

PIRMSGRŪTNIECĪBAS KONSULTĀCIJAS

*Izsaku pateicību tulkotājai **Gunitai Mežulei** par atbalstu šī konspekta tapšanā*

FAKTI

- Tiek lēsts, ka gandrīz puse grūtniecību ir neplānotas.
- Sievietēm, kurām tika sniegtas pirmsgrūtniecības konsultācijas, bija par 50% augstāka varbūtība raksturot savas nākamās grūtniecības kā plānotas.

HRONISKAS MEDICĪNISKAS KAITES

- Diabēts kalpo par prototipu apstāklim, kad pirmsgrūtniecības konsultācijas ir noderīgas.
- Daudzas no augļa komplikācijām ir iespējams izslēgt, ja glikozes kontrole diabēta gadījumā tiek optimizēta pirms grūtniecības.
- Epilepsijas slimniecēm tiek ieteikts uzņemt papildus folskābi.
- Tiklīdz ir pagājis viens gads bez epilepsijas lēkmēm, vairs nerodas papildus priekšrocības no grūtniecības atlikšanas, lai izvairītos no lēkmēm grūtniecības laikā.

ĢENĒTISKAS SASLIMŠANAS

- Neskatoties uz to, ka folskābes lietošana samazina nervu caurulītes defekta rašanās risku, pēdējo gadu laikā tikai 40-50% sieviešu ir lietojušas folskābes piedevas pirms grūtniecības.
- No 9 ģenētiskajām saslīmšanām (Teja-Saksa slimība, Kanavana slimība, Cistiskā fibroze, Iedzimta disautonomija, C grupas Fankoni anēmija, A tipa Nīmana-Pika slimība, Mukolipidoze IV, Blūma sindroms, Gošē slimība (1.tips)), par 5 tiek atzīts, ka nav pieejama efektīva ārstēšana.

PIRMSGRŪTNIECĪBAS KONSULTĀCIJAS VIZĪTE

- Tiek veikts rūpīgs medicīniskās, dzemdību aprūpes, sociālās un ģimenes vēstures apskats.

SLIMĪBAS VĒSTURE

- Pirmsgrūtniecības konsultācijas laikā pievēršas visiem riska faktoriem, kas saistās ar māti un augli. Galvenā uzmanība tiek veltīta tam, kā grūtniecība ietekmēs mātes veselību un kā paaugstināta riska apstākļi varētu ietekmēt augli.

REPRODUKTĪVĀ VĒSTURE

- Reproductīvās vēstures kontekstā tiek uzdoti jautājumi par neauglību, anormāliem grūtniecības iznākumiem, ieskaitot spontānu abortu, ārpusdzemdes grūtniecību un atkārtotu negatīvu grūtniecības iznākumu. Tiek jautāts par tādām grūtniecības komplikācijām kā preeklampsija, placentas atslāņošanās un priekšlaicīgas dzemdības.
- Attiecībā uz priekšlaicīgu dzemdību risku vairums mūsdienu pētījumu nav atklājuši ievērojamu labumu no piedāvātās profilakses, piemēram no bakteriālās vaginozes ārstēšanas vai citu antibakteriālu režīmu ievērošanas grūtniecības laikā, lai novērstu spontānas priekšlaicīgas dzemdības.

PUSAUDŽU GRŪTNIECĪBA

- Pusaudzēm pastāv lielāka anēmijas iespējamība, tāpēc pastāv lielāks augļa augšanas ierobežojumu, priekšlaicīgu dzemdību un augstāka zīdaiņu mirstības rādītāja risks.

PIRMSGRŪTNIECĪBAS KONSULTĀCIJAS

GRŪTNIECĪBA PĒC 35 GADU VECUMA

- Daži pētījumi norāda, ka pēc 35 gadu vecuma pastāv paaugstināts dzemdību komplikāciju, kā arī augļa sasilstības un mirstības rādītāju risks. Tomēr fiziski spēcīgām sievietēm bez medicīniskām problēmām riski ir daudz zemāki, nekā ziņots iepriekš.
- Ar mātes vecumu saistīti augļa riski galvenokārt rodas no: (1) indicētām priekšlaicīgām dzemdībām tādu mātes komplikāciju dēļ kā hipertensija un diabēts, (2) spontānām priekšlaicīgām dzemdībām, (3) augļa augšanas traucējumiem un daudzaugļu grūtniecības, (4) aneiplodija (abnormāls hromosomu skaits), (5) grūtniecībām, kas rodas mākslīgo reproduktīvo tehnoloģiju izmantošanas rezultātā.
- Vairums pētnieku ir konstatējuši, ka augļa aneiplodija ir vienīgā iedzimtā anomālija, kas ir saistīta ar mātes vecumu.
- Jāatceras, ka vecākām sievietēm mēdz būt apaugļošanās problēmas. Lai arī divu dvīņu sastopamības biežums pieaug atkarībā no vecuma, svarīgāks daudzaugļu grūtniecības cēlonis vecākām sievietēm ir mākslīgās apaugļošanas tehniku izmantošana un ovulācijas izraisīšana.

APREIBINOŠAS VIELAS UN SMĒĶĒŠANA

- Smēķēšana ietekmē augļa augšanu atkarībā no devas.
- Tā palielina priekšlaicīga augļapvalka plīsuma risku, nepareizas placentas novietojuma (*previa*), augļa augšanas ierobežojumu un zema piedzimšanas svara risku.
- Pat pasīva atrašanās apkārtņē esošu tabakas dūmu ietekmē, šķiet, atstāj negatīvu iespaidu uz augļa piedzimšanas svaru.
- Smēķēšana tiek saistīta ar zīdaiņu pēkšņās nāves sindromu. Smēķēšana paaugstina grūtniecības komplikāciju risku saistībā ar tādu asinsvadu kaitējuma risku kā uteroplacentārā nepietiekamība un placentas atslāņošanās.

DIĒTA

- Pārmērīgs tuklums saistās ar vairākām mātes komplikācijām, piemēram, hipertensiju, preeklampsiju, gestācijas diabētu, dzemdību darbības anomālijām, pārnēsātu grūtniecību un operāciju komplikācijām.

VARDARBĪBA ĢIMENĒ

- Sievietes, kuras ziņoja par partnera vardarbību gada laikā pirms grūtniecības, atradās paaugstināta riska grupā attiecībā uz vairākām komplikācijām. Starp tām bija hipertensija, asiņošana, pārmērīgs rīta nelabums (*hyperemesis gravidarum*), priekšlaicīgas dzemdības un zems piedzimšanas svars jaundzimušajam.

VAKCINĀCIJA

- Vakcinācija grūtniecības laikā ar anatoksīniem un nogalinātām baktērijām vai vīrusiem netiek saistīta ar negatīvu augļa iznākumu. Turpretī dzīvo vīrusu vakcīnas nav ieteicamas grūtniecības laikā un labākajā gadījumā izmantojamas vismaz 1 mēnesi pirms bērna ieņemšanas mēģinājuma.