

Santé

L'hypertension durant la grossesse

Line R. ALOMO
Libreville/Gabon

L'hypertension artérielle (HTA) est une pression anormalement élevée du sang dans les artères. Il est possible qu'une hypertension apparaisse au cours de la grossesse, appelée hypertension artérielle gravidique ou pré-éclampsie (généralement au troisième trimestre), même chez des personnes qui ne souffrent pas habituellement d'hypertension. L'origine de cette affection est encore inconnue. Notre confrère en ligne, "naître et grandir", vous en dit un peu plus sur cette affection.

PRÈS de 10 % des femmes enceintes font une pré-éclampsie pendant leur grossesse. Elle est plus fréquente chez les très jeunes femmes et d'âge plus avancé, surtout si c'est leur première grossesse. Elle s'exprime par une

pression égale ou supérieure à la norme (140/90). Les femmes enceintes de jumeaux, celles qui font ou qui ont déjà fait de l'hypertension, et qui ont des pathologies rénales, sont plus à risque de faire de l'hypertension artérielle, ou pré-éclampsie, pendant leur grossesse.

Généralement, la femme enceinte ne présente aucun symptôme d'hypertension et seul un examen médical permet de la détecter. C'est pourquoi, on mesure votre tension et fait des tests d'urine (l'hypertension provoque l'apparition d'albumine dans les urines) tout au long de votre suivi de grossesse. Dans certains cas, la femme enceinte peut ressentir des maux de tête, des troubles de la vue (scotomes) ou des bourdonnements d'oreille.

Il peut se produire également une augmentation subite du poids due à l'œdème généralisé (enflure du visage et des mains). Mieux vaut alors



Photo : D.R.

L'hypertension artérielle peut entraîner un retard de croissance du bébé.

consulter un médecin rapidement.

La pré-éclampsie peut entraîner un retard de crois-

sance (petit bébé) ou un décollement du placenta pouvant être à l'origine d'un accouchement avant

terme. Si elle est grave, elle peut entraîner, chez la mère, des complications hépatiques (au foie) : coagulation du sang, convulsions, et même une hémorragie cérébrale. Afin d'éviter ces complications, l'équipe médicale effectue un suivi plus serré durant votre grossesse lorsque l'affection est détectée.

Il est possible de limiter les risques d'apparition de l'hypertension artérielle avant la grossesse, en limitant la prise de poids, en adoptant une alimentation variée et équilibrée et en faisant de l'exercice. Le

traitement passe par la prescription d'un repos à la maison et une réduction importante des activités de la femme enceinte. Le médecin pourra éventuellement vous prescrire un médicament et, parfois, une hospitalisation peut être nécessaire, afin de surveiller la santé de la femme et celle du bébé.

Si la pression est très élevée et provoque l'apparition de protéines dans vos urines, il peut être nécessaire de provoquer, plus tôt que prévu, l'accouchement, afin de garantir la sécurité de la mère et celle du bébé.

Brèves

30 minutes de running par jour feraient rajeunir de 9 ans

Faire du sport tous les jours ralentit le processus du vieillissement biologique de nos cellules et peut nous faire gagner 9 ans d'espérance de vie par rapport à un mode de vie sédentaire, indique une étude américaine publiée, jeudi dernier, dans Preventive Medicine.

Grossesse : hydratez-vous correctement

L'eau doit constituer le fondement de l'hydratation de la femme enceinte (et de tous les être humains d'ailleurs). Et pour cause, comme le rappelle le Pr René Frydman dans son livre Attendre un enfant, « l'eau est à l'origine de tous les échanges vitaux de la cellule car, elle est le support de toutes les réactions biologiques ». L'organisme de la future maman a particulièrement besoin d'eau pour « fournir au fœtus la quantité de liquide amniotique correspondant à son stade de développement et pour faire face à l'accroissement de son volume sanguin ».

Grossesse : des pictogrammes sur les boîtes de médicaments dangereux

Selon un arrêté publié, mi-mai, dans l'hexagone, un pictogramme devra désormais être apposé sur le conditionnement extérieur des médicaments ou produits "présentant un effet tératogène ou fœto-toxique mentionné dans le résumé des caractéristiques du produit" et "nécessitant que les patientes soient informées pour ne pas utiliser ces médicaments ou produits, avant ou pendant la grossesse". La seule exception concernera les médicaments pour lesquels il n'existe pas d'alternative thérapeutique.

Des gardes du corps pour protéger les femmes victimes de violences conjugales

Pour aider les femmes victimes de violences conjugales à sortir de leur silence et échapper à leur agresseur, une association espagnole propose les services de gardes du corps féminines bénévoles. Pour l'instant, l'association compte une quinzaine de gardes du corps au service de dix victimes environ. Une excellente initiative que ladite association compte étendre sur l'ensemble du pays !

Rassemblées par LRA



Cabinda Francisco Salomon

1er septembre 1954 - 27 avril 2017

La famille de feu Rose WÖLBER NKOVE,

Monsieur ADANDE Michael,

Ses frères et sœurs, CABINDA Cyprien, Edith, David, Lydie, Jacob, Geneviève,

Leurs conjoints, conjointes et leurs enfants,

Madame Veuve Monique CABINDA et les enfants Nina Roseline, Diane et Ulrich CABINDA,

Très touchés par les nombreuses marques de sympathie et d'affection qui leur ont été témoignées lors du décès de leur frère, beau-frère, oncle, époux et père, CABINDA Salomon,

Expriment leur profonde gratitude à toutes les personnes qui leur ont apporté leur soutien dans cette douloureuse épreuve.

« Ceux que nous aimons sont avec le Seigneur, et le Seigneur nous a promis d'être avec nous. S'ils sont avec Lui, et Lui avec nous, ils ne peuvent être loin »

Peter Marshall