

مشكلات الولادة الخاصة

المخاض المُبكر

تُعدّ الطفلة "مُبتسرة" إذا وُلدت قبل مرور 37 أسبوعًا كاملاً من الحمل. ومن المرجح أن يقضي الأطفال المُبتسرون مدة أطول في المستشفى، وقد يواجهون صعوبات في الأمور الآتي ذكرها:

- التنفس
- المحافظة على درجة حرارة الجسم
- المص والبلع
- انخفاض السكر في الدم
- العدوى
- الكدمات والنزيف
- اليرقان (اصفرار الجلد)

الأطفال الذين يولدون مبكرًا أكثر عرضة أيضًا من الأطفال المولودين من حمل كامل للإصابة بمشاكل تستمر مدى الحياة وتتعلق بالرؤية والتنفس والمشي والتعلم.

قصص عائلية



ولدت ابنتنا في الأسبوع 34 فيصرتًا. كان ضغط دم زوجتي مُرتفعًا للغاية، وكانت الطفلة تعاني الإجهاد. لقد وُلدت صغيرة الحجم جدًّا ولكنها لحسن الحظ تتمتع بصحة جيدة. لكن ذلك كان من أكثر المواقف المُربعة التي مررنا بها على الإطلاق.

لتقليل المخاطر

يمكن أن يحدث المخاض المُبكر مع أي حمل. وغالبًا ما يكون السبب غير معلوم. لكن فرصك في حدوث المخاض المبكر تكون أعلى إذا وضعتي طفلك السابق قبل موعد الولادة المحدد أو إذا كنت حاملًا بتوأمين أو ثلاثة توأم. إذا كنت تعانيين التهابًا في المثانة أو الكلى، أو إحدى الحالات الطبية مثل ارتفاع ضغط الدم أو داء السكري، فإن الاحتمالية تزداد أيضًا.

يمكنك تقليل احتمالية حدوث المخاض المبكر عن طريق:

- زيارة مقدم الرعاية الصحية بانتظام
- التغذية الجيدة
- العمل مع مقدم الرعاية الصحية لوقف أو تقليل التدخين وتناول الكحول وتعاطي المخدرات
- طلب المساعدة إذا تعرضت لسوء المعاملة (راجعى أسلوب الحياة)
- تحديد ساعات العمل عند 8 ساعات وإيجاد وقت للراحة
- البحث عن طرق مُختلفة لتقليل الإجهاد
- ارتدي حزام الأمان بحيث يكون حزام الخصر أسفل طفلك وحزام الكتف على صدرك

اطلبي الرعاية



اتصلي بمقدم الرعاية الصحية أو اذهبي إلى المستشفى على الفور إذا كانت لديك علامات الولادة المبكرة التالية:

- تنقيط أو تدفق سريع للسائل أو نزيف مهبلي لا يتوقف حتى بعد دخول الحمام
- آلام في المعدة أو تقلصات شديدة مؤلمة لا تهدأ
- آلام أو ضغط غير عادي أسفل الظهر
- تقلصات لا تهدأ بالمشي أو الراحة أو الاستحمام بماء دافئ
- الشعور بأن شيئًا ما ليس على ما يرام



الأطفال المُبتسرون ومنخفضو الوزن عند الولادة

ما هو الطفل الخديج ("المُبتسر")؟

هو طفل وُلد قبل 37 أسبوعًا.

ما هو الطفل مُنخفض الوزن عند الولادة؟

طفل يقل وزنه عن $\frac{1}{2}$ كجم ($\frac{1}{2}$ رطل) عند الولادة.

كلما وُلدت طفلتك مبكرًا، كان وزنها أقل، وزادت المشاكل الصحية التي قد تعانيتها. وبالرغم من أن ثلث الأطفال منخفضي الوزن عند الولادة يولدون بعد فترة حمل كاملة، فإنهم غالبًا ما يعانون نفس المشكلات التي يعانيها الأطفال المُبتسرون.

هل تعلمين



الأطفال الذين ينعمون بالكثير من التلامس الجسدي مع مقدم الرعاية ينمون أسرع من الأطفال الذين لم ينعموا بذلك. يحتاج جميع الأطفال إلى أن يتم لمسهم ومداعبتهم والتحدث معهم قدر الإمكان، حتى عندما يكونون في الحاضنة.

المخاطر



يكون الأطفال المُبتسرون ومنخفضو الوزن عند الولادة أكثر عرضة لخطر الموت المفاجئ في أثناء النوم (راجعني النوم). تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية حول كيفية جعل نوم طفلك آمنًا قدر الإمكان.

ما يمكنك توقعه

- قد تحتاج طفلتك إلى دخول وحدة العناية المركزة للأطفال حديثي الولادة بالمستشفى بعد ولادتها. في أسرع وقت ممكن بعد ذلك، احتضنيها من أجل التلامس الجسدي ("رعاية الكنجارو").
- قد لا يكون الأطفال الصغار مستعدين للتغذية على الفور، لكنهم سيفعلون ذلك مع الوقت والدعم. وحتى يحدث ذلك، يمكنك شفط الحليب على نحو مُتكرر وفي وقت مبكر -خلال الساعة الأولى، إن أمكن- يدويًا أو باستخدام مضخة لتحضير مخزون مناسب من الحليب (راجعني استدرار الحليب).
- قد تحتاج طفلتك إلى مقعد سيارة مخصص للأطفال الذين تقل أوزانهم عن $\frac{1}{2}$ كجم ($\frac{1}{2}$ رطل). قد تكون ذقنها مُنخفضًا أكثر من الرضيع العادي في مقعد الرُّضع، ما يعوق تنفسها.

ما هي رعاية الكنجارو؟

احملي طفلتك وضميها إلى صدرك بحيث تتلامس بشرتيكما حتى تتمكن من سماع دقات قلبك، وتشعر بنفسك، وتتمكن من الرضاعة.



توأمان وثلاثة توأم وأكثر

ما يمكنك توقعه

- قد يُولد أطفالك طبيعيًا أو قيصرًا، اعتمادًا على وضعيتهم وعدد أسابيع الحمل وصحتهم العامة.
- ستساعدك الرضاعة الطبيعية المُبكرة المُتكررة، وتجربة أوضاع مختلفة على إنتاج ما يكفي من الحليب (راجعني إرضاع طفلك).
- لا تترددي في طلب المساعدة فور عودتك إلى المنزل.

قصص عائلية



في بداية الأمر، كنت خائفة من لمس ابني. كان صغيرًا جدًا ومتصلًا بالعديد من الأنابيب. تعلمت طرح الأسئلة والتركيز على كل تحسُّن، مهما كان صغيرًا.

الشريك ما يُمكنك فعله



إذا نُقل طفلك لتلقي رعاية خاصة بعد الولادة، فإذهب معه إلى الحضانة وشارك في رعايته. يمكن للممرضة أن تُريك