

## عن الحمل الأول وتأثيره على المرأة .. د. فاطمة الأكوع لـ ( إكسبريس )

# المستقرة نفسياً تجاه الحمل يخلو حملها غالباً من المشاكل والمضاعفات



فاطمة الأكوع

مرة، وقد تعلم (البكريات) ظاهرها، لكن ما خفي كان أعظم.

عن هذا الموضوع كان لنا لقاء بالدكتورة فاطمة الأكوع - اختصاصية أمراض النساء والولادة فالإي ما جاء فيه :

الحمل الأول بآماله وآلامه تجربة فريدة محفوفة بالمكاره تمر بها المرأة لترزق بمولود يكون قرة عين لها ولزوجها.. تجربة تختلف بعض الشيء عن تجارب النساء الأخريات اللواتي حملن لأكثر من

قناة (فالوب) أو في المبايض ومن ثم لا يكون حملاً طبيعياً، فيسقط هذا الحمل.

### نصيحة لكل أم

النصح وبالالتوجه في صحة النسبة الأشهر الثلاثة الأخيرة هو بالنسبة للأم والأسرة أكثر الشهور توتراً، كذلك بالنسبة للزوج، فبم تنصحين الحامل لتصل بحملها إلى بر الأمان؟  
أنصح المرأة الحامل في بداية حملها بالتوجه إلى المركز الصحي لمراقبة الحمل من البداية، ففي الأشهر الثلاثة الأولى للحمل يجب عليها المتابعة والحضور لعمل بعض الفحوصات الطبية، كفحص الدم لمعرفة فصيلة الدم ومعرفة ما إذا كان حملها حملاً طبيعياً أم لا، من خلال عمل الأجهزة التلفزيونية. الشيء الآخر أنه لابد من متابعة الحمل في الشهور الأولى بشكل شهري، أي بعد زيارة واحدة في الشهر.

وأهم شيء أنه بذلك يمكن الكشف عن مضاعفات الحمل بصورة مبكرة، مثل ارتفاع ضغط الدم، واكتشاف الإصابة بداء السكر، أو بأي مضاعفات أخرى، كالنزيف، سواء كان في الشهور الثلاثة الأولى

### فقد الأجنة

ظاهرة شائعة في مجتمعنا اليمني عن البكريات وهي خسرتها للأجنة خلال الأشهر الأولى من الحمل .. بم تفسرين ذلك؟ وما هي الأسباب؟  
توجد عدة أسباب، فالمرأة الحامل عندما تأتي إلينا في بداية الأشهر الثلاثة الأولى تخضع لفحوصات طبية لغرض متابعة حالة حملها، فربما يكون هذا الحمل كاذباً وقد يكون هناك أسباب أخرى عديدة لإسقاط الحمل، وللعوامل الوراثية دور في الأمر كما أن من جملة الأسباب الإصابة بجرثومة «داء القطط»، التي تسبب تشوهات الجنين وأحياناً إسقاطه حيث تنتقل من براز القطط الحصابة بهذا الداء ويمكن أن تنتقل الجرثومة إلى الأم الحامل وتنتقل إلى الجنين ومن ثم تتسبب في إسقاطه. ومن المؤكد أنه إذا اكتشف المرض مبكراً، يمكن أن يعطى العلاج الملائم له، إذ يتم الكشف عنه عن طريق الدم، بسحب عينة من الدم لفحصها وتحديد درجة الإصابة. وبدأ يتحدد العلاج الملائم ويطلب من المريضة معاودة زيارة الطبيب أو الطبيبة المختصة بمتابعة حالتها وللتأكد من شفائها تماماً من هذا

### لقاء/ وهيبة العريقي

هي بالأساس المخاوف التي تمر بها البكرية في بداية عهدها مع الحمل. من الألم أسفل البطن ومن صداع وتوتر داخلي ما يعني أن الحمل لا يكون مستقراً، وهذا يؤثر سلباً على الجنين.

