سلامة المولود تبدأ من رحم الأم

د' أحمد التاجي: السيدة الحامل التي تتبع نظاما غذائيا متوازنا وعناية طبية منتظمة تكون ولادتها أكثر سهولة

أخذ التطعيمات في مواعيدها المحددة يحمي الطفل من أمراض عديدة

القاهرة/14أكتوبر/نصرالدين سلطان :

العناية بالمولود تبدأ منذ بداية تكوينه داخل رحم الأم، وينصح الأطباء الأمهات بالمتابعة الدورية لحالتها الصحية، والاطمئنان على حالة الجنين، ومتابعة مراحل نموه داخل الرحم، والالتزام بالتعليمات سواء من ناحية النظام الغذائي، أو تناول الأدوية والتي يفضل تناولها بعد استشارة الطبيب، أو في الحالات الضرورية، ولابد أن تحرص الأم الحامل على المشي قدر الإمكان لإن ذلك سيساعدها على الولادة بسلام، والالتزام بالتعليمات تؤدي في النهاية إلى طفل سليم ومعافى، وبعد انتهاء تعليمات الحمل، تدخل الأم في مرحلة جديدة، هي العناية بالمولود وبنفسها والالتزام أيضاً بكل الواجبات التي تحتم عليها الاهتمام بطفلها والحفاظ على صحته وحمايته من الأخطار.

يقول د.أحمد التاجي أستاذ أمراض النساء والتوليد بطب الأزهر : إنه في الشهر التاسع من الحمل، يأخذ الجنين الوضع النهائي له أسفل البطن، انتظارا لساعة خروجه إلي الدنيا، وعندما تحين هذه الساعة يبدأ الرحم في أداء مهمته النهائية، فيدفع الجنين إلي خارجه ومن ثم تأخذ عضلات الرحم القوية في الانقباض والارتخاء بانتظام، وهذه العملية تدفع بالجنين إلي خارج عنق الرحم، والسيدة الحامل التي تتبع نظاما غذائيا متوازنا، وعناية طبية منتظمة خلال فترة الحمل، تكون ولادتها أكثر سهولة.

وتستغرق عملية ولادة الطفل الأول عادة من 16 - 18 ساعة منذ بداية الطلق، حيث يكون الفارق بين كل طلق والآخر ساعة في البداية، ثم يتقارب تدريجيا ليصبح ما بين 10 - 15 دقائق، ويظل الفارق في التناقص حتى تحين ساعة الوضع..

أما في الولادات التالية، الطفل الثاني أو الثالث، فتستغرق عملية الولادة مابين 8 - 10 ساعات، ومع ذلك فهي ليست قاعدة ثابتة.

مراحل الولادة

وتنقسم عملية الولادة إلي ثلاث مراحل في المرحلة الأولي تؤدي انقباضات الرحم إلي فتح عنق الرحم حتي يمكن خروج الطفل إلي قناة المهبل .

و الثانية تتمدد فتحة المهبل وتتسع لتسمح بمرور الطفل.

وفي المرحلة الثالثة تخرج المشيمة " الخلاص" وتنفصل عن الرحم.

ورغم أن قدرة اللّه تعالي، قد جعلت عملية الولادة أمرا طبيعياً، إلا أن اكبر حجم الطفل أحيانا، وحدوث بعض المشاكل الأخري الطارئة، تدفع الطبيب إلي إجراء شق صغير جانبي لفتحة المهبل لتسهيل عملية الولادة، وبعد الولادة يتم قفل هذه الفتحة ببعض الغرز من خلال التخدير الموضعي، حيث تلتحم تماما ولاتترك أي أثر، أما في الولادات التالية فنجد أن فتحة المهبل تتسع بحيث تسمح بخروج الطفل دون حاجة إلي جراحة أو تمزق ، وعند خروج الطفل إلي الحياة الدنيا، يقوم الطبيب بقطع الحبل السري، وبضرب الطفل برفق علي مؤخرته ليطلق الوليد صرخته الأولي، ومن ثم تمتلئ رئتاه بالهواء، ومع عملية التنفس يتزود الجسم بكل احتياجاته من الأكسجين.

نصائح للأم

وفي اليوم الأول من الولادة يفضل تقديم حساء دافئ وعصير فاكهة أو شوربة خضار للأم، فالطعام الخفيف يجنبها الكثير من المتاعب.

وفي اليوم التالي، فيمكنها تناول الطعام وفقا لشهيتها مع الإكثار من السلطات والفاكهة.

أما في حالة الولادة القيصرية، فيجب تناول الطعام حسب ارشادات الطبيب.

