

High Blood Pressure in Pregnancy

Blood pressure is the force put on the walls of your blood vessels as blood travels through your body. Blood pressure helps pump blood to your body.

Taking Your Blood Pressure

Blood pressure is often checked by putting a wide band called a cuff around your upper arm. Air is pumped into the cuff. Your blood pressure is measured as the air is let out of the cuff.

Blood pressure is one number over a second number.

- The top number is higher and is called the systolic reading. It is the pressure in the blood vessels when the heart pumps.
- The bottom number is lower and is called the diastolic reading. It is the pressure in the blood vessels when the heart rests between beats.

Normal Blood Pressure

Normal blood pressure is 120 over 80 or less. Blood pressure varies from person to person. Each person's blood pressure changes from hour to hour and from day to day.

High Blood Pressure

High blood pressure is also called hypertension. High blood pressure is 140 over 90 or higher. A diagnosis of high blood pressure is not made until your blood pressure is checked several times and it stays high.

Pressão arterial (PA) alta na gravidez

A pressão arterial ou sangüínea é a força exercida nas paredes dos vasos sangüíneos enquanto o sangue flui pelo corpo. A pressão arterial atua no bombeamento do sangue para o corpo.

Como medir a pressão arterial (PA)

A pressão arterial normalmente é medida colocando-se uma faixa larga, chamada manguito, em torno do braço. É bombeado ar no manguito. A medição ocorre durante a saída do ar do manguito.

A pressão arterial é representada por dois números, um sobre o outro.

- O número superior é mais alto e chama-se valor sistólico. É a pressão nos vasos sangüíneos quando o coração bombeia sangue.
- O número inferior é mais baixo e chama-se valor diastólico. É a pressão nos vasos sangüíneos quando o coração descansa entre as contrações (batidas).

Pressão arterial normal

A pressão arterial normal é de 12 por 8 ou menos. A pressão arterial varia de uma pessoa para outra. A pressão arterial de cada pessoa muda de hora em hora e de um dia para outro.

Pressão arterial alta

Pressão arterial alta é também chamada de hipertensão. A pressão arterial alta é de 14 por 9 ou mais. O diagnóstico de pressão arterial alta não é estabelecido a não ser que a pressão seja medida várias vezes e o resultado seja sempre alto.

High Blood Pressure and Pregnancy

High blood pressure can be dangerous for pregnant women and their unborn babies. Women with high blood pressure before pregnancy may have more problems during pregnancy.

Some women get high blood pressure while they are pregnant. High blood pressure during the second half of the pregnancy is called gestational hypertension.

Without treatment, high blood pressure during pregnancy can cause a small or ill baby and problems for the mother.

Signs of High Blood Pressure in Pregnancy

The only way to know if you have high blood pressure is to have it checked. Most people do not have any signs.

Your Care

If you have high blood pressure:

- Check your blood pressure often.
- Go to your regular doctor visits to check you and your baby.
- Take your blood pressure medicine as ordered by your doctor. Take your medicine even if you feel well.
- Limit salt intake.
- Exercise most every day.
- Get plenty of rest. Lie on your left side to give your baby the most oxygen. Ask for help if you work or have other small children.
- Reduce stress.

Pressão arterial alta e gravidez

A pressão arterial alta pode ser perigosa para mulheres grávidas e seus bebês que estão para nascer. As mulheres com pressão arterial alta antes da gravidez podem ter mais problemas durante a gravidez.

Algumas mulheres se tornam hipertensas enquanto estão grávidas. A hipertensão durante a segunda metade da gravidez é chamada de hipertensão da gestação.

Quando não tratada, a hipertensão durante a gravidez pode resultar em um bebê de tamanho reduzido ou doente e problemas para a mãe.

Sintomas de hipertensão na gravidez

A única maneira de você saber se tem hipertensão é medir a pressão arterial. A maioria das pessoas não apresenta sintomas.

Cuidados a serem tomados

Se você tiver pressão arterial alta (hipertensão):

- Meça sua pressão arterial freqüentemente.
- Visite seu médico regularmente para que ele examine você e o bebê.
- Tome o remédio para hipertensão prescrito pelo seu médico. Tome o remédio mesmo que esteja se sentindo bem.
- Limite a ingestão de sal.
- Faça exercícios freqüentemente.
- Descanse bastante. Apóie-se sobre o lado esquerdo para que o bebê tenha o máximo de oxigênio. Se você trabalha ou tem outros filhos pequenos, peça ajuda.
- Reduza o estresse.

Gestational Hypertension

Your doctor will check your health during pregnancy to watch for gestational hypertension. Gestational hypertension can progress to pre-eclampsia or eclampsia. This can affect the placenta, and the mother's kidneys, liver, and brain.

Signs of Preeclampsia

- Headache
- Heartburn
- Blurred vision or seeing spots
- Difficulty breathing or shortness of breath
- Pain in the upper right side of the stomach

If you have high blood pressure and seizures, it is called eclampsia.

Treatment for gestational hypertension may include lowering your blood pressure with bed rest or medicines, a hospital stay, or delivery of your baby.

Talk to your doctor **right away** if you have any of these signs or have any questions or concerns.

Hipertensão da gestação

Seu médico deverá examinar sua saúde durante a gravidez para saber se você está com hipertensão da gestação. A hipertensão da gestação pode evoluir para pré-eclâmpsia ou eclâmpsia. Esta anormalidade pode afetar a placenta, os rins, o fígado e o cérebro da mãe.

Sintomas de pré-eclâmpsia

- Dor de cabeça (cefaléia)
- Azia
- Visão turva ou visualização de pontos
- Dificuldade para respirar ou respiração acelerada
- Dor no lado direito superior do estômago

Denomina-se eclâmpsia a ocorrência de hipertensão e convulsões.

O tratamento da hipertensão da gestação pode incluir redução da pressão arterial por meio de repouso absoluto ou remédios, internação hospitalar ou parto do bebê.

Se você tiver algum desses sintomas, dúvidas ou preocupações, fale com seu médico **imediatamente**.

1/2007. Developed through a partnership of Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.