

Informazione e prevenzione della preeclampsia in gravidanza



Che cos'è la preeclampsia?

La preeclampsia è una condizione che può verificarsi in gravidanza in presenza di ipertensione e alti livelli di proteine nelle urine. Solitamente si manifesta dopo la 20^a settimana di gravidanza e può avere complicazioni gravi. Può verificarsi anche poco dopo il parto.



Chi è a rischio?

Potreste essere ad alto rischio di preeclampsia se:

- ✓ È la vostra prima gravidanza
- ✓ Avete meno di 20 anni o più di 40
- ✓ Avete avuto la preeclampsia in una gravidanza precedente
- ✓ In famiglia vi sono stati altri casi di preeclampsia o ipertensione
- ✓ La gravidanza è multipla
- ✓ Siete affette da obesità
- ✓ Avete il diabete o certe condizioni di salute prima della gravidanza
- ✓ Avete questa gravidanza con un nuovo partner
- ✓ Siete persone di colore o di discendenza africana, indigene o immigrate (accesso limitato alla sanità, barriere linguistiche o discriminazione, anziché fattori biologici)

Quali sono i segni e i sintomi?

-  Ipertensione (monitorata dal vostro sanitario prenatale)
-  Mal di testa alla fronte e/o tra gli occhi che non se ne va (neppure dopo aver assunto acetaminofene [p.es. Tylenol o generici])
-  Cambiamenti visivi come visione offuscata o comparsa di macchie
-  Dolore persistente nella zona superiore destra dell'addome (dove si trova il fegato)
-  Gonfiore delle mani, del volto o dei piedi (può essere correlato o meno)
-  Aumento di peso improvviso
-  Fato corto o dolore al torace



Una leggera preeclampsia può non dare sintomi. È importante presentarsi a tutte le visite prenatali e tenere controllata la pressione sanguigna.



È possibile prevenire la preeclampsia?

Conta molto agire subito. Il vostro sanitario prenatale può raccomandarvi di assumere aspirina in basse dosi per ridurre il rischio di sviluppare una grave preeclampsia precoce, anche se non avete alcuno dei fattori di rischio indicati alla pagina precedente.

Che cos'è l'aspirina?

L'aspirina, nota anche come acido acetilsalicilico (ASA), è un farmaco che si può assumere in basse dosi per ridurre il rischio di preeclampsia.

Quando dovreste informarvi sull'ASA?

Se avete uno o più dei fattori di rischio per la preeclampsia, chiedete al vostro sanitario prenatale se può esservi utile iniziare ad assumere ASA in basse dosi al termine del primo trimestre di gravidanza. La dose è di 162 mg (due compresse da 81 mg) da assumere al momento di coricarvi.

Come agisce l'ASA?

L'ASA migliora l'irrorazione sanguigna della placenta, il che riduce il rischio di sviluppare una grave preeclampsia precoce. L'efficacia è massima quando si inizia prima della 16^a settimana di gravidanza. Di norma, il vostro sanitario prenatale vi dirà di sospendere l'assunzione di ASA in basse dosi intorno alla 36^a settimana di gravidanza.



In generale l'ASA in basse dosi si considera sicuro durante la gravidanza se raccomandato dal vostro sanitario prenatale.

Perché è importante la diagnosi precoce

La diagnosi precoce è importante perché la preeclampsia può causare complicazioni gravi come:

- **Prematurità:** La preeclampsia può aumentare la probabilità di un parto prematuro (prima della 37^a settimana).
- **Neonati piccoli per l'età gestazionale (SGA):** La preeclampsia può causare una riduzione della crescita, per cui il vostro bambino potrebbe restare più piccolo del previsto in base all'età gestazionale.
- **Danni agli organi:** La preeclampsia può causare danni ai vostri organi vitali come reni e fegato.
- **Eclampsia:** Una condizione potenzialmente letale che comprende attacchi convulsivi, pericolosi per voi e per il nascituro.

L'assistenza in follow-up è importante. L'ipertensione in gravidanza può aumentare il rischio di cardiopatie in epoca successiva. È importante farsi visitare regolarmente dal vostro sanitario dopo la nascita, fino a quando la pressione sanguigna non si stabilizza. Si raccomanda anche una visita di valutazione della salute cardiaca e di future gravidanze dopo sei mesi dal parto.

Che cosa potete fare

- ✓ **Prendete l'iniziativa:** Se siete a rischio di preeclampsia, chiedete al vostro sanitario prenatale se dovreste assumere ASA in basse dosi.
- ✓ **Tenete la salute sotto controllo:** Andate a tutte le visite prenatali per tenere traccia della vostra pressione sanguigna e delle condizioni generali di salute, e per farvi esaminare per altri problemi che potrebbero derivare dalla preeclampsia, come per esempio problemi di crescita del nascituro.
- ✓ **Riferite tutti i sintomi:** Se manifestate sintomi preoccupanti, contattate subito il vostro sanitario prenatale.



Fatevi visitare subito se avete forti mal di testa, visione offuscata, improvviso gonfiore delle mani, dei piedi o del viso o dolori addominali.



Ricordate: La preeclampsia può verificarsi anche in persone senza fattori di rischio noti. La diagnosi precoce, e la possibile assunzione di ASA in basse dosi dalle prime fasi della gravidanza, possono fare una grande differenza. Parlate sempre col vostro sanitario prenatale per redigere un piano personalizzato adatto a voi e al vostro nascituro.