

נקודות למחשבה

בנושא טיפול במחלת ההיפראמזיס

- לרבות מהתרופות המומלצות לטיפול בהיפראמזיס מתלווה תופעת לוואי של **עייפות קשה**. יש לי על כך מספר הערות:
 - יש נשים שגופן מתרגל לתופעה לאחר מספר ימים עד מספר שבועות
 - יש אפשרות לנסות את התרופות במינון קטן יותר (פעם או פעמיים ביום במקום ארבע פעמים ביום, או חצי כדור במקום כדור שלם, וכו'). כמובן שהשפעתה של התרופה עלולה להיות בהתאם...
 - בהיפראמזיס יש הרבה דרגות, מהיפראמזיס קל ועד קשה וכל מה שעל הרצף ביניהם. לסובלות בדרגה קלה - ייתכן שהעייפות תפריע יותר, מכיוון שהן כן קצת מצליחות לתפקד בבחילות, והתרופות מרדימות אותן וגורמות לחוסר תפקוד משמעותי יותר. לנשים הסובלות מהיפראמזיס קשה יותר, אני מאמינה (וחשה על עצמי) שעדיפה העייפות ואפילו השינה על פני הסבל הנוראי, כי גם ככה הן אינן מתפקדות!
- אין לזלזל בחשיבות **השינה והמנוחה**. אישה המאמצת את עצמה – גם כשמטופלת תרופתית היטב – עלולה להידרדר ולחוש בהחמרה! נשים המצליחות לארגן סידור לילדים ולנוח הרבה שעות ביום, חשות יותר טוב מנשים ללא עזרה.
- משפט שגורם לזלזול רב בקרב נשים שחלו בהיפראמזיס: "תאכלי מנות קטנות ותכופות, שהקיבה לא תהיה ריקה". כולנו יודעות שבמצב של היפראמזיס, עם כל הרצון בעולם רובינו לא מצליחות לאכול. אך מה שחשוב לי להדגיש - במצב שאישה כן מטופלת היטב, היא עלולה לחוש בחילה כשהיא רעבה, ולא תאכל מפני הבחילה, וזה יכול לגרום להידרדרות. חשוב להשיג טיפול יעיל (כזכור, בד"כ שילוב של 3-4 תרופות לפחות) **ואז להקפיד מאוד לאכול מעט כל 90 דקות!**
- התייבשות הופכת את הטיפול התרופתי ללא יעיל. חשוב מאוד למנוע את התייבשות בטיפול תרופתי אגרסיבי ומיידי, ואם בכל אופן מופיעה התייבשות בכל שלב – **לקבל מיד עירוי נוזלים** על מנת למנוע הידרדרות נוספת בתוצאה מתרופות שלא מצליחות לעבוד! (שתיית נוזל קפוא/דמוי "ברד" עוזר לנשים רבות, לפרטים יש לעיין בחוברת "תרופות ומידע" בקטע המדבר על עירוי נוזלים.)
- הקפדה על **מניעת ריחות** מהווה מרכיב חשוב ביותר בטיפול! ניתן לשמוע רעיונות בקו ההיפראמזיס במספר: 074-796-2160 בשלוחה 4. בנוסף, כדאי ללמוד איך לנשום דרך הפה (במקום דרך האף, כמו בשעת צינון) במקומות עם ריחות חזקים על מנת למנוע סבל מיותר והקאות.
- לגבי **פחד מנטילת תרופות** רבות – יש לזכור את ההשלכות של מועקה נפשית ופיזית על עובר, במיוחד השלכותיהן של הרעבה והתייבשות על עובר מתפתח. לשם כך ניתן לראות מחקרים מהרעב בהולנד 1944-1945, בהם חקרו נשים שסבלו בזמן ההיריון מרעב (הדומה למצב של נשים רבות עם היפראמזיס כשאינן מטופלות). ההשלכות הן רבות

ובוללות אחוז גבוה יותר של מחלות פסיכיאטריות, מחלות לב, ועוד. בדרך כלל, בהיפראמזיס הרווח גדול על כל הפסד שיכול להיות, והתרופות הן בטוחות לתקופה (על כל אחת מוטלת האחריות להתייעץ עם רופא או רוקח המומחה להיפראמזיס).

- חשוב מאוד לעיין היטב בחוברת "**הכנות לפני הריון**" ובחוברת "תרופות ומידע" מבעוד מועד (לפחות 3-6 חודשים לפני הכניסה להריון) על מנת להגביר את הסיכויים למנוע היפראמזיס קשה ולהשיג שליטה טובה במחלה.
- מספר הטלפון של MOTHER RISK באסף הרופא, ליעוץ לגבי בטיחות תרופות ו/או יעוץ כללי בנושא בחילות והקאות בהריון: 08-9778351

למרות שלא ניתן למנוע את המחלה (אף על פי שלא כל אישה תעבור אותה בכל הריון ותפילה לד' תועיל תמיד!), הכנה לקראתה, **ותחילת טיפול מייד ואגרסיבי** יכול להקל באופן משמעותי ביותר, ואף לקצר את זמן הבחילות.

בשעה טובה, בקלות ובידיים מלאות!

כל הזכויות שמורות

כל המידע שתקבלו הינו מידע כללי בלבד, ואינו מהווה תחליף ליעוץ רפואי מקצועי. אין להשתמש או לראות במידע המוצג כאן תוכנית טיפול, המלצה רפואית, או אבחנה בשום צורה. איננו לוקחים אחריות על טעויות/חוסר מידע/אי הבנה. מחובתך לברר ולאמת כל פרט אצל רופא או רוקח מומחה, ולפעול לפי שיקול דעתך. אין אנו אחראים על שום השלכה הנובעת מתוך החלטותייך בנוגע לדברים הנאמרים. מחובתך לברר את בטיחות שילוב התרופות והמינונים במיוחד אם הינך סובלת ממחלה כרונית או נוטלת תרופות אחרות.

הרבה מהמידע המוצג כאן נלקח ותורגם באישור מהאתר HELPER.ORG