

OFFITA Á MEÐGÖNGU

ICD greining: E66.9 Offita.

Í fyrstu komu í mæðravernd er m.a. upplýsingum safnað um heilsufar og áhættuþættir metnir. Liður í því er að skrá BMI. Ljósmyndir gerir áætlun um eftirlit samanber upplýsingar hér að neðan, fyrir konur með BMI ≥ 30 . Gera má ráð fyrir að fjórða hver kona í mæðravernd þurfi aukið eftirlit vegna BMI.

ALMENN FLOKKUN EFTIR BMI:

- Of létt BMI $< 18,5$
- Eðlileg þyngd BMI $18,5 - 24,9$
- Ofþyngd BMI $25 - 29,9$
- Offita flokkur 1 BMI $30 - 34,9$
- Offita flokkur 2 BMI $35 - 39,9$
- Offita flokkur 3 BMI ≥ 40

BMI ≥ 30 .

Þessi hópur er oftast með sögu um minnkaða frjósemi, PCOS, stoðkerfiseinkenni, háþrýsting, truflaðan vítamínþúskap, hyperinsulinemíu og afleiðingar megrunaraðgerða. Á meðgöngu og í fæðingu geta verið auknar líkur á ýmsum vanda. Aukin hætta er á snemmkomnu fósturláti, fósturgöllum (miðtaugakerfisgöllum), meðgönguháþrýstingi, meðgöngueitrun, meðgöngusykursýki, blóðsega, vaxtarskerðingu fósturs, þungbura, framköllun fæðingar, langdreginni fæðingu, axlarklemmu í fæðingu, bráðakeisara, blæðingu eftir fæðingu, sýkingu eftir fæðingu, innlögn á vökudeild, fósturdauða, nýburadauða.

EFTIRLIT Á MEÐGÖNGU:

Almennt geta konur með offitu verið í mæðravernd í heilsugæslu. Ef BMI ≥ 50 er ráðlagt mat fæðingarlæknis m.t.t. eftirlits.

Auk almennra ráðlegginga um mikilvægi þess að huga að eigin heilsu (næring, hreyfing, svefn og hvíld) mætti meta þörf á frekari úrræðum eins og hreyfiseðli, tilvísun til næringarráðgjafa, lífsstíls móttöku og öðru sem heilsugæslan býður upp á. Áhersla ætti að vera á hollt og fjölbreytt mataræði í samræmi við ráðleggingar Embættis landlæknis um mataræði á meðgöngu og dagleg hreyfing, minnst 30 mínútur á dag. Ef slíkum ráðleggingum er fylgt má búast við lítilli þyngdaraukningu á meðgöngu en það ætti ekki að vera áhyggjuefni.

Eftir fæðingu ætti að bjóða viðtal í heilsugæslu skv. verklagi heilsugæslunnar um [eftirfylgd með konum sem greinst hafa með heilsuvanda á meðgöngu.](#)

Kona í flokki 1 (BMI 30-34,9). Mæðravernd í heilsugæslu:

- Skima fyrir meðgöngusykursýki.
- Meta þörf á segavörn; í upphafi meðgöngu og við 28 vikur

Kona í flokki 2 (BMI 35-39,9). Mæðravernd í heilsugæslu:

- Skima fyrir meðgöngusykursýki, meta þörf á ASA og segavörn
- Skima fyrir meðgöngueitrun (BP mæling og þvagstix) á 3ja vikna fresti frá 24-32 vikna meðgöngu en á 2 vikna fresti eftir það
- Meta hvort þörf er á a vaxtarmati með ómun við 32 vikur og 36 vikur
- Viðtal við lækni/fæðingarlækni við 36 vikur, en fyrr ef ástæða er til
- Þjóða framköllun fæðingar við 40-41 viku

Kona í flokki 3a (BMI \geq 40). Mæðravernd í heilsugæslu:

- Skima fyrir meðgöngusykursýki, mæla TSH, meta þörf á ASA og segavörn, en BMI \geq 40 telst til tveggja áhættuþátta í mati fyrir segavörn
- Skima fyrir meðgöngueitrun (BP mæling og þvagstix) á 3ja vikna fresti frá 24-32 vikna meðgöngu en á 2 vikna fresti eftir það
- Viðtal við lækni/fæðingarlækni á fyrri hluta meðgöngu og við 36 vikur, en oftast ef ástæða er til
- Vaxtarmat með ómun við 32v og 36 vikna meðgöngu
- Ráðgjöf svæfingalæknis (senda beiðni um ráðgjöf og svæfingalæknir metur þörf á símtali eða viðtali)
- Þjóða framköllun fæðingar við 40-41 viku meðgöngunnar

Kona í flokki 3b (BMI \geq 50). Viðtal eða ráðgjöf fæðingarlæknis í upphafi meðgöngu til að meta áhættuþætti og skipuleggja mæðravernd.

Fari eftirlit fram í heilsugæslu í samvinnu við fæðingarlækni:

- Skima fyrir meðgöngusykursýki, mæla TSH, meta þörf á ASA og segavörn, en BMI \geq 40 telst til tveggja áhættuþátta í mati fyrir segavörn
- Skima fyrir meðgöngueitrun (BP mæling og þvagstix) á 3ja vikna fresti frá 24-32 vikna meðgöngu en á 2 vikna fresti eftir það
- Viðtal við lækni/fæðingarlækni við 28 vikur
- Viðtal/ráðgjöf við fæðingalækni á kvennadeild við 36 vikur þar sem tekin er ákvörðun um fæðingamáta, gangsetningu eða keisara og blóðþynningu
- Vaxtarmat með ómun við 32 vikna og 36 vikna meðgöngu
- Ráðgjöf svæfingalæknis (senda beiðni um ráðgjöf og svæfingalæknir metur þörf á símtali eða viðtali)