14 أكتوبر
يومية - سياسية - عامة
Email: 14october@14october.com

الطب والأمومة الآمنة

على الحامل زيارة المركز الصحي أربع مرات على الأقل خلال فترة الحمل

الحمل قبل سن 18 عاما يؤدي إلى الإجهاض التلقائي المتكرر والحمل بعد سن (35) يعرض الحامل لمخاطر صحية مختلفة

إن الأمومة المأمونة بديهة من البديهيات ولكن للأسف الشديد كثيرا ما تتحطم على أرض الواقع في كثير من المجتمعات وخصوصا في مناطق دول العالم الثالث، فوضع المرأة في هذا العالم النامي تتسم بمشاكل كثيرة ومنها مشكلة وفيات الأمهات.

ويقصد بالأمومة المأمونة مرور مدة الحمل والولادة وما بعد الولادة والأم بأمان .. وتجنب الأسباب التي تؤدي إلى وفاة الأمهات والمثبتة طبيا وهذا ما سنقوم بعرضه ..

عرض / إيفاق سلطان سيف

أسباب طبية

وهي تعرض المرأة الحامل إلى نزيف وتعسر في الولادة وأيضا الإجهاض غير الآمن المفتقر إلى الرعاية الصحية الكاملة، وارتفاع في ضغط الدم أثناء الحمل أو العدوى بالالتهابات الجرثومية وآفات القلب.. كما أن الحمل قبل سن 18 عاما يعرض الحامل إلى الإجهاض التلقائي المتكرر، الولادة المبكرة والمتعسرة ، كما يؤدي إلى التمزقات الجسدية مثل الناسور البولي والشرجي وانفجار الرحم .

أسباب اجتماعية واقتصادية

هناك أسباب اجتماعية واقتصادية تتعرض لها المرأة الحامل، فتؤدي إلى وفاتها، أو فقدان جنينها ومن هذه الأسباب التالي :

إهمال رعاية البنات في طفولتهن، والزواج المبكر في أول سن المراهقة، قبل أن يكتمل نضج الفتاة، وأيضا الفقر والأمية وسوء التغذية مع العمل المرهق والشاق، وبعض الممارسات الضارة التي تشجعها التقاليد والاجتماعية، والإجحاف في حق المرأة وتدني وضعها الاجتماعي والاقتصادي، وكذا عدم مشاركة المرأة في اتخاذ القرارات التي تؤثر سلبا في حياتها وصحتها، عدم توفير خدمات كافية للصحة الإنجابية.

وأخيرا السلوك الإنجابي غير المنتظم (سن مبكر ومتأخر للإنجاب، ارتفاع عدد الولادات، تقارب مرات الحمل).

تجنب الزواج المبكر والمتأخر يقلل من نسبة الوفاة

هناك طرق يجب إتباعها والالتزام بها طبيا لخفض نسبة وفيات الأمهات منها : معرفة السن المناسب للإنجاب هي سن ما بعد الـ (18) إلى (35) عاما، ويجب على الفتيات تجنب الحمل في سن ما قبل ال(18) عاما، لأن المرأة لا تكون مهيأة جسديا ولا نفسيا للحمل، ويرجح أن تلد طفلها ناقص الوزن، وتواجه تعسر في الولادة وتحتاج إلى تدخلات جراحية مثل العملية القيصرية، كما أن الحمل بعد سن الـ (35) عاما قد تتعرض المرأة فيه إلى مشاكل صحية مختلفة مثل ضغط الدم والدوالي واحتمال وجود سكر وغيرها من الأمراض.