وخلال الستة أسابيع التالية للولادة، يأخذ الرحم في الانكماش تدريجيا حتي يصل إلي حجمه الطبيعي، خلال ذلك تخرج بعض الافرازات المخاطية المختلطة بالدم، والتي تقل حتي تنعدم تماما، و تلاحظ الأم حدوث تقلصات وآلام تشبه آلام الدورة الشهرية في الأسبوع الأول نتيجة انقباضات الرحم لتطرد المخلفات الموجودة داخله، ويمكن الأحساس بخروجها عند إرضاع الطفل بشكل خاص، حيث إن عملية الإرضاع تساعد علي مزيد من الانقباضات.

لبن السرسوب

ولايظهر اللبن في الثديين إلا بعد مضي ثلاثة أيام، وحتي ذلك الوقت يفرز الثديان سائلا صافيا خفيفا يسمي "كولستروم" أو ما يطلق عليه العامة" لبن السرسوب" وهو سائل مهم غني بالبروتين، مغذ للطفل في الأيام الأولي ولابد من ارضاعه للطفل، حتي ولو كانت حالة الأم الصحية تمنعها من ارضاع طفلها، وعلي الطبيب هنا اتخاذ الإجراءات الطبية تجاهها وتجاه طفلها، ومن الظواهر المعتادة خلال الأيام الأولي من الولادة زيادة كمية البول، وأيضا الإمساك، وهنا يجب عدم تناول ملينات بكثرة ، لأنها قد تؤدي إلي أصابة الرضيع بالإسهال، والأفضل تناول كميات كبيرة من الخضروات الطازجة والفاكهة.

المولود الجديد

ويضيف د. هاني أحمد لطفي استشاري أمراض الأطفال عن المولود الجديد فيقول: من المفيد أن يصرخ الطفل عند ولادته وصرخاته بلا دموع، فالصراخ وسيلة مساعدة لسرعة التخلص من هذه السوائل، وصراخ الطفل المولود قد يكون تعبيرا عن متاعبه، فقد يكون جسمه مبللا، أو يكون الأحساس بالبرودة هو السبب فدرجة حرارة الغرفة أقل بكثير من درجة حرارة الرحم الذي كان يعيش فيه، كذلك فإنه يعيش في جو مليء بالأضواء بعد أن كان الظلام يحيط به.

وقد تلاحظ الأم وجود انتفاخ في ثدي الطفل المولود وبالضغط علي ثدي المولود تخرج قطرات من اللبن، ويستمر ذلك لعدة أيام بعد الولادة، ولكنه يتوقف بعد ذلك، كما تلاحظ وجود شعر في أجزاء من جسم المولود ولكن سرعان ما يسقط هذا الشعر ، ويولد كل الأطفال وجلدهم أبيض، حتي الطفل المولود من أسرة سمراء، فالحبيبات التي تلون الجلد لا تأخذ مكانها إلا بعد مرور عدة أيام، بل وعدة أسابيع.

والولادة البكرية "أي الولادة الأولي في الحياة الزوجية" تأخذ وقتا أكبر من الولادة التالية ، وفي الأيام الأولي يستطيع المولود أن يفتح عينيه ويغلقها، ويكون قادرا علي التمييز بين الظلام والضوء بل ورؤية الأجسام الضخمة المتحركة حوله.

وأسرع شيء يتعلمه الطفل في أسبوعه الأول هو رضع الثدي، كما أنه ينام كثيرا في هذا الأسبوع وإذا مد الطفل ذراعه وركز عينيه عليه، فإن هذا الأمر علامة علي أن مخه استطاع أن يوافق ما بين حركة اليد وحركة العينين، وهذه نقطة مهمة في مراحل النمو، وبكاء الطفل حديث الولادة يكون إما للجوع أو البلل أوإحتباس الغازات في المعدة إذا ترك بمفرده وهز الطفل يعتبر أحسن وسيلة لتهدئته علي أن يكون الغناء متزامنا مع هذا الهز، كما أن أحسن وسيلة لإخراج الهواء هي وضع الطفل علي بطنه فوق قربة ماء دافئ ثم يربت علي ظهره برفق.

كما أن الطفل يحتاج للتكريع بعد الرضاعة خصوصا إذا كان قد بلع كمية من الهواء أثناء بكائه طلبا للطعام هنا يمكن مساعدته علي التكريع قبل الرضاعة، وبعدها أيضا.

