

AB KINDERWUNSCH  
BIS ENDE 12. SSW



apotheker adhoc

## Präeklampsie: Welche Anzeichen sollten Schwangere kennen?

Ein besonders ernstzunehmendes Risiko in der Schwangerschaft stellt die sogenannte Präeklampsie dar, welche häufig auch als Schwangerschaftsvergiftung bezeichnet wird. Hierbei handelt es sich um eine Notfallsituation, die unbedingt sofort ärztlich behandelt werden muss. Schwangere sollten die typischen Symptome kennen.

Ist der Blutdruck zu hoch und findet sich Eiweiß im Urin, so können das erste Anzeichen einer Gestose ein. Dabei ist Gestose der Oberbegriff für schwangerschaftsbedingte Krankheiten, deren Ursachen weitestgehend unklar sind. Je nach Zeitpunkt der ersten Symptome lassen sich Gestosen in unterschiedliche Formen einteilen.

### Formen der Gestose

#### Frühgestosen:

- Entstehen im ersten Schwangerschaftsdrittel (2. bis 4. Schwangerschaftsmonat)
- Beispiel: Hyperemesis gravidarum, geprägt durch übermäßiges Erbrechen

#### Spätgestosen:

- Betreffen das letzte Schwangerschaftsdrittel
- Hypertensive Schwangerschaftserkrankungen wie Gestationshypertonie, Präeklampsie, Eklampsie und das HELLP-Syndrom

### Was ist Präeklampsie?

Die Erkrankung ist eine Kombination aus arterieller Hypertonie und Proteinurie, welche frühestens ab der 20. Schwangerschaftswoche auftreten kann. Um Mutter und Kind zu schützen, muss diese Schwangerschaftsvergiftung genauestens im Auge behalten werden. Besonders häufig davon betroffen sind werdende Mütter mit starkem Übergewicht, einem Alter ab 40 Jahren oder mit Diabetes mellitus.

### Symptome der Präeklampsie

- Bluthochdruck
- Eiweiß im Urin
- Wassereinlagerungen im Gewebe von Gesicht, Händen und Füßen
- In schweren Fällen Übelkeit und Erbrechen
- Schwindel und Sehstörungen, Verwirrtheit
- Krämpfe
- Starke Kopfschmerzen

## Behandlungs-/Therapiemöglichkeiten

- Leichte Form der Präeklampsie: engmaschige Überwachung durch Frauenarzt/-ärztin
- Schwere Form: Blutdrucksenker und/ oder stationärer Krankenhausaufenthalt
- Einnahme von ASS ab 16. SSW kann Risiko der Präeklampsie bis zu 80 Prozent senken

## Ursachen und Risikofaktoren

- Vermutet wird Durchblutungsstörung im Bereich des Uterus und der Plazenta mit Beteiligung des Immunsystems
- Mehrlingsschwangerschaften, vorangegangene Fehlgeburten, Adipositas, Stoffwechsel- und Autoimmunerkrankungen erhöhen das Risiko

## Prognose

- Präeklampsie zu Beginn der Schwangerschaft verläuft häufiger ungünstig
- Ohne Behandlung entwickelt sich oft Eklampsie, eine Komplikation der Präeklampsie
- Auftretende Krampfanfälle sind für Mutter und Ungeborenes lebensbedrohlich
- Schwere Verläufe erhöhen Risiko für Herz-Kreislauf- und Gefäßerkrankungen
- Prognose in späteren Schwangerschaftswochen mit sofortiger Behandlung deutlich besser

## Ernährung bei Präeklampsie

- Positive Effekte einer mediterranen Ernährung mit Fisch, Olivenöl und Nüssen
- Nahrungsergänzung mit Vitamin B12, Folsäure sowie Vitamin D kann Ödemen und Ablagerungen, die die Gefäße zusätzlich verengen, vorbeugen
- Diese Mikronährstoffe sind beispielsweise in Folio enthalten, einem Präparat zur Versorgung von Schwangeren ab der 13. Schwangerschaftswoche und bis zum Ende der Stillzeit.