رعاية الحامل

عندما تكون المرأة حاملا يجب أن تزور المراكز الصحية منذ بداية الحمل مرة واحدة كل أربعة أسابيع حتى الأسبوع الـ (28)، وبعدها تتم زيارة المركز الصحي كل أسبوعين حتى الأسبوع الـ (36)، بعد ذلك زيارة مرة واحدة كل أسبوع حتى موعد الولادة المقرر لها، أو على الأقل تقوم بأربع زيارات خلال مدة الحمل وتزداد عدد الزيارات حسب ظروف كل حالة، لمعالجة أي مشكلة صحية مرافقة للحمل مثل القيء، الغثيان، الإمساك وغير ذلك، وتقديم المشورة عن التغذية والرعاية الصحية والتركيز على حالات الحمل الخطيرة (المترافقة بارتفاع ضغط الدم، داء السكر وفقر الدم)، التأكد من فحص الجنين ومراقبة نموه بالفحوصات الضرورية مثل كشافة التلفزيون، تتم في بدء الحمل للتأكد من وجود حمل وتقدير سن الحمل، ثم في الأسبوع الـ (16) لتقي التشوهات الجنينية ثم تتكرر في الأسبوع الـ (28) للتأكد من وضعية المشيمة ثم في الأسبوع الـ (36) لتحديد مجيء الجنين والولادة.

علامات إنذار يجب الانتباه إليها أثناء الحمل

ومن الأعراض الصغيرة التي يجب أن تنتبه إليها المرأة الحامل هي عدم زيادة وزن الحامل وسوء التغذية أو الزيادة المفرطة في الوزن (داء السكر، حمل توأمي، انسمام حملي وشحوب الجفن الداخلي للعين ، فقر الدم 10 – 20 ٪) من الحوامل لديهن فقر دم نتيجة سوء التغذية وتكرار الولادات، تورم غير طبيعي في الأطراف والوجه أو البطن.

أما الأعراض أو العلامات الخطرة فهي : النزيف الرحمي أثناء الحمل والولادة أو بعد الولادة، الصداع الحاد مع ألم في منطقة الشرسوف في الصدر و ارتفاع درجة حرارة الجسم وألم شديد في البطن، انفجار جيب المياه وعدم الإحساس بحركة الجنين أو توقف الحركات تماما.

الرعاية ما بعد الولادة

في المدة التي تلي الولادة مباشرة حتى (40 يوما) بعد الولادة يجب أن تقدم للمرأة (النفاس) الرعاية الكاملة وهي : معرفة المشاكل التي تحدث في مدة النفاس مثل النزيف الرحمي وإفرازات مهبلية غير طبيعية ذات رائحة كريهة، ارتفاع درجة الحرارة أكثر من (38 درجة مئوية) أو مشاكل في الحلمة واحتقان في الثدي يعيق عملية الرضاعة أو وجود بواسير أو نواسير ولادية وأيضا عدم تراجع الرحم إلى الحوض نتيجة لحدوث التهابات، وحدوث تغيرات في مزاج وتصرفات الأم، النظافة الشخصية لجسمها، خصوصًا للأعضاء التناسلية، والتغذية الجيدة والمتوازنة وشرب السوائل بكثرة وأخذ بعض العناصر المغذية مثل الحليب، الخضروات والفواكه والسكريات، وكذلك أخذ حبوب الحديد لمنع حدوث فقر الدم.

● الرعاية الصحية الكاملة للمرأة بعد الولادة مباشرة تجنبها النزيف الرحمي وإفرازات مهبلية غير طبيعية وارتفاع درجة الحرارة

الجنة تحت أقدامها

هبة حسن الصوفي

في ربيع كل عام، تجدد الأمم الراقية، ذكرى عذبة وادعة هي ذكرى الأم، وتحيي عيدا رمزيا، وهو عيد وتقدير لتلك المرأة العاملة في حقل التربية والتهذيب، وتكرم تلك المجاهدة الحرة في ميدان الواجب برغبة صادقة، وإخلاص غريزي مستمر.

تلك العاملة الصامتة المخلصة، هي أم الكون، وهي بانية العائلة وصانعة الأوطان؛ لأنها منجبة أبطاله ومشجعة رجاله وهي الأستاذة الأمل في مدارس الحياة .

نعم .. الأم نعمة خلقها المولى عز وجل وقد كرمها الله ومنحها مكانة عظيمة في الدنيا والآخرة ، ولكن.. عندما تعامل تلك الكائن الغالي بأسوأ الطرق وبهمجية وبعنف كيف علينا تحمل ذلك.

فبين يدي مشكلة تخص بعض الشباب والشابات ؟! ألا وهي مشكلة « العصيان » فبعض الشباب والشابات ومع الأسف يعصون أمهاتهم .

هناك من يصرخ في وجهها وهناك من لا يأبه لكلامها وآخر لا يقدر لها أي محبة واحترام، وغيرهم من يختمها برمي تلك الأم إلى أرصفة الشوارع، وتلك بحد ذاتها كارثة، وليست من سمات مجتمعنا الإسلامي حيث أوصانا الله سبحانه وتعالى بقوله : {وَقَضَى رَبُّكَ أَلاَّ تَعْبُدُواْ إِلاَّ إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَاناً إِمَّا يَبْلُغَنَّ عِندَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلاهُمَا فَلا تَقُل لَّهُمَا أُفٍّ وَلاَ تَنْهَرْهُمَا وَقُل لَّهُمَا قَوْلاً كَرِيمًا * وَاخْفِضْ لَهُمَا جَنَاحَ الذُّلِّ مِنَ الرَّحْمَةِ وَقُل رَّبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا} صدق الله العظيم .. « سورة الإسراء الآية 23 و24 « .

ونحن نبحث دائما عن الفرص المتاحة للشباب، ودائما نريد الأولوية لهم ونسعى دائما إلى تحقيق آمال الشباب الذين يعتبرون العمود الفقري لكل مجتمع ، وإذا بهذا العمود خلل كبير ومرض جليل، وإذا أصاب لحظة غضب من ألم سينهار هذا العمود وسيصبحون لا شيء في مجتمعهم.

وفي كلماتي هذه ليست مهاجمة لبعض الشباب والشابات ولكن... هي صحوة لشبابنا ليعيدوا النظر فيما يفعلون.. فلن يدخلوا الجنة إلا برضا الوالدين.

فبعض منهم لا يحترم أمهاتهم ولا يقدرونهن ، وكأنهم نسوا بأن هناك خالقا قد حرم هذه الأفعال، فالأم لا تستحق كل هذا، بل تستحق كل الحب والتقدير فهي من وضعت الجنة تحت أقدامها، فهي حملت وسهرت على راحة أبنائها، ومهما صدر منهم فهي لا تحمل بقلبها الحنون سوى الحب والعطف لأبنائها، ومهما كبروا وكبر شأنهم في المجتمع يظلون بنظرها أطفالا تخاف عليهم وترعاهم وتحافظ عليهم من أي مكروه يصيبهم.

ولكن.. رد الجميل من بعض هؤلاء الأبناء يكون مغايرا، فبعضهم لا يرعون شؤون أمهاتهم ولا ينفقون عليهن بما يكفيهن من غذاء وكساء ودواء، وكل منهم مشغول بحياته سواء أكان عازبا أو متزوجا، إذا كان متزوجا يكون انشغاله بزوجته وأولاده، ومن المؤكد أنه لا يريد والدته في منزله، لكي لا تتضايق زوجته وأولاده.

أما العازب ففعله أعظم فهو لا يبالي بها، أو بجلوسها وحيدة في المنزل تنتظر عودته وتطرح سؤالها المعتاد أين كنت؟ وحدث ما لم يكن في الحسبان، إذ صرخ أحدهم بكل صوته مثل الثور الهائج أنا حر ويرفع يديه ليضربها أنظروا، لرمز الجد والحنان بماذا تكافأ نظير ما قدمته، هذا الشباب أرتكب جريمة وجازاها بالضرب، وهذا الفعل لا يرضى به ديننا الإسلامي الحنيف، ولن يسامح هذا الشاب على فعلته.

وأخيرا أقول لكم أيها الشباب اتقوا الله في أمهاتكم وآبائكم وقفوا عند قوله تعالى»وبالوالدين إحسانا«.. «فحاسبوا أنفسكم قبل أن تحاسبوا