

Portuguese



Informações sobre abortos recorrentes

Informações para pacientes do Serviço de Avaliação
Precoce da Gravidez (EPAS)



Um aborto espontâneo já é angustiante; repetir a experiência pode ser devastador. No Reino Unido, abortos recorrentes são definidos como três ou mais perdas de gravidez, independentemente das condições anteriores.

O aborto espontâneo recorrente afeta aproximadamente um em cada cem casais que tentam engravidar. Às vezes, há uma causa que podemos tratar. Infelizmente, muitas vezes não é esse o caso. Pode ser devastador abortar uma gravidez após a outra. Isso pode causar grande tensão, mesmo nas relações mais sólidas.

A cada aborto espontâneo, a família e os amigos podem ter mais dificuldade em apoiar-te. Eles podem pensar que estás a ficar melhor a cada experiência de perda, mas podem sentir que a tua vida está parada enquanto tentas, sem sucesso, ultrapassar o momento.

Por que abortos espontâneos recorrentes ocorrem?

Existem exames que podem fornecer informações adicionais sobre o motivo do aborto espontâneo. Esses exames podem avaliar a genética, a coagulação sanguínea, a forma do útero, o colo do útero e certos níveis hormonais.

Infelizmente, a maioria dos casais que realizam exames para investigar abortos recorrentes não consegue respostas. Nesses casos, lamentavelmente, não há tratamento médico disponível que possamos fornecer.

Pode ficar aliviado por não apresentar problemas graves, mas ainda assim pode ser bastante frustrante não ter nenhuma opção de tratamento disponível para você



Exames após abortos recorrentes

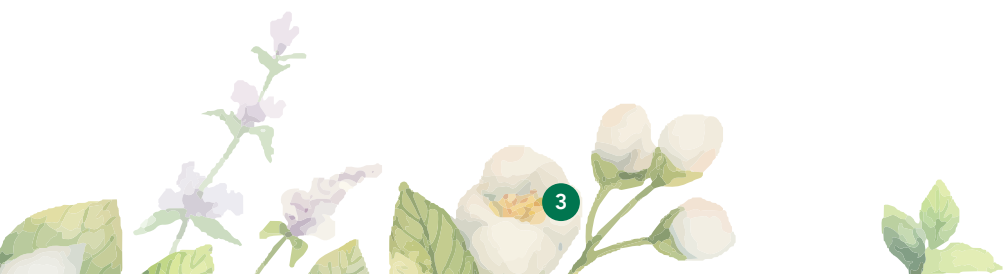
Genético

Se for possível, o tecido do aborto espontâneo poderá ser enviado para detetar anomalias nos cromossomas do seu bebé. Se detetarmos alguma anomalia no tecido durante a gravidez, poderemos recomendar que você e seu parceiro façam exames de sangue para identificar possíveis distúrbios cromossómicos hereditários. Levará algumas semanas para obter os resultados. Se os exames indicarem uma anomalia cromossómica hereditária, poderemos oferecer a você e ao seu parceiro a realização de testes genéticos.

Coagulação sanguínea

Realizaremos um exame de sangue seis semanas após o aborto espontâneo para verificar a presença de síndrome antifosfolípide. A síndrome antifosfolípide (APS) é uma enfermidade do sistema imunológico que eleva o risco de desenvolver coágulos no sangue. Se o resultado for positivo (anormal), ofereceremos o mesmo exame de sangue novamente 12 semanas depois para confirmar o diagnóstico.

Se você tiver síndrome antifosfólípica, indicaremos o uso de doses baixas de aspirina e injeções de heparina (anticoagulante) na sua próxima gravidez.



A forma do seu útero

Podemos marcar uma ecografia pélvica para observar a forma do seu útero. Um útero com formato anormal pode ser um fator que contribui para abortos espontâneos recorrentes. Poderá ser-lhe proposta uma cirurgia para corrigir isso, mas nem sempre isso é possível.

O colo do útero

Se a sua perda ocorreu após 12 semanas, podemos oferecer exames para verificar o comprimento do seu colo do útero. Durante a sua próxima gravidez, podemos oferecer-lhe uma sutura no colo do útero ou pessários de progesterona, que podem reduzir o risco de o colo do útero se abrir demasiado cedo.

Níveis hormonais

Serão realizados exames de sangue para verificar a função da tireoide e, se for detetado algum problema, serão prescritos medicamentos. Podemos realizar a verificação de outros níveis hormonais, dependendo do seu histórico médico.

Há indícios de que, em determinados casos, a administração de progesterona pode ser eficaz na preservação de uma gravidez inicial. A sua parteira ou médico irá discutir consigo as evidências, os riscos e os benefícios do tratamento com progesterona, para poder decidir informada sobre a sua utilização. Antes de iniciar este tratamento, se houver sangramento vaginal no primeiro trimestre da sua próxima gravidez, é essencial que uma ecografia confirme que a gravidez está no local correto no úter



Fatores de risco para aborto espontâneo recorrente

Existem fatores que podem aumentar a probabilidade de abortos recorrentes. Isso inclui a sua idade, se já teve abortos espontâneos anteriormente, a sua etnia, o seu peso e o seu estilo de vida.

Idade

O aborto espontâneo recorrente é mais comum se tiver mais de 35 Anos e o seu parceiro (pai biológico) tem mais de 40 anos.

Abortos espontâneos anteriores

O risco de ocorrerem abortos repetidos aumenta com o número de abortos que a pessoa já teve.

Etnia

As mulheres de etnia negra, tanto de África como do Caribe, estão mais sujeitas a abortos espontâneos recorrentes, embora as razões para tal não sejam claras.

Peso e estilo de vida

As mulheres negras africanas ou caribenhas enfrentam um risco maior de aborto espontâneo recorrente, embora a causa ainda seja desconhecida.

Podemos ajudar se o seu Índice de Massa Corporal (IMC) for inferior a 19 ou superior a 25. Além disso, podemos auxiliar na cessação do consumo de tabaco, na redução da cafeína ou no abandon

🌐 www.tommys.org

Durante a gravidez, é importante alimentar-se bem. Uma boa nutrição irá ajudá-la a manter-se saudável e o seu bebé a desenvolver-se. Há também alimentos que devem ser evitados durante a gravidez.

🌐 www.tommys.org

Você também pode aderir ao Slimming World, mencionado pelo Royal College of Midwives.



Encontrar ajuda e apoio

Passar por abortos espontâneos repetidos pode ser muito doloroso. As hipóteses de uma gravidez futura saudável aumentam e é prestada ajuda por cuidados de apoio numa unidade especializada. Poderá ser um alívio conversar com pessoas que compreendem o que está a passar. Algumas famílias podem decidir que é hora de parar. Esta pode ser uma decisão difícil de tomar. Independentemente da sua decisão, as seguintes organizações poderão fornecer-lhe apoio adicional.

The Miscarriage Association (A Associação de Abortos Espontâneos)

🌐 www.miscarriageassociation.org.uk

The British Association for Counselling and Psychotherapy (Associação Britânica de Aconselhamento e Psicoterapia)

🌐 www.bacp.co.uk

Relate

🌐 www.relate.org.uk

The Samaritans (Os Samaritanos)

🌐 www.samaritans.org

Tommy's

🌐 www.tommys.org