الرضاعة الطبيعية

والرضاعة الطبيعية أحسن تغذية للطفل، كما أن لبن الأم يمكن هضمه بسهولة ويحمي الطفل من الميكروبات، ويجعله أقل عرضه للحساسية ، ولبن "السرسوب" الذي يفرزه الثدي يحتوي علي أجسام واقية من الأمراض، كما أن كميته كافية للطفل وتحتوي علي البروتين والدهون اللازمة له لحين نزول البن الطبيعي، وعلي الأم ألا تضغط ثديها أثناء الرضاعة حتي يستطيع الطفل أن يتنفس بسهولة أثناء الرضاعة، ولابد من رضاعة الطفل لمدة 5 دقائق في أول الأمر ثم تزداد تدريجيا يوم بعد يوم، مع ضرورة إرضاع الطفل كل ساعتين أو ثلاث ساعات في الأيام الأولي، والحرص علي تنظيف الثدي بعد الرضاعة بالماء فقط بدون صابون، وتجفيفه في الهواء وليس بمنشفة، لأن تهوية الثدي يقلل من شعورها بالحرقان ، ويجب الاقلال من الأطعمة التي تحتوي علي البصل والثوم والكرنب، وتجنب التدخين نهائيا ، لأنه يقلل من قيمة اللبن.

مشاكل مرضية

وهناك العديد من المتاعب المرضية التي يتعرض لها الوليد في بداية شهوره الأولي، أهمها أمراض الجهاز التنفسي، والتي عادة ما تصيبه نتيجة اصطحاب الأم له عند خروجها إلي عملها وإيداعه إحدي دور الحضانة حيث يتعرض الطفل للتغيرات الجوية ويصاب بالبرد ، وقد يتعرض لمتاعب الجهاز الهضمي، مثل: النزلات المعوية، كما أنه يصبح عرضة للعدوي من الآخرين نتيجة الازدحام والتلوث.

ولابد أن تعلم الأم أن السنة الأولي من عمر وليدها محفوفة بالعديد من المخاطر، فقد يولد الطفل ناقص الوزن أو مصابا بمرض الصفراء، أو بالالتهابات التنفسية أو بعدم استقرار درجة حرارته، وإن كان الطب قد استطاع علاج مثل هذه الحالات بسهولة ، وهناك جانب آخر يجب أن نراعيه، وهو العيوب الخلقية والوراثية، لذا لابد من فحص الزوج والزوجة معا قبل الزواج حتي يمكن تجنبها.

وهناك أمراض قد تنشأ عند الولادة منها عدم حصول الوليد علي الأوكسجين الكافي مما يؤثر علي نموه العقلي وذكائه. والنصيحة التي يمكن تقديمها هي الرعاية الدورية المنتظمة للطفل ومتابعة حالته، وأخذ التطعيمات في مواعيدها المحددة، ففي ذلك حماية للطفل من أمراض عديدة قد يتعرض لها في حالة اهماله.

بكل الاتجاهات

السائحون الصينيون ينفقون 1.3 مليون دولار في تايوان

صينيون يقومون بجولة سياحية في العاصمة التايوانية تايبيه

تايبه /14أكتوبر/ رويترز:

قالت وسائل إعلام تايوانية إن السائحين الصينيين الذين اختتموا للتو رحلة تاريخية إلى تايوان التي عادة ما كانت تمنع دخولهم لأسباب أمنية أنفقوا نحو 40 مليون دولار تايواني (1.3 مليون دولار) وهو ما يعد منشطا لاقتصاد الجزيرة الضعيف.

وذكرت صحيفة يونايتد ديلي نيوز ان بعضا من 762 زائرا صينيا قدموا إلى تايوان لمدة ثمانية أيام في باكورة رحلات الطيران العارض المباشرة في عطلات نهاية الأسبوع ابتداء من الرابع من يوليو اشتروا هدايا تذكارية مصنوعة في تايوان مثل حقائب يدوية من ماركة لويس فويتون الشهيرة وغيرها من السلع الفاخرة من المتاجر الغالية مثل ساجو وتايبه 101 في عاصمة الجزيرة.

وأضافت الصحيفة «الأربعون مليون دولار تايواني التي أنفقها سائحو البر الرئيسي للصين على مدى الأيام الثماني الماضية لا يزال تقديرا متحفظا.

«قال عدد غير قليل من السائحين بالأمس إنهم أنفقوا أكثر مما تتصورون.»

وتدعي الصين سيادتها على تايوان منذ عام 1949 عندما فاز شيوعيو ماوتسي تونج بالحرب الأهلية الصينية وفر قوميو شيانج كاي- شيك إلى الجزيرة. وقد تعهدت بكين بإعادة تايوان إلى حكمها وبالقوة إذا لزم الأمر.

