



מידע על מחלת ההיפראמזיס גריבדרום

הקאות ובחילות יתר בהריון

חישוב אחוז ירידה במשקל בנוסחה הבאה:
[(משקל לפני כניסה להריון - משקל נוכחי) : (משקל לפני כניסה להריון)]
× 100 = אחוז ירידה במשקל

לדוגמא: $8.3\% = 100 \times [(60 \text{ ק"ג}) : (55 \text{ ק"ג} - 60 \text{ ק"ג})]$

© כל הזכויות שמורות לעמותת HER, 2022.
אין להעתיק או לשכפל כל חלק שהוא ממסמך זה, בכולו או בחלק
ממנו, בכל אמצעי שהוא, ללא רשות מפורשת מבעל הזכויות.

הגורמים להיפראמזיס

היפראמזיס היא מחלת הריון מורכבת שגורמיה לא לגמרי מובנים. מחקרים מצביעים על קשר גנטי למחלה. את בסיכון מוגבר לסבול מהמחלה בזמן הריון במקרה שאימך, דודתך, סבתך או אחותך סבלו מהיפראמזיס. היפראמזיס חוזרת על עצמה בהריונות נוספים בלמעלה מ-75% מהנשים.

אם יש לך היפראמזיס

חפשי רופאים ומטפלים עם ניסיון בטיפול בהיפראמזיס, כאלו הפתוחים להתנסות בדרכי טיפול חדשים, מצאי בעלי מקצוע המגלים הבנה למצבך. בחרי מישהו בסביבתך; בעל, קרובת משפחה או חברה, שיוכלו לעזור לך בניהול הטיפול במחלה, מישהו שאת סומכת עליו, שיוכל לייצג אותך ולשמור על קשר עם הצוות הרפואי. צרי קשר עם נשים נוספות שיש להן ניסיון בהתמודדות עם היפראמזיס. למדי יותר על היפראמזיס. על ידי הכרת אפשרויות הטיפול תוכלי לייעל את הטיפול במחלה. ניהול יעיל מונע את הסיכון לסיבוכים.

מהי מחלת ההיפראמזיס?

היפראמזיס גרבידרום (Hyperemesis Gravidarum) היא מחלת הריון המאופיינת בבחילות ו/או הקאות קשות ובלתי פוסקות, ולרוב גם ברגישות תחושתית. כשאינה מטופלת, היפראמזיס גורמת לירידה מהירה במשקל, התייבשות, תת-תזונה ועוד סיבוכים קשים. היפראמזיס קיצונית או ללא טיפול הולם מסכנת את הבריאות הכללית של האם והעובר הן באופן מיידי, והן לטווח ארוך. למרות שהיפראמזיס היא הגורם הראשי לאשפוזים בהריון, שני רק לצירים מוקדמים, היא אחת מהמחלות הבלתי מובנות ביותר בעולם הרפואה. מעטים הם הרופאים עם ניסיון בטיפול יזום במצב של היפראמזיס היותר קשה. כתוצאה מכך נוצר צורך בהחלפת רופא מטפל ואף אשפוזים, על מנת להגיע לטיפול יעיל.

היפראמזיס אינה...

היפראמזיס אינה תופעת הבחילות של הריון בריא ותקין (הידועה בשם "בחילות בוקר"). היפראמזיס אינה נגרמת כתוצאה מהפרעה פסיכולוגית. לאמהות יש מעט מאד שליטה על הסימפטומים שלהן.

או מהיפראמזיס גרבידרום?

היפראמזיס גרבידרום

ירידה של בין 2.5 ל-12 ק"ג ואף יותר. בהריון את יורדת לכל הפחות 5% ממשקל גופך לפני הכניסה להריון (הנוסחה לחישוב האחוזים מופיעה מאחור), ואינך עולה במשקל כמצופה.

כשאינך מטופלת תרופתית, הבחילות וההקאות גורמות לך לצרוך הרבה פחות אוכל מהרגיל, וגורמות להתייבשות ולתת-תזונה.

כשאינך מטופלת תרופתית, את מקיאה או מרגישה צורך להקיא לעיתים תכופות. ייתכן ואת אף מקיאה מיצי קיבה ודם. הבחילה הינה קשה, מתמידה, ומפריעה מאוד לתפקוד.

את זקוקה לעירוויי נוזלים ו/או לטיפול תרופתי (וייתכן אף הזנה מלאכותית).

ייתכן ותרגישי הקלה מאמצע ההריון, אך ייתכן שהבחילות וההקאות ימשיכו לאורך ההריון כולו, ואף לאחריו.

ייתכן שלא תוכלי לתפקד כראוי למשך שבועות ואף חודשים, גם בעבודות בית פשוטות. ייתכן שתזדקקי לעזרה בטיפול בעצמך.

לעיתים קרובות היפראמזיס קשה היא טראומתית, ותשפיע עלייך לשנים הבאות. ייתכן מאוד שתסבלי מפחד מפני העתיד, מדכאון ומאפיסת כוחות. ייתכן השפעה על רגשותייך לקראת הרחבת משפחתך.

האם את סובלת מבחילות תקינות?

"בחילות בוקר"

אין ירידה משמעותית במשקל, אם בכלל. את עולה במשקל כפי המצופה.

הבחילות וההקאות אינן מפריעות ליכולת שלך לצרוך כמות מספקת של מים ומזון. אין צורך בתרופות מרשם (למעט דיקלקטין/בונג'סטה) ועירוויי נוזלים.

ההקאות אינן תכופות, והבחילה אינה קשה ואינה לאורך כל שעות היום. ייתכן סבל משמעותי, אך ללא סיכון רפואי.

עצות וטיפים המצויים לתקופה זו מסייעים לתחושתך באופן משמעותי, במיוחד לאחר השליש הראשון. (כגון אכילת דבר מאכל יבש לפני הקימה מהמיטה בבוקר, אכילת ארוחות קטנות ותכופות, אכילת/שתיית ג'ינג'ר, סודה, צמידים וכו')

למרות שייתכן ותחושי בחילה קלה מדי פעם לאורך כל חודשי ההריון, בדרך כלל את חשה שיפור ניכר לאחר השליש הראשון.

למרות וייתכן שיקשו עלייך עייפות ובחילה, במיוחד בשליש הראשון, ברוב הימים תוכלי להמשיך לעבוד בעבודתך ו/או לטפל במשפחתך.

את שוכחת את רוב העוצמה של הבחילות לאחר שהן עוברות, או לאחר הלידה.