

ფეხმძიმობის დროს



რატომ ართულებს ფეხმძიმობა ვენების მდგომარეობას?

ფეხმძიმე ქალები ხშირად უჩივიან ვენების პრობლემებს.

ამის მიზეზია სქესობრივი ჰორმონების მკვეთრი ზრდა (ესტროგენის და, განსაკუთრებით, პროგესტერონის). ჰორმონების მკვეთრი ზრდა ფეხმძიმობის პერიოდში მოქმედებს ვენების ელასტიურობასა და სიმკვრივეზე, ვენები ფართოვდება.

გარდა ჰორმონალური ცვლილებებისა, ფეხმძიმობასთან დაკავშირებული სხვა ფაქტორებიც იწვევს ვენების გაგანიერებას:

- გაძლიერებული წნევა მენჯის არეში
- სისხლის მოცულობის ზრდა
- ასაკი (რაც უფრო ასაკოვანია ქალი, მით მეტია რისკი)
- წინა ორსულობების რაოდენობა (ვენური უკმარისობის რისკი ორმაგდება მეორე ორსულობის პერიოდში)

როგორ დავიცვათ ვენები ფეხმძიმობის დროს?

ექიმი დაგეხმარებათ ვენური უკმარისობის სიმპტომების დაძლევაში, როგორცაა სიმძიმის შეგრძნება ფეხებში, ტკივილი, ვენების ვარიკოზული გაგანიერება ან ედემა. აუცილებლად გაესაუბრეთ ექიმს შემაწუხებელი სიმპტომების შესახებ.

სასარგებლო ჩვევები:

- აწიეთ ფეხები, რომ თავიდან აიცილოთ შეშუპება
- არ იდგეთ ფეხზე დიდხანს
- ნუ მიუშვერთ ფეხებს სითბოს წყაროს, ნუ მიიღებთ მზის აბაზანებს

როდის გვესაჭიროება ვასკულარული სისტემის სპეციალისტის კონსულტაცია?



ფეხმძიმობის პერიოდში და მშობიარობის შემდეგ თქვენი მთავარი კონსულტანტი უნდა იყოს გინეკოლოგი. იგი ასევე მიხედავს ვენურ პრობლემებს და, თუ საჭიროა, გამოგიწერთ კომპრესულ წინდებს ან ფლებოტროპულ მედიკამენტებს. ვასკულარული სისტემის სპეციალისტის ჩარევა საჭიროა მხოლოდ განსაკუთრებულ შემთხვევებში, როგორცაა თრომბოზი ან ფლემბიტი.

მშობიარობის შემდეგ გინეკოლოგმა შეიძლება გაგაგზავნოს ვასკულარული სისტემის სპეციალისტთან ან ანგიოლოგთან უფრო ზუსტი დიაგნოსტიკის მიზნით, ან დაგინიშნოს დოლპეროგრაფია. შესაბამისი სპეციალისტი დაგინიშნავთ მკურნალობას, რაც თავიდან აგაცილებთ გართულებებს შემდგომი ორსულობის შემთხვევაში.