وفي علامة على انفراجة في العلاقات المتوترة اتفق الجانبان الشهر الماضي على تدشين رحلات طيران عارض من الجمعة حتى الاثنين ويرجع ذلك جزئيا إلى تمكين السياح الصينيين الذين يتزايدون ثراء من زيارة تايوان حيث يواجه الاقتصاد قضايا التضخم وضعف الأجور والبطالة.

وجرى حظر الرحلات المباشرة من قبل ما عدا عطلات نهاية الاسبوع على نحو عارض ونادرا ما كان يسمح للصينيين بزيارة تايوان لاسباب أمنية.

رجل وامرأة مسلمان في الهند يتزوجان عبر الهاتف الخلوي

كولكاتا - (الهند) /14أكتوبر/ رويترز:

قال رجل دين ان زوجين هنديين مسلمين عقدا قرانهما عبر الهاتف بعد ان قال العريس الذي يعيش في الخارج انه ليس لديه مال للعودة الى الوطن للزواج.

وزوج رجال دين مسلمون ايرين بيسواس (18 عاما) إلى صافي كل الاسلام الذي يعمل مشرف عمال في الكويت.

وشاهدت القرية بأكملها في مرشد اباد في غرب البنغال رجال دين يضعون هاتفا خلويا في حالة تشغيل للسماعة الخارجية حتى يتسنى لهم سماع تعهدات الزواج من الجانبين.

وقال مولانا الامجير وهو رجل الدين الذي أتم مراسم الزواج بالهاتف «نطق كل منهما بالقبول ثلاث مرات وان الزواج تم بذلك». وقال ان المراسم الحديثة ليست ضد التعاليم الإسلامية.

وقالت العروس في مقابلات متصلة للإعلام المحلي إنها شاهدت صافي مرة واحدة فقط عندما عاد إلى الوطن لقضاء إجازة. وقالت ايرين للصحفيين «لم اتحدث مطلقا معه لكنني الان اتحدث معه يوميا».

وقال افراد من العائلة ان من المقرر ان يلتقي صافي مع زوجته للمرة الاولى في اكتوبر تشرين الاول من هذا العام عندما يأتي أخيرا إلى وطنه لقضاء عطلة.

مع الأحداث

سعيد محمد سالمين

لا ينجح مفاوض إلا بقوة تدعمه

أثبتت الحقيقة أن لا فائدة من أي مفاوضات دولية مع الكيان الصهيوني والعرب في موقف الضعف والتخاذل والاستضعاف، إضافة إلى أن خلافاتهم تتسع فجوتها يوماً بعد يوم، فيحاول العدو الصهيوني استغلالها لصالحه بطريقة أو بأخرى للتغلب علينا.

* فمؤتمر " أنا بوليس" الذي ذهب إليه ممثلو العرب ووفد السلطة الفلسطينية بقيادة "أبو مازن" بناء على دعوة رئيس الإدارة الأميركية السيد" بوش الابن" للجلوس مع وفد الكيان الصهيوني على طاولة المفاوضات الدولية للخروج بتصور عملي وصادق للتأكيد على إقامة دولة فلسطينية كحق مشروع للشعب الفلسطيني، وحسب ما وعد به السيد بوش خلال فترة ولايته المتبقية للإدارة الأمريكية، نفاجأ أن تلك الوعود لم تكن إلا رماداً في العيون أو بخاراً في الهواء، لأن التفاوض جاء في ظروف قاسية، ومناخ سياسي غير موات لخدمة القضية الفلسطينية، ولا يعزز من موقفها التفاوضي، وذلك نتيجة للخلافات السياسية الفلسطينية في المقام الأول، حيث أنشق البيت الفلسطيني ـ صاحب الحق الأول ـ بين أبنائه المناضلين إلى قسمين متناقضين، فاستفاد العدو من هذه الثغرة القائمة لمصلحته، وهذا ما جعل بوش الابن يتخلى عن وعوده السابقة في ضرورة قيام دولة فلسطينية هذا العام تتجاور بسلام مع دولة الكيان الصهيوني، ويحضر ذكرى النكبة الفلسطينية في إسرائيل للاحتفال بتأسيس الدولة الإسرائيلية التي مضى عليها ستون عاماً، فكانت رسالة مؤلمة ومهينة للكرامة العربية والحق الفلسطيني، مؤكداً أنه لا يمكن النظر في قيام الدولة الفلسطينية إلا بحال انقضاء ستين عاماً أخرى.

* وتجدر الإشارة هنا إلى أن الأخ/ علي عبداللّه صالح، رئيس الجمهورية اليمنية كان أن تقدم بمبادرة سياسية إلى كل من قيادتي السلطة الفلسطينية ممثلة بشخص أبو مازن، وحماس وبقية فصائل العمل الوطني الفلسطيني الأخرى بغية رأب الصدع وإصلاح ذات البين بينهم حتى يتعزز موقفهم التفاوضي في محادثات السلام مع العدو الصهيوني، ويتحقق ما يمكن تحقيقه.

