

Senast reviderat: 2025-06-18

Dokumentet gäller för: Kvinnosjukvård, Verksamhet Obstetrik

Innehållsansvarig: Anna-Karin Ringqvist, Verksamhetsutvecklare, Karin Breding,
Vårdenhetsöverläkare, Lina Bergman, Överläkare

Till dig som haft förhöjt blodtryck under graviditeten utan behandling

Ibland kan blodtrycket stiga första tiden efter förlossning. Man kan också sällsynt drabbas av preeklampsi. Därför är det viktigt att du fortsätter kontrollera blodtryck även om du inte behöver behandling vid hemgång. Du kan få låna med utrustning hem. Prova blodtrycksmanschetten redan på sjukhuset. Nedan följer instruktion när du ska kontrollera dina blodtryck.

Fortsatta kontroller av blodtrycket

Efter hemkomst skall du själv kontrollera blodtrycket de första veckorna. Du får låna en blodtrycksmanschett från sjukvården eller kan ta blodtrycket på din Barnmorskemottagning eller hos en undersköterska på din vårdcentral.

Kontroll av blodtryck i hemmet

Efter hemgång ska du kontrollera ditt blodtryck efter följande schema om du inte får andra instruktioner av din läkare;

Första fyra dagarna efter förlossning morgon och kväll varje dag.

Andra veckan, två gånger

Därefter en gång per vecka till om med den sjätte veckan

Förbered dig innan du mäter blodtrycket

Det är viktigt att vara i vila när du mäter blodtrycket. Undvik fysisk aktivitet, koffein, tobak och mat i minst 30 minuter före mätning. Sitt ner på en bekväm stol med fötterna plant på golvet och vila i 5 minuter.

Placera manschetten

Rulla upp ärmen på din arm och placera manschetten runt överarmen i höjd med hjärtat, cirka 2–3 cm ovanför armbågen. Vila mot ett armstöd och sitt med ryggstöd.

Starta mätningen

Under mätningen, var tyst och undvik att röra på armen eller prata. Detta kan påverka

Postadress:

Kvinnosjukvård
Verksamhet Obstetrik
Sahlgrenska Universitetssjukhuset
413 45 Göteborg

Telefon:

031-342 10 00

Webbplats:

sahlgrenska.se

mätresultatet. Dra åt manschetten så att den inte glider ner. Man ska få in ett finger mellan huden och manschetten. Armen ska vara avslappnad och ligga med handflatan uppåt. Underarmen ska vila mot ett stöd, till exempel ett bord eller armstöd på fåtölj.

Mät två gånger med 1 minuts mellanrum en timma efter att du tagit din medicin. När mätningen är klar, kommer blodtrycksmätaren att visa ditt systoliska (övre) och diastoliska (undre) tryck i mmHg.

Vad gör du vid olika blodtrycksvärde

Blodtrycket är mindre eller lika med 140 mmHg resp 90 mmHg

- Normalt tryck. Fortsätt kontroller enligt schema

Blodtrycket är 140–160 mm Hg systoliskt eller 90–110 mm Hg diastoliskt

- Kontakta oss via 1177 och boka ett telefonmöte med läkare inom 1–2 dagar. Du behöver troligen få behandling.

Blodtrycket är mer än 160/110

- Sök på Akutmottagningen för gravida och nyförlösta med en gång. Du behöver behandla ditt tryck direkt.

Vid symtom

Om du upplever symtom såsom huvudvärk, synstörningar eller buksmärta ska du åka in till akutmottagningen för gravida och nyförlösta för bedömning med en gång.

Inför hemgång

I samråd med din läkare som skriver hem dig kan det vara så att du ska ha ett tidigt uppföljande besök inom ett par veckor. Detta kan ske via videobesök.

Efter ca 8–12 veckor har du en tid till barnmorska eller läkare på mödrahälsovården eller specialistmödravården där man kommer att kontrollera ett urinprov samt ge dig information och råd inför nästa graviditet. Om du då har kvarstående blodtrycksmedicinering kommer det skrivas en remiss till vårdcentralen för uppföljning.

Du som har drabbats av blodtrycksstegring under graviditet löper en ökad risk att i framtiden få högt blodtryck. Därför rekommenderas du att årligen kontrollera ditt blodtryck på din vårdcentral.

Så här kontaktar du oss via 1177:

Surfa till 1177.se och logga in med mobilt bank-ID eller motsvarande.

Sök efter Mottagning för gravida och nyförlösta Östra, Göteborg.

Klicka på rubriken Kontakta mig eller Skicka meddelande. Vardagar bevakas detta dagligen.