

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

# 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 في 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 وبالأخص في مرحلة 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، كتحليل 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.  
ودور الأطباء هنا هو توجيهها فيما يجب عليها فعله واحاطتها بالنصح والإرشاد المؤمنين لحملها، من أجل تمتعها بصحة جيدة خلال فترة الحمل.

وعلى الأسرة والزوج والقريبات من جانب آخر توفير الاهتمام والمباشر بها وإعطائها الأمان، فالأم والجددة تلعب دوراً أساسياً في طمأنينة ابنتها أو حفيدتها، كأن تقول لها: لا تخافي، وتخبرها بأن هذه المرحلة طبيعية وإن شاء الله ستمر على خير ولن يحل بها مكروه.  
وأود أن ألفت إلى أن الخوف والقلق يمكنهما التأثير بشكل غير مباشر على صحة الأم الحامل بالسلب أو بالإيجاب.

فمن الناحية الإيجابية أن المرأة الحامل في ذاتها ومن خلال تجربتها شاهدت مسبقاً أمها أو أختها أو قريبة لها تمر بالمرحلة نفسها، فيهدأ روحها ولا يبقى سوى القليل

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 بسلاام، ذلك أن الحامل منذ بداية الحمل تمر بعدة أعراض مرتبطة بتكون الجنين داخل الرحم وبأعراض هرمونية وجسمانية، كالغثيان والقيء وبإحساس داخلي بحدوث تغيرات كبيرة في جسمها، ومعها تغيرات أخرى لا تشعر بها في أعضاء حيوية داخل الجسم من ضمنها 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.

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.

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 السابقة أو 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 ارتخاء 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 ظهره والكف 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 تحملان للمرة الأولى، الأولى مستقرة نفسياً والثانية ليست كذلك؟  
داكنا قليلاً، خصوصاً في مواضيع معينة على الحملات مثل ظهره والكف في الوجه، وقد يصاحب هذه الأعراض تساقط في الشعر نتيجة حدوث تغيرات هرمونية داخل جسم المرأة الحامل، وهي في مجملها أعراض طبيعية.

### سلبات المجتمع

ننتقل إلى سلبات المجتمع على المرأة المتزوجة حديثاً حيال الإنجاب.. ما مدى وقعها وأثرها على المرأة؟  
بكل تأكيد العامل النفسي مهم جداً 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 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، والقلق 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 يكتلجها في البداية يسرها ويفرحها كثيراً، لكنه سرعان ما يزول نوعاً ما بعد ذلك لينشأ مكانه خوف وتوتر وقلق ومع الكثير من التساؤلات.. هل 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 بالإضافة إلى اللجوء الأخير لتعداد 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 صاغها القرار في التخطيط المستقبلي وتعتمد بشكل أساسي على المتغيرات الديموغرافية مؤكداً أن العوامل الديموغرافية 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 والتركييب العمري ودرجة

النوع وذلك للفترة المحددة من 2005م حتى 2025م وفقاً لفروض معينة للعوامل المؤثرة في النمو السكاني المتمثلة في الخصوبة والوفاة والهجرة بالإضافة إلى اللجوء الأخير لتعداد 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 صاغها القرار في التخطيط المستقبلي وتعتمد بشكل أساسي على المتغيرات الديموغرافية مؤكداً أن العوامل الديموغرافية 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 والتركييب العمري ودرجة

النوع وذلك للفترة المحددة من 2005م حتى 2025م وفقاً لفروض معينة للعوامل المؤثرة في النمو السكاني المتمثلة في الخصوبة والوفاة والهجرة بالإضافة إلى اللجوء الأخير لتعداد 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 صاغها القرار في التخطيط المستقبلي وتعتمد بشكل أساسي على المتغيرات الديموغرافية مؤكداً أن العوامل الديموغرافية 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 والتركييب العمري ودرجة