إننا نتناسى أن المفاوض في أي مؤتمر دولي مهما أوتي من براعة في الكلام، وبلاغة وفصاحة في الخطابة لا يمكنه أن ينال ما يريد في المؤتمر بذلك وحده، والمعول الأساسي في المؤتمرات هو ما وراء المفاوض من قوة، والقوة تتضمن عناصر متعددة منها وحدة الصف والهدف، والقوة الروحية، وقوة الإرادة والنضال، والقوة العسكرية، والقوة الاقتصادية، وقوة الأصدقاء أو الحلفاء من دول أخرى، بعبارة ثانية إن الذي يتكلم في المؤتمرات هو ما وراء المفاوض من قوة تستطيع أن تنال ما لم يستطع المفاوض نيله بالتفاوض.

* ولهذا ـ إذا ما عدنا بالذاكرة إلى الوراء ـ نجد أن العرب أضاعوا فلسطين المحتلة في 1948 عندما كانوا يقاومون التقسيم، وإيجاد دولة إسرائيل بقرار الأمم المتحدة غير المشروع، لأنهم اعتمدوا في موقفهم على البلاغة والفصاحة وإدلاء الحجج القانونية في أكبر مؤتمر دولي فيه يتقرر مصير بلاد وشعب، كما أن الأوضاع والظروف السياسية لم تكن مواتية لهم، لأن معظم الدول العربية كانت ترزح تحت حكم أجنبي، فلم يفدهم ذلك كله شيئاً، لأن النار لا تحرق إلا رجل واطيها.

* فمتى نستفيد من دروس التاريخ؟!، ومعرفة أصول المفاوضات الدولية التي لا تعترف إلا بالقوة حتى تجعل كلمتك مسموعة في المؤتمرات الدولية، وحتى تنال مطالبك دون استعمال القوة، لأن القوة القادرة جاهزة ومستعدة وراء المفاوض.

بين يدي محافظ الحديدة

محافظة الحديدة محافظة استراتيجية ذات مساحة شاسعة وكثافة سكانية حظيت كغيرها من المحافظات باهتمام كبير من قيادتنا السياسية ممثلة برائد التنمية الأخ/ علي عبداللّه صالح رئيس الجمهورية حفظه اللّه على مدى ثلاثة عقود من الزمن شهدت المحافظة قفزة نوعية في مجال المشاريع التنموية والخدمية سواءً في مركز المحافظة أو مديرياتها

هناك قصور في بعض المرافق الخدمية خاصة في مجال الصحة العامة والنظافة بالنسبة للمديريات كما أن هناك مشاريع متعثرة ذات أهمية كبرى منها على سبيل المثال لا الحصر مشروع المدينة الطبية وانتهاء العمر الافتراضي لمستشفى العلفي وإن كانت الحياة بدأت فيه مؤخراً إلا أنه يواجه ضغطاً شديداً من المترددين عليه خاصة وأنه يعول عليه تقديم خدمات طبية واسعافية لأكثر من مليوني مواطن إضافة إلى عدد من سكان بعض مديريات محافظات ريمة والمحويت وحجة وأصبح عاجزاً عن أداء دوره.

كما أن هناك مستشفيات ريفية في بعض مديريات المحافظة لا ترقى إلى مستوى الاسم الذي تحمله ولعل تعثر العمل في تنفيذ مستشفى المراوعة الريفي أحد الشواهد على ما تعانيه المرافق الصحية العامة فهذا الحلم الذي راود سكان المراوعة البالغ تعدادهم (40) ألف نسمة تكسر على صخرة الواقع.

أما النظافة فحدث ولا حرج ففي مراكز عدد من المديريات تتجمع أكوام القمامة وكأنها معارض دائمة عن أنواع القمامة وما أدراك ما أكوام القمامة وآثارها على صحة الفرد والمجتمع.

محافظ الحديدة كم نحن سعدنا بهدية قائد المسيرة لمحافظتنا الغالية حين اختارك مرشحاً للمحافظة وحزت على ثقة الناخبين وبلا منافس وهذا دليل على حبنا لك وثقتنا بك.

نشاطرك الرأي إن مهامكم جسام وأنتم أهل لها نأمل أن تشهد محافظتنا مزيداً من الإنجازات والتي تحقق طموحات وآمال المواطنين.

أملنا كبير وستجد منا الدعم والتعاون لما فيه مصلحة الوطن والمواطن.

أحمد الكاف