

للنساء الحوامل فقط !!!

المباعدة بين الولادات يؤدي إلى حمل صحي سليم

الحوامل من هن أقل من 18 عاما يتعرضن للإصابة بمضاعفات وأطفالهن يعانون من التقزم ونقص الوزن



لتكون حقا أعز الناس



عبدالحامد ثابت الشهابي

في 21 مارس تحتفل الدنيا سنويا بالمرأة كإنسانة.. وبالمرأة كأم.. فتقوم الدنيا ولا تقعد.. حتى إذا جاء شهر أبريل، وأطل علينا يومه الأول.. علمنا أن ثمة كذبة يبيعها المحتفلون.. فلا يبقى عرفان بحق المرأة.. ولا اعتراف بحق الأم.. وكأننا كنا نحيا كذبة كبيرة.. كأي كذبة.. إلا أنها مقدمة على كذبة أبريل.. وغير معلنة.

ويتجلى امتهان المجتمعات للمرأة في صور لا حصر لها.. لا يرون فيها سوى أنها مخلوق جميل.. لكنه كأي سلعة محبوبة للنفس.. وجالبة للأشياء.. إنها جمال مضاف إلى ديكورات المكاتب.. لا تصلح إلا أن تكون صنما أمام مكتب المدير.. تستقبل الضيوف.. وتريح بفتحها مزاج الزبائن.. هذا مثال.. فلماذا لا تكون المرأة هي المدير.. هي الوزير.. هي الرئيس.. هي الأميرة.. ويكون الرجل بكرشه وصلته هو السكرتير؟! ألسنا مع المرأة ومع أن تنال حقها أسوة بالرجل؟

إن المرأة قد تكون أكثر كفاءة من الرجل.. وأرجح عقلا من الرجل.. وأكثر كفاءة في إدارة الأعمال.. فلماذا تبقى خلف الأبواب.. مجرد زينة، وقيمة زائدة فوق قيمة السلعة المبيعة؟ لماذا لا توضع صورة الرجل للدعاية للسلع.. مثلا الصابون.. يظهر الرجل بثياب عمله المملخة.. ثم يضع آخر الصابون عليها.. فتبدو ناصعة البياض.. لماذا توضع صورة المرأة؟ وصورة المرأة على كل السلع.. أليس هذا امتهاننا.. بل قمة الامتهان.

نحن نريد الصدق.. لنحتفل بالمرأة ونناصرها.. ولكن ليكن ذلك دائما وأبدا ويوميا وبالفعل والممارسة وبالقرارات الملموسة.. هذا ما نريده ويكفي كذبا على المرأة.. فهي الأم والزوجة والأخت، وأعز الناس.

المولود أو تطراً عليه بعض المنغصات، مثل الولادة السريعة والإصابة بنقص الوزن.

اتخاذ قرار حمل سليم

يوجه كثير من المختصين والمعنيين فيما يتعلق بما بعد الولادة، بضرورة قيام الزوجين باختيار واستخدام وسيلة تنظيم أسرة مناسبة لهما وبشكل مستمر لمدة سنتين على الأقل قبل المحاولة في الحمل من جديد، كما أن الأزواج الذين اختاروا استخدام وسيلة مستمرة لمنع الحمل يمكن أن يخططوا للحمل التالي في مدة لا تتعدى (5 سنوات) من المولود السابق.

مرحلة ما بعد الإجهاض أو الإملاص

يجب أن يهرع الزوجان فيها إلى استخدام وسيلة تنظيم أسرة لهما وبشكل مستمر لمدة (6 أشهر) على الأقل قبل المحاولة في الحمل الجديد. أبرز الفوائد الصحية في المباعدة بين الولادات: تجنب الأم الحامل العديد من الانتكاسات باتباعها للإرشادات الصحية وخصوصا المباعدة بين كل مدة ولادة وأخرى، وهذا يجنبها أهمها:

- الولادة قبل الأوان، ووفاة الأطفال الرضع أقل من خمس سنوات.
- تجنب ولادة «أطفال بوزن صغير».

خدمات تنظيم الأسرة

تقدم خدمات تنظيم الأسرة للنساء والرجال الذين يحضرون إلى مراكز تنظيم الأسرة والمشورة عن الفوائد الصحية والاجتماعية للممارسة، والتوقيت السليم للحمل والمباعدة بين الولادات. وتشمل المجموعة المهمة بتأجيل الحمل الأول أو المباعدة بين الولادات في كل من المقبلين على الزواج. وايضا حاملات فيروس نقص المناعة المكتسبة اللاتي يرغبن بالحمل.

- المتزوجين حديثا.
- الأزواج الشباب.
- من لديهم أطفال.
- النساء اللواتي يعانين من إجهاض وإملاص.

تشير بعض الدلائل إلى أن التوقيت السليم والمباعدة بين الولادات، يجعل عملية الولادة عند النساء تسير وفق نهج صحي بامتياز، فالحمل المستمر أو الإجهاض يولد كثيرا من المخاطر، كما يؤدي على زعزعة صحة الأم وقد يؤدي إلى الوفاة.

فالحمل في سن مبكر (18 عاما) على سبيل المثال يؤدي إلى خطر محتم، فالأم ووليدها قد يواجهان العديد من المضاعفات الصحية مقارنة مع النساء «الأمهات»، ممن يحملن في سن «24 عاما»، فالأعراض التي تظهر على النساء اللواتي في سن (18 عاما) هي التقزم أو نقص الوزن خلال خمس سنوات من عمر «الجنين».

من هذا المنطلق أصدرت منظمة الصحة العالمية دليلا يحوي في طياته العديد من التوصيات أهمها المباعدة بين فترات الحمل بما لا يقل عن (24 شهرا) بهدف تقليل النتائج الضارة على الأم.

كما أوصت منظمة الصحة العالمية بابتعاد بين الرجل عن زوجته على الأقل ستة أشهر بهدف تقليل النتائج الضارة بالأم والولادة بشكل عام.

عرض / مروان صالح

فيها أكثر عرضة لفقر الدم والتمزق المبكر للأغشية، كما ناقشت الوكالة الأمريكية للتنمية موضوع حدوث الحمل في عمر المراهقة (أقل من 18 عاما).. فقد أشارت الدراسات إلى أن المراهقات أكثر عرضة لخطر الإصابة بارتفاع ضغط الدم الناتج عن الحمل وفقر الدم والولادة المطولة، كما قد يموت

نتائج صحية لتوقيت الحمل والمباعدة

أصدرت الوكالة الأمريكية للتنمية الدولية «6» دراسات بحثية على مستوى العالم، وتلخصت نتائج الدراسات في تقارب فترات الحمل وإتمام مدة الحمل بعد أقل من ستة أشهر من الإجهاض، أيضا بعد مدة الحمل أي «5 سنوات» بين كل مدة ومدة، وحدث ما يسمى بالحمل في مدد متقاربة أي في أقل من ستة أشهر بعد الإجهاض أو الإملاص إذ تكون الأمهات

إلى كل أم احتضنت بقايا طفلها ووضعتة وردة في مزهرية القلب كل سنة وأنت طيبة



الحمل المبكر قبل سن (18) يزيد المخاطر المرضية لحياة الأم ووليدها