

# **Hoge bloeddruk in de zwangerschap**

Maatschap Gynaecologie / obstetrie  
IJsselland Ziekenhuis

# **Inhoudsopgave**

- 1. Inleiding**
- 2. Wanneer spreekt men van hypertensie?**
- 3. Soorten en ernst van hypertensie**
- 4. Wat zijn de gevaren van hypertensie?**
- 5. Risico op zwangerschapshypertensie**
- 6. Kun je zwangerschapshypertensie voorkomen?**
- 7. Klachten en verschijnselen**
- 8. Onderzoeken**
- 9. Poliklinische vervolgcontrole**
- 10. Opname in het ziekenhuis**
- 11. Bevalling bij lichte vormen van hypertensie**
- 12. Bevalling bij ernstige vormen van hypertensie**
- 13. Na de bevalling**
- 14. Emotionele aspecten**
- 15. Na het ontslag**
- 16. Een volgende zwangerschap**

## **Inleiding**

Deze brochure geeft informatie over hoge bloeddruk in de zwangerschap. Van de vrouwen die voor het eerst zwanger zijn, krijgt zo'n tien tot vijftien procent een hoge bloeddruk (hypertensie). Bij een volgende zwangerschap komt dat minder vaak voor.

Hypertensie is vaak een reden om u naar de gynaecoloog te verwijzen. In deze brochure bespreken we welke controles meestal plaatsvinden bij lichte hypertensie, welke extra zorg mogelijk is in het geval van ernstiger hypertensie, en welke zeldzame complicaties kunnen optreden. De verloskundige, de huisarts of de gynaecoloog informeert en adviseert u verder.

## **Wanneer spreekt men van hypertensie?**

De bloeddruk kan wisselen: bij angst of inspanning kan zij stijgen. Bij sommige vrouwen stijgt de bloeddruk tijdens het spreekuur, soms ook door de bloeddrukmeting zelf.

Het is normaal dat de waarden van de bloeddruk wisselen. Bij de ene meting kunnen andere waarden gevonden worden dan bij de andere.

Bij zwangere vrouwen wordt over het algemeen de meeste waarde gehecht aan de onderdruk (de diastolische bloeddruk). Onderzoek laat zien dat er bij een onderdruk tot 90 geen verhoogde kans op complicaties voor moeder en kind bestaat. Vanaf een bloeddruk van 90-95 kan er een kans bestaan op complicaties. In deze situaties wordt extra controle geadviseerd. Als er aanwijzingen zijn van mogelijke complicaties of als de onderdruk 95 of hoger wordt, is er een reden voor overleg met de gynaecoloog.

## Soorten en ernst van hypertensie

Een hoge bloeddruk die het gevolg is van de zwangerschap, wordt zwangerschapshypertensie genoemd. Vroeger sprak men wel van zwangerschapsvergiftiging, maar deze term gebruiken we niet vaak meer. Er is sprake van zwangerschapshypertensie als bij een vrouw die tevoren een normale bloeddruk had, in de tweede helft van de zwangerschap hypertensie optreedt.

- Een ernstiger vorm van zwangerschapshypertensie wordt **pre-eclampsie** genoemd. Hierbij is er o.a. eiwitverlies in de urine of er zijn andere tekenen van tijdelijke orgaanbeschadiging.
- Een zeer ernstige vorm is **eclampsie**. Hierbij ontstaan stuipen (insulten of convulsies).
- Een speciale vorm van ernstige zwangerschapshypertensie is het **HELLP-syndroom**. Deze vormen van ernstige zwangerschapshypertensie worden op pagina ..... apart besproken. Ze komen gelukkig weinig voor: bij minder dan 2% van de vrouwen die voor de eerste keer zwanger zijn.
- Hypertensie die al vóór de zwangerschap bestaat, wordt chronische of **pre-existente hypertensie** genoemd. Waarschijnlijk heeft ongeveer 1/3 van de zwangeren met hoge bloeddruk deze vorm van hypertensie. Als de bloeddrukverhoging al vóór de zwangerschap bestaat adviseert de huisarts of de verloskundige over het algemeen controle van de zwangerschap door de gynaecoloog. De adviezen bij een chronische hypertensie worden in deze brochure niet besproken. Wel hebben sommige extra onderzoeken hetzelfde doel als die bij zwangerschapshypertensie. Uw gynaecoloog kan u hierover informeren.

## **Wat zijn de gevaren van hypertensie?**

Bij een hoge bloeddruk kunnen complicaties bij moeder en kind optreden.

- Uw nieren en lever kunnen tijdelijk slechter gaan werken.
- Er kunnen afwijkingen in de bloedstolling ontstaan.
- De bloedtoevoer naar de placenta (moederkoek) kan afnemen. Dit kan tot gevolg hebben dat het kind in groei achterblijft of dat de conditie van de baby achteruitgaat.

De kans op deze complicaties is over het algemeen niet verhoogd bij een lichte verhoging van de bloeddruk (zoals een onderdruk tot 90 mmHg), maar zij neemt toe naarmate de bloeddruk hoger wordt (zoals bij een onderdruk van 120 mmHg). Ook is van belang wanneer tijdens de zwangerschap de hypertensie optreedt. Tegen het einde van de zwangerschap is de kans op complicaties van een hogere bloeddruk meestal veel kleiner dan vroeg in de zwangerschap.

## **Risico op zwangerschapshypertensie**

Zwangerschapshypertensie treedt vooral op **tijdens de eerste zwangerschap**.

Bij lichte vormen verloopt een volgende zwangerschap meestal normaal. Bij een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie bestaat in een volgende zwangerschap wel een grotere kans op het opnieuw optreden van zwangerschapshypertensie, al is het verloop vaak minder ernstig. Bij de meeste vrouwen is niet duidelijk waardoor zwangerschapshypertensie optreedt.

- Bij een aantal ziekten is de kans op zwangerschapshypertensie verhoogd. Voorbeelden zijn suikerziekte, vaat- en nierziekten, sommige auto-immuunziekten of al eerder bestaande hoge bloeddruk.

- Ook bij een meerlingzwangerschap is de kans op zwangerschapshypertensie toegenomen.
- Vermoedelijk spelen ook erfelijke factoren een rol. Vrouwen die een moeder of zuster hebben die een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie doormaakten, lopen zelf ongeveer vijfmaal zoveel kans ook een hoge bloeddruk tijdens de zwangerschap te krijgen.

## **Kun je zwangerschapshypertensie voorkomen?**

Voor gezonde vrouwen die voor hun zwangerschap geen ziekten hadden, zijn **geen zinvolle maatregelen bekend** om zwangerschapshypertensie te voorkomen. Vroeger werd een zoutloos of zoutarm dieet geadviseerd. Inmiddels is gebleken dat hiermee zwangerschapshypertensie niet voorkomen kan worden. Ook in het geval van zwangerschapshypertensie is een dieet zonder zout niet zinvol. U mag dus een normale, dat wil zeggen matige hoeveelheid zout gebruiken.

Of u door rust zwangerschapshypertensie kunt voorkomen, is nooit goed onderzocht. Maar als de bloeddruk verhoogd is, adviseert de verloskundige of arts vaak rust zoals het verminderen of stoppen van werk buitenshuis of het regelen van extra hulp thuis. Wanneer eerder bestaande ziekten van uzelf een rol spelen bij de hypertensie, krijgt u soms medicijnen.

## **Klachten en verschijnselen**

Veel vrouwen met lichte zwangerschapshypertensie hebben geen klachten. Bij de ernstiger vormen komen meestal wel klachten voor.

- Hoofdpijn is een gebruikelijk verschijnsel. Soms treden hierbij gezichtsstoornissen op zoals vaag zien, lichtflitsen of sterretjes zien.

- Andere mogelijke klachten zijn tintelingen in de vingers, pijn of een knellend gevoel boven in de buik, misselijkheid en braken.
- Ook kan het lichaam in korte tijd veel vocht vasthouden waardoor zwellingen (oedeem) kunnen ontstaan. Oedeem van de handen en de voeten komt echter ook vaak voor bij zwangeren die geen zwangerschapshypertensie hebben.