### عوارض وعلامات

من العلامات الظاهرة المميزة التي تدل على الحمل؟  
تمر المرأة بمراحل بداية الحمل، حيث قد يصاحب حملها علامات، تدل أنها حامل، مثل: انقطاع الدورة الشهرية. الإحساس بالغثيان المبكر، لاسيما في فترة الصباح. الإحساس بالخمول وزيادة ساعات النوم. انقطاع الشهية. وهي الأعراض المبكرة التي تحس بها المرأة الحامل بداية وبمعنى أنها تظهر عليها أعراض أخرى، كبدائية بروز البطن وبداية حركة الجنين.

ماذا عن مراحل الحمل المختلفة؟

أي مضاعفات، يعكس من تكون متوترة وقلقة نفسياً، فأحياناً تشكو من الألم أسفل البطن ومن صداع وتوتر داخلي ما يعني أن الحمل لا يكون مستقراً، وهذا يؤثر سلباً على الجنين.

أي مضاعفات، يعكس من تكون متوترة وقلقة نفسياً، فأحياناً تشكو من الألم أسفل البطن ومن صداع وتوتر داخلي ما يعني أن الحمل لا يكون مستقراً، وهذا يؤثر سلباً على الجنين.

تجربة الحمل للبكرية يبدو للبعض خوفاً في المجهول، فما تقييمك لهذه التجربة؟

الحمل حقيقة يختلف من امرأة إلى أخرى، وبشكل عام تتعرف عليه المرأة بانقطاع الدورة الشهرية لتمر بعدها بمراحل أخرى.

وتحدث هذه المرحلة تغيرات هرمونية وجسمانية للمرأة الحامل، وبعض النساء يعانين من هذه التغيرات، والبعض الآخر يمرورهن بسلاسة. ذلك أن الحامل منذ بداية الحمل تمر بعدة أعراض مرتبطة بتكون الجنين داخل الرحم وبأعراض هرمونية وجسمانية، كالثقل والقيء وبإحساس داخلي بحدوث تغيرات كبيرة في جسمها، ومعها تغيرات أخرى لا تشعر بها في أعضاء حيوية داخل الجسم من ضمها الكبد والكلى والمخ.

ومن المتغيرات الظاهرة التي تبدو على الحامل، استدارة وكبر بطنها وعرض واتساع الحوض وما إلى ذلك من أعراض تمر المرأة الحامل كذلك بمضاعفات خلال فترة الحمل قد تشكل خطورة عليها سواء أكانت ظاهرة أو خفية، وللتعرف عليها سريعاً يجب متابعة المرأة لحملها في المركز الصحي، فهناك تتجلى لها أهمية متابعة حالتها الصحية.

## القلق والتوتر والخوف أهم سمات الحمل الأول وقد تزيد من متاعبه

## المرأة خلال فترة الحمل تمر بمضاعفات قد تشكل خطورة عليها ومن المهم تواصل زيارتها للمرفق الصحي

للحمل أو في الثلاثة الوسطى، وكذا لتجنب حدوث أي مضاعفات أخرى قد تؤثر سلباً في صحة الأم، أو تؤدي بحياتها أو بحياة جنينها. الأمر الثالث هو ما يتجه للأم الحامل من معرفة وجود تشوهات في الجنين..

وهكذا تتواصل الزيارات الشهرية للحامل طوال فترة الحمل، وبلوغ الشهر الأخير تكون الزيارة كل أسبوعين أو كل أسبوع إذا كانت الإمكانيات تتيح ذلك ليتسنى فحص الأم الحامل ومعرفة ما إذا كانت الولادات ستكون طبيعية دون مشاكل أم غير طبيعية تتطلب إجراءها داخل المستشفى تحت رعاية وإشراف طبي، إسداء النصح لها وتقديم المشورة المناسبة في كل الأحوال.

المرض بعد العلاج. وهناك عوامل أخرى مثل الحمل العنقودي وهو عبارة عن الحمل داخل الرحم لا يتكون معه جنين وإنما هو تكاثر خلايا الجنين لا يميز فيه أن كان هناك جنين حيث يكون فيه كعناقيد العنب، لذلك سمي بالحمل العنقودي، حيث يتم إسقاط هذا الحمل لأنه ليس طبيعياً، وكذلك ارتخا عنق الرحم، وقد يكون مكتسباً بسبب سوء المعالجة أثناء الولادات السابقة أو لعب خلقي يؤدي إلى تكرار فقدان الأجنة.

