

Präeklampsie

Bei Präeklampsie hat sich häufig der Kontakt der Plazenta zu den Blutgefäßen der Schwangeren bereits in der Frühschwangerschaft nicht ausreichend entwickelt. Die Plazenta sendet Botenstoffe, die die Gefäßinnenwand aktivieren und den Blutdruck steigern und Niere, Leber, Herz und andere Organe angreifen können. Der genaue Mechanismus für die Entstehung einer Präeklampsie ist nicht bekannt.

Bei den meisten Schwangeren mit Präeklampsie steigt zunächst der Blutdruck langsam an und im Harn ist Eiweiß nachweisbar. Viele bekommen Kopfschmerzen, Augenflimmern oder Oberbauchschmerzen. Das beginnt frühestens ab **der zweiten Hälfte der Schwangerschaft** und hört typischerweise bald nach der Geburt wieder auf.

Präeklampsie wurde früher auch Schwangerschaftsvergiftung genannt. In den meisten Fällen tritt sie kurz vor der Geburt auf und ist harmlos. Es kann aber auch früher beginnen und zu einem so schlechten Zustand der Schwangeren führen, dass eine vorzeitige Entbindung notwendig ist. Von einer Eklampsie spricht man, wenn Krampfanfälle aufgetreten sind, für die keine anderen Ursachen zu finden sind. Eklampsien sind bei uns heutzutage extrem selten.

Wie kann ich eine Präeklampsie verhindern?

Seit vielen Jahren arbeiten Forscher daran, vorbeigende Maßnahmen zu entwickeln. Die Einnahme von 100mg Acetylsalicylsäure (der Wirkstoff von Aspirin in sehr niedriger Dosierung) hat in ausgedehnte Studien die Entwicklung der frühen, schweren Präeklampsie um 90% vermindert und keine Nebenwirkungen gezeigt. Es wird daher bei erhöhter Wahrscheinlichkeit für Präeklampsie empfohlen.

Weitere Maßnahmen

Man weiß, dass Schwangere mit Präeklampsie später auch eine Neigung zu Bluthochdruck haben.

Als allgemein günstige Maßnahmen gelten:

- leichtes Ausdauertraining (Walken, Schwimmen, Radfahren)
- eiweißreiche Ernährung und reichliches Trinken, Zucker meiden
- Entspannungstechniken
- ausreichend Ruhe und Schlaf
- Blutdruckmessungen 2x täglich =>
 - über 140/90 anhaltend: suchen Sie innerhalb einiger Tage einen Arzt auf
 - über 160/110 2x innerhalb von 10 Minuten: suchen Sie unverzüglich ein Krankenhaus auf