## **Onderzoek**

Als uw bloeddruk in de tweede helft van de zwangerschap verhoogd is, wordt hij vaak na korte tijd opnieuw gecontroleerd. Soms blijkt hij dan toch normaal te zijn. Maar als de onderdruk bij herhaling verhoogd is, of als er eiwit in de urine aanwezig is, kan er sprake zijn van zwangerschapshypertensie.

### **Urine controle**

De urine wordt gecontroleerd op de aanwezigheid van eiwit. De kans dat er bij een onderdruk van 90 mmHg eiwit in de urine zit, is heel klein. Bij een hogere waarde ziet men vaker eiwit in de urine. Wat afscheiding of een blaasontsteking geeft soms ook wat eiwit in de urine. Dit is dus niet altijd een teken van zwangerschapshypertensie.

### **Bloedonderzoek**

Bloedonderzoek vindt plaats omdat men het bloed wil controleren op het aantal bloedplaatjes en het functioneren van lever en nieren. Eiwit in de urine vertelt ook iets over het functioneren van de nieren en de ernst van de hypertensie. Bij ernstige hypertensie kan de kniepeesreflex gecontroleerd worden. Met een soort hamertje geeft de gynaecoloog dan een tikje op de kniepees. Zo wordt

gezien of het zenuwstelsel extra prikkelbaar is. Als dat het geval is, is opname in het ziekenhuis verstandig.

## **Gewicht**

Uw gewicht kan worden gecontroleerd om te bezien of u veel vocht vasthoudt. Meestal verzamelt vocht (oedeem) zich in de onderbenen. U kunt dan putjes in de benen drukken die maar langzaam verdwijnen. Soms zwellen ook het gezicht en de handen op als gevolg van oedeem.

## **Beoordeling van de conditie van de baby**

De gynaecoloog schat of de baby groot genoeg is voor de duur van de zwangerschap. Echoscopisch onderzoek kan ook informatie over de grootte van de baby geven. De hoeveelheid vruchtwater wordt daarbij bekeken. Bij ernstiger vormen van hypertensie wordt soms tijdens het echoscopisch onderzoek de doorstroming van de bloedvaten in de navelstreng gemeten (Doppler-onderzoek). Meer informatie vindt u in de folder Echoscopie tijdens de zwangerschap. Ook wordt een hartfilmpje van de baby gemaakt (een CTG: cardiogram). Tijdens het maken van dit hartfilmpje ligt u aan de automatische bloeddrukmeter.

Deze onderzoeken vinden poliklinisch plaats. Afhankelijk van de situatie krijgt u een vervolgspraak op korte termijn of bespreekt de gynaecoloog alle uitslagen al tijdens het eerste bezoek met u. In dat geval duurt het nogal eens enige uren voordat alle gegevens bekend zijn.

Bij ernstige hypertensie wordt u soms meteen opgenomen.

## **Poliklinische vervolg-controle**

Hoe uw zwangerschap verder begeleid wordt, hangt af van de uitslagen van het onderzoek. Als de bevindingen geen aanlei-

ding zijn tot vervolg-controle door de gynaecoloog, kan de gynaecoloog u terugverwijzen naar de verloskundige of de huisarts. **In andere gevallen neemt de gynaecoloog de begeleiding over.**

Poliklinische controles zijn voldoende:

- Als u geen klachten hebt.
- Als uw bloeddruk slechts matig verhoogd is (onderdruk onder 100 mmHg).
- Als er geen eiwit in de urine wordt gevonden, uw bloedsuikerslagen normaal zijn.
- Als de baby normaal van grootte lijkt en goed beweegt.

De kans op complicaties voor u en de baby is dan klein. Opname in het ziekenhuis of bloeddrukverlagende medicijnen zijn dan niet nodig. Wel moet u geregeld terugkomen voor controle. Als de hypertensie ernstiger wordt kan alsnog een ziekenhuisopname geadviseerd worden.

Meestal herhaalt de gynaecoloog bij elke controle de verschillende onderzoeken. Als u tussen de controles door meer of nieuwe klachten krijgt of minder leven voelt, adviseren wij u contact op te nemen met het ziekenhuis.

## **Opname in het ziekenhuis**

Opname wordt meestal geadviseerd bij klachten, ernstige zwangerschapshypertensie. Gelukkig zijn ernstige vormen en complicaties van zwangerschapshypertensie zeldzaam.

- Wanneer er naast de hoge bloeddruk ook een abnormale hoeveelheid eiwit in de urine aanwezig is, spreekt men niet meer van zwangerschapshypertensie maar van **pre-eclampsie**

De kans op complicaties neemt dan toe. Het is dan beter dat u wordt opgenomen. De ernst en het verloop van pre-eclampsie kunnen sterk wisselen. Sommige vrouwen hebben lange tijd weinig of geen klachten, andere worden in korte tijd ernstig ziek.

- Het **HELLP-syndroom** is een ernstige vorm van pre-eclampsie. HELLP staat voor Hemolyse (afbraak van de rode bloedcellen), Elevated Liver enzymes (verhoogde leverenzymen) en Low Platelets (een laag aantal bloedplaatjes). Vrouwen met het HELLP-syndroom voelen zich meestal ziek. Vaak hebben zij ernstige pijn in de bovenbuik, soms met uitstraling naar de zijkant van de buik of de rug. Ook misselijkheid en hoofdpijn komen veel voor. De klachten kunnen in aanvallen optreden: ze verdwijnen vaak na enige tijd (uren tot dagen) om later weer terug te komen. Het HELLP-syndroom is dan ook een ernstig ziektebeeld waarvoor ziekenhuisopname noodzakelijk is.
- Bij ernstige zwangerschapshypertensie en pre-eclampsie treden in zeer zeldzame gevallen stuipen op. Er wordt dan gesproken van **eclampsie**. Stuipen zijn trekkingen van de armen en benen. Soms wordt er op de tong gebeten, en kan er sprake zijn van urineverlies. De vrouw merkt er zelf niets van doordat zij even in coma raakt. De gynaecoloog geeft medicijnen om de stuipen te stoppen en nieuwe insulten te voorkomen. Zeer intensieve bewaking is noodzakelijk, soms op een intensive-care-afdeling. Eclampsie is een zeer ernstige situatie, die in enkele gevallen levensbedreigend kan zijn door bijkomende complicaties als hersenbloeding, lever- of nierbeschadiging of problemen met de bloedstolling. Gelukkig herstellen de meeste vrouwen uiteindelijk helemaal. Wel is er meer risico voor de gezondheid van de baby. Het loslaten van de placenta komt wat vaker voor.

Het doel van de ziekenhuisopname is bewaking van uw gezondheid en die van de baby. Als u in het ziekenhuis ligt wordt dan ook regel-

matig gevraagd of u klachten hebt. De bloeddruk wordt vaak meerdere malen per dag gemeten en bloed- en urineonderzoek vindt regelmatig plaats.

Ook de conditie van de baby wordt in de gaten gehouden. Leven voelen is een belangrijk teken. Vaak maakt de verpleegkundige dagelijks een CTG, en wordt echoscopisch onderzoek herhaald. Soms blijkt na enkele dagen dat de ernst van de zwangerschapshypertensie meevalt, zodat u weer naar huis kunt. In ernstiger gevallen blijft u langer opgenomen, vaak tot na de bevalling.

Over het algemeen wordt in het ziekenhuis bedrust geadviseerd. Meestal mag u wel uit bed om naar de wc te gaan of te douchen. Ernstige zwangerschapshypertensie kan echter niet genezen door bedrust.

Veel vrouwen met zwangerschapshypertensie voelen zich niet ziek. Eventuele medicijnen kunnen bijwerkingen geven, maar worden doorgaans goed verdragen. Toch is een opname vaak een moeilijke tijd van wachten, spanning, onzekerheid en ongerustheid. Het is daarom belangrijk dat u aan artsen en verpleegkundigen uitleg vraagt over uw toestand en de verwachtingen. Toch kunnen ook zij niet altijd precies voorspellen wat er zal gebeuren: dat is afhankelijk van de ontwikkeling van de hypertensie, uw klachten en de conditie van uw baby.

## **Medicijnen**

De gynaecoloog kan medicijnen geven om te proberen complicaties van ernstige zwangerschapshypertensie voor moeder of kind te voorkomen. Vaak begint men met tabletten; bij ernstiger vormen van zwangerschapshypertensie worden medicijnen via infuus toegediend.

### ***Bloeddrukverlagende middelen***

Als de onderdruk bij herhaling te hoog is, kunnen bloeddruk verlagende medicijnen worden gegeven.

### ***Medicijnen die stuipen voorkomen en stoppen***

Om stuipen te stoppen en nieuwe stuipen te voorkomen geeft de gynaecoloog via een infuus magnesiumsulfaat of diazepam (Valium®).

### ***Medicijnen die de longrijping van de baby versnellen***

Als er een kans is dat de baby voor 33-34 weken geboren wordt, geeft men vaak corticosteroiden (bijnierschors-hormonen) om de longen van de baby sneller te laten rijpen. Deze medicijnen worden via een injectie (prik) aan de moeder toegediend.

## **De bevalling bij lichte vormen van hypertensie**

De gynaecoloog probeert over het algemeen de baby zolang mogelijk in de baarmoeder te laten. Dat kan bij een goede conditie van uzelf en de baby betekenen dat men wacht tot de bevalling spontaan begint. In andere gevallen – bijvoorbeeld als de bloeddruk hoger wordt, als bloeduitslagen afwijkend zijn, als er meer eiwit via de urine verloren wordt of als de conditie van de baby achteruit lijkt te gaan – kan de gynaecoloog adviseren de bevalling in te leiden. Meer informatie vindt u in de folder '*Het inleiden van de bevalling*'.

## **De bevalling bij ernstige vormen van hypertensie**

De enige manier om de oorzaak van zwangerschapshypertensie te behandelen is het beëindigen van de zwangerschap. Alle andere behandelingen bestrijden alleen symptomen en proberen complicaties te voorkomen.

Bij ernstige pre-eclampsie, HELLP-syndroom en eclampsie wordt daarom vaak overwogen de zwangerschap te beëindigen. Daarbij zijn de duur van de zwangerschap, de groei en de conditie van het kind en de conditie van de moeder van belang. Bij voorkeur wordt de bevalling ingeleid. Als inleiden niet mogelijk is, of als de conditie van de baby of de moeder dit niet toelaat, wordt een keizersnede overwogen. Vaak is een ruggenprik mogelijk. Soms, bijvoorbeeld bij afwijkende bloedstolling, is narcose veiliger.

Als de geboorte plaatsvindt vóór 36-37 weken of als de baby te licht is, is opname op de couveuse-afdeling noodzakelijk.

Soms is zeer intensieve zorg voor de moeder noodzakelijk, zoals bij zeer ernstige vormen van zwangerschapshypertensie en bij complicaties. De gynaecoloog verwijst u dan naar een ziekenhuis dat deze intensieve zorg voor de zwangere kan bieden. Dit gebeurt ook vaak als verwacht wordt dat de baby na de geboorte verzorgd moet worden op een gespecialiseerde afdeling voor pasgeborenen.

## **Na de bevalling**

Het is bekend dat zwangerschapshypertensie spontaan geneest na de bevalling. In de eerste twee dagen na de bevalling is vaak nog extra waakzaamheid geboden. De bloeddruk kan dan nog hoger worden. Daarna wordt hij als regel uit zichzelf lager. Eventuele afwijkende bloedsuitslagen verbeteren dan ook spontaan.

Bij hypertensie krijgt u na de bevalling het advies nog een of twee dagen in het ziekenhuis te blijven voor controle van de bloeddruk. Hierbij speelt een rol of u al voor de bevalling opgenomen was, of er laboratoriumafwijkingen gevonden waren, en natuurlijk ook hoe hoog de bloeddruk tijdens en na de bevalling was.

Naarmate de hypertensie ernstiger was, kan het herstel langer duren. Als u bloeddrukverlagende medicijnen hebt gekregen moet u deze na de bevalling meestal nog enige tijd blijven gebruiken. Verreweg de meeste vrouwen die een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie hebben gehad, zijn binnen twee weken na de bevalling weer thuis en genezen uiteindelijk weer volledig.

Behalve de ernst van de zwangerschapshypertensie is voor het herstel ook van belang hoe u bevallen bent. Een kraamvrouw knapt na een gewone bevalling sneller op dan na een keizersnede.

Meestal kunt u ook bij ernstige zwangerschapshypertensie uw baby borstvoeding geven. Als u veel te vroeg bevallen bent, moet u de eerste tijd de voeding afkolven. Baby's die veel te vroeg geboren zijn, kunnen de eerste tijd nog niet zelf drinken omdat zij te zwak zijn. Ze krijgen de voeding via een sonde, een dun slangetje dat in de maag wordt ingebracht.

Als u na de bevalling medicijnen in verband met de bloeddruk gebruikt, bespreekt de gynaecoloog of kinderarts met u of uw baby borstvoeding mag krijgen.

## **Emotionele aspecten**

Welke naam er ook aan gegeven wordt: ernstige zwangerschapshypertensie, pre-eclampsie, eclampsie of HELLP- syndroom, het is voor u een emotioneel zware tijd. Vaak is er een plotselinge overgang van een normale, gezonde zwangerschap naar een periode met angst en zorgen. Het is vaak moeilijk te accepteren dat het lichaam 'faalt'. Sommige vrouwen voelen zich hier – ten onrechte! – soms zelfs schuldig over. Door het ernstig ziek zijn kunt u zich soms niet alles herinneren. Anderzijds maakt een opname op een intensive-care-afdeling vaak diepe indruk.

Uw partner maakt zich in deze periode vaak ernstige zorgen over moeder en kind en heeft tegelijkertijd vaak het gevoel er alleen voor te staan.

U kunt te maken krijgen met een langdurige opname van de baby op een couveuse-afdeling met de bijbehorende zorgen.

Het is voor het verwerkingsproces belangrijk dat u zo goed mogelijk geïnformeerd wordt over wat er met u gebeurt of is gebeurd.

***Bedenk daarom voordat u voor nacontrole komt bij de gynaecoloog welke vragen u nog hebt of welke stukken in uw herinnering nog onduidelijk zijn.***

## **Na het ontslag**

Als u een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie hebt gehad kan het vele weken, zo niet maanden duren voordat u zich lichamelijk weer fit voelt. Ook emotioneel moet u herstellen van de zwangerschap, de bevalling en alle spanning daaromheen. De huisarts, de gynaecoloog of de kinderarts kan u hierin begeleiden. Contact met lotgenoten die iets dergelijks hebben meegemaakt biedt vaak goede steun. De Stichting HELLP-syndroom kan hierin heel waardevol zijn: [www.stghellpsyndroom.nl](http://www.stghellpsyndroom.nl)

Enige weken na het ontslag uit het ziekenhuis komt u terug bij de gynaecoloog op de polikliniek. De gynaecoloog controleert de bloeddruk en laat soms nog aanvullend bloedonderzoek naar de stolling en de stofwisseling doen.

## **Een volgende zwangerschap**

Bij zeer ernstige zwangerschapshypertensie of eclampsie is er een kleine kans op herhaling in een volgende zwangerschap. Het verloop is dan vaak minder ernstig. Een gesprek met de gynaecoloog

voorafgaand aan een volgende zwangerschap geeft u informatie over wat u in een volgende zwangerschap kunt verwachten. De begeleiding van een volgende zwangerschap gebeurt door de gynaecoloog.

Na een zwangerschap waarbij er sprake was van een lichte pre-eclampsie, en waarbij u na 37 weken zwangerschapsduur bevallen bent van een baby met een normaal gewicht, bestaat er een overlegsituatie. De verloskundige of de huisarts kan dan met de gynaecoloog overleggen of controle door de gynaecoloog tijdens de zwangerschap gewenst is.

Als u een keizersnede hebt gehad, hebt u echter bij een volgende bevalling altijd een medische indicatie voor de bevalling.

## Heeft u nog vragen?

Aarzel niet ze met de gynaecoloog te bespreken.

Ook kunt u bij vragen overdag telefonisch contact opnemen met de polikliniek gynaecologie, tel. 010 - 258 59 20.

*Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u van arts of verpleegkundige heeft ontvangen. Heeft u nog vragen over het onderzoek of uw behandeling, eventuele gevolgen en risico's, of over andere behandelmogelijkheden, stel ze dan gerust.*