وقد ينشأ الحمل خارج الرحم، حينما لا يحدث التقاء الحيوان المنوي بالبيض داخل الرحم وإنما في

وكم تأخذ من الوقت كل مرحلة من هذه المراحل؟  
تحدث الأعراض، مثل الغثيان والقيء والتعب والتعب والخمول بالإضافة إلى انقطاع الشهية .. هذا بالنسبة للأشهر الثلاثة الأولى، بعد ذلك يبدأ بروز وكبر البطن من بداية الشهر الرابع أو الخامس حتى الشهر التاسع. وهناك أعراض أخرى يمكن أن ترافق الحمل، كان يبقى الجسم دافئاً قليلاً، خصوصاً في مواضع معينة على الحملات مثل ظهر الكف في الوجه، وقد يصاحب هذه الأعراض تساقط في الشعر نتيجة حدوث تغيرات هرمونية داخل جسم المرأة الحامل، وهي في مجملها أعراض طبيعية.

من الخوف، وبالتالي تمر المرحلة بأمان. أما أن تتأثر سلباً، فذلك أنه قد تملأها الخوف والتوتر بصورة متزايدة، ما لا يسهل عليها مرحلة الحمل والإنجاب.

### فوارق واضحة

الفرق بين فتاتين حملان للمرة الأولى، الأولى مستقرة نفسياً والثانية ليست كذلك؟  
تختلف كثيراً في البداية يسرها ويفرحها كثيراً، لكنه سرعان ما يزلزل نوعاً ما بعد ذلك لينشأ مكانه خوف وتوتر وقلق ومع الكثير من التساؤلات.. ترى كيف ستكون الولادة؟ وهل ستكون ولادة طبيعية؟ وهل سأمراً بالأم مخاض شديدة..؟ هذه

### سلبات المجتمع

ننتقل إلى سلبات المجتمع على المرأة المتزوجة حديثاً حيال الإنجاب.. ما مدى وقعها وأثرها على المرأة؟  
بكل تأكيد العامل النفسي مهم جدا للحامل من بداية الحمل، فنحن في مجتمعنا نعرف أنه حينما تزوج المرأة، أول ما تطالب به هو أن تحمل. فكلما حملت سريعاً، -كان ذلك أفضل، وإن لم تحمل من أول سنة يشار إليها أحياناً بأصابع الاتهام وتحاط بمظاهر الشك والريبة والتساؤل.. هذه هي نظرة المجتمع والأسرة للمرأة المتزوجة حديثاً، وهو ما قد يؤثر سلباً على نفسياتها ويؤثر لديها حالة من التوتر والاضطراب والقلق النفسي بما يؤخر الحمل.

### قلق وخوف

هل للقلق النفسي تأثير على صحة المرأة الحامل، كالقلق من الحمل سيستغرق تسعة أشهر وأنها ستخوض غماره للمرة الأولى؛ وما تأثيره على الحمل خلال مراحلها المختلفة؟  
بكل تأكيد المرأة الحامل تتأثر بالقلق، فأى فتاة تبدأ حياتها الزوجية تحلم بأن تكون أمًا. إنه شعور رائع يتخللها في البداية يسرها ويفرحها كثيراً، لكنه سرعان ما يزلزل نوعاً ما بعد ذلك لينشأ مكانه خوف وتوتر وقلق ومع الكثير من التساؤلات.. ترى كيف ستكون الولادة؟ وهل ستكون ولادة طبيعية؟ وهل سأمراً بالأم مخاض شديدة..؟ هذه

## المياه والسكان والتنمية.. وتحديات حقيقة

أمين عبد الله إبراهيم:

أجمع المؤرخون وكذلك الكتب والمراجع التاريخية على أن جميع الحضارات القديمة قد نشأت حول ضفاف الأنهار وبالقرب من مصادر المياه منذ قديم الأزل، ومع ذلك لا تزال المياه العذبة تمثل أهم وأبرز التحديات التي تواجه سكان العالم بشكل عام والسكان العرب بشكل خاص وبلادنا اليمن على وجه الخصوص إذ تلعب هذه المياه دوراً جوهرياً في تحديد أماكن تواجد السكان واستقرارهم ونظامهم السياسي والاجتماعي والاقتصادي، وتتحكم بتطوير حياتهم ومدى ازدهار والتقدم الذي ينشدهون.

ولأن عدد سكان العالم في ازدياد مستمر فقد أصبحت حاجة سكان من المياه العذبة تفوق ما هو متوفر منها حالياً وما تمده الطبيعة أيضاً، حيث تشير الدراسات والتقارير العلمية إلى أن أكثر من خمس سكان العالم يعانون إنشكالية كبيرة في توفير المياه العذبة ما جعلها تنصدر همومهم وقضاياهم ومشاكلهم، لدرجة ظهور توقعات تفيد بأن الصراعات القادمة في العالم سوف تحدث لأجل السيطرة على مصادر ومناج المياه العذبة، خاصة إذا ما علمنا أن المياه العذبة تعتبر من الموارد الطبيعية القليلة في هذا الكون الذي نعيش فيه حيث تشكل نسبتته 2.4% من إجمالي المياه الموجودة على سطح اليابسة التي تشغل 75% من مساحة الأرض.

إن زيادة عدد السكان في العالم وما ينتج عنها من زيادة في الطلب

## استكمل المرحلة الأخيرة من دراسة الإسقاطات السكانية تمهيداً لإعلانها

## د. بورجي: الإسقاطات السكانية أحد أبرز المدخلات في التخطيط المستقبلي

النوع وذلك للفترة المحددة من 2005م حتى 2025م وفقاً لفروض معينة للعوامل المؤثرة في النمو السكاني المتمثلة في الخصوبة والوفاة والهجرة بالاعتماد على النتائج النهائية لآخر تعداد تم عمله في العام 2004م بالإضافة إلى توفير بيانات سكانية لأعداد سكان المديرية البالغ عددها نحو 333 مديرية وذلك بحسب النوع فقط وللسنوات الإسقاط المحددة بالدراسة. ولفت إلى أن الإسقاطات السكانية المعتمدة في الإسقاطات التي يستخدمها صانعو القرار في التخطيط المستقبلي وتعتمد بشكل أساسي على المتغيرات الديمغرافية مؤكداً أن العوامل الديمغرافية تؤثر بقوة في التغيرات الاقتصادية والاجتماعية والبيئية وأن الدراسات المتعلقة بالتغيرات السكانية يمكن أن تعتمد بشكل كبير على التغير في حجم السكان ومعدل النمو السكاني والتركيبة العمري ودرجة



## أهمية توفر المعلومات والبيانات



د. عبد الرحمن محمد الشامي

إن توفر المعلومات الصحيحة والبيانات الدقيقة والحديثة مطلب أساسي للجمع، ويحتاج إليه الكل لاتخاذ القرار السليم، سواء على المستوى الخاص أو العام. وتزداد أهميتها بالنسبة للمخططين وصناع القرار، ومن يرسون السياسات المختلفة، سواء على المستوى الوطني أم المحلي، حيث يصعب أن لم يستحل - تخيل خطط سليمة وسياسات فاعلة في ظل غياب البيانات والمعلومات وفق المحددات المذكورة آنفاً، فالفرق بين التخطيط العلمي، وردود الفعل الارتجالية، يبدأ من مدى الاعتماد على المعلومة والبيانات، وفي غيابها أو عدم توفرها على النحو المطلوب، لا نعرف أين نقف اليوم، ولا إلى أين نحن ماضون غداً.

من جانب آخر، فإن توفر المعلومات والبيانات، يمثل توظيفاً سليماً للموارد، وتوجيهها صحيحاً لها إلى حيث ينبغي أن توجه، وفق أولويات محددة، بما يحدث فرقا يشعر به الناس في واقع حياتهم، وتحسنا في مستوى معيشتهم بوجه عام. لكن من المهم الإشارة إلى أن جمع المعلومات والبيانات ليس غاية في حد ذاتها، وإنما لما يترتب عليها بعد ذلك، فأحد الفوارق الأساسية بين الدول المتقدمة وغيرها، هو مدى توفر هذه المعلومات والبيانات من ناحية، والقدرة على تحليلها من ناحية أخرى، ومن ثم توظيفها على نحو صحيح في وضع الخطط ورسم السياسات.

وإذا كانت المعلومات والبيانات على هذه الدرجة من الأهمية، فإنها تزداد أهمية على صعيد القضايا السكانية، نظراً لما تمثله بالنسبة لبلادنا في حاضرنا ومستقبلنا من هوان يمدى قدرتنا على التعامل معها، والذي لا يمكن أن يتم في غيبة الإحصاءات السكانية، بما يمكننا من توجيه مواردنا المحدودة والمخصصة لهذه القضية. ففي بلادنا، لدينا كم يعتقد به من الدراسات والأبحاث المختلفة في عدد من المجالات، غير أن الإشكالية تكمن في عدم القدرة على إعادة منها، إما لعدم نشرها على نطاق واسع، أو لصعوبة الوصول إليها من يرغبون في ذلك، ما يجعل العائد من هذه البيانات محدوداً، ويوصل في بعض الحالات إلى عدم جدوى ما تم إنقاذه عليها، ومن ثم، فنحن في حاجة إلى مراجعات جادة في هذا الخصوص، بما يضع الأمور في نصابها الصحيح.

أستاذ الإعلام والاتصال المشارك بكلية الإعلام - جامعة صنعاء

## دراسة ميدانية لقياس معارف واتجاهات الشباب حول قضايا السكان والصحة الإنجابية

صنعاء/ بشير الحزمي: نفذت الوكالة الأمريكية للتنمية مشروع الخدمات الأساسية للصحة بالتعاون مع وزارة الصحة العامة والسكان مؤخراً دراسة ميدانية لقياس معارف واتجاهات الشباب حول قضايا السكان والصحة الإنجابية بمحافظة عمران. وأوضح الأخ/ عبد الملك التهامي مستشار مشروع الخدمات الأساسية للصحة ورئيس فرق العمل الميدانية في تصريح له (14 أكتوبر) إن الهدف من تنفيذ الدراسة هو قياس مدى معرفة الشباب بقضايا الصحة العامة والصحة الإنجابية وقضايا السكان الأساسية، والتعرف على وجهة نظرهم في أهم القضايا ذات العلاقة التي تهم المجتمع والشباب على سبيل الخصوص، ومعرفة كيفية مساندة الشباب في تنمية قدراتهم لتنفيذ أعمال التوعية في أوساط أسرهم وفي أوساط الشباب والمجتمع من أجل المساهمة في التنمية البشرية بالإضافة إلى توفير قاعدة معلوماتية تمكن المجتمع والمهتمين من تحديد مواطن الضعف والاحتياجات ذات الأولوية للعمل على إجراء التدخل المناسب لحل مشاكلهم والتخفيف من حدتها

صنعاء/..... الحزمي: قال الدكتور / أحمد علي بورجي الأمين العام للمجلس الوطني للسكان رئيس اللجنة الفنية الخاصة بدراسة الإسقاطات السكانية إن اللجنة أنهت إدخال البيانات الخاصة بدراسة الإسقاطات السكانية وهي في المرحلة النهائية للرفع بها ليتم إعلانها قريباً. وأوضح أن الدراسة ستعمل على توفير مجموعة من المؤشرات الديمغرافية المستقبلية التي تمكن من معرفة الوحدات الإدارية الأكثر كثافة سكانية والأكثر نمواً لتسهيل على المعنيين بقضايا السكان ومتخذي القرار وضع السياسات والخطط والبرامج المناسبة للحد من تفاقم المشكلة السكانية مستقبلاً والعمل على معالجة مشاكلها. وأشار إلى أن الدراسة هدفت أيضاً إلى توفير بيانات سكانية لأعداد سكان الجمهورية اليمنية على مستوى القفات العمرية الأحادية والخماسية، وبحسب