné kusy masa, drůbeží kůže apod.).

3

### Zařaďte vhodná cvičení a myslete pozitivně<sup>4</sup>

Častý pohyb a vyhýbání se stresu je (podobně jako zdravá strava) univerzální rada pro zdravý život. Zní jako naprosté klišé, hlavně z důvodu, že si pod tím může každý představit něco úplně jiného. My věříme, že každá z Vás, budoucích maminek, ví, co je pro Vás vhodné, a co ne, takže nehraje úplně roli, jestli se přihlásíte na těhotenskou jógu, budete podnikat pravidelné procházky, plavat nebo meditovat. Jen je správné nic nepřehánět. A kdy jindy začít se zdravým životním stylem, když ne právě v těhotenství?

<sup>4</sup> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8652606/>



4

### V případě obtíží se včas svěřte Vašemu lékaři

Není třeba panikařit. Pokud se ale necítíte dobře a pozorujete na sobě některý z příznaků preeklampsie, pak platí, že je lepší přijít k lékaři několikrát zbytečně než jedenkrát pozdě.

**Na preeklampsii je třeba myslet. Není však nutné se celé těhotenství strachovat, že přijde. Něco sice ovlivnit nemůžete, ale hodně věcí naopak ano. A to je vždy dobrá zpráva.**

**Přejeme Vám co nejhladší průběh Vašeho těhotenství!**





**Krajská nemocnice Liberec, a.s.**

Husova 357/10, 460 63 Liberec

Gynekologicko-porodnické oddělení, budova G

Tel. +420 485 312 390 (recepce)

<https://www.nemlib.cz/gynekologicko-porodnicke/>

[www.nemlib.cz](http://www.nemlib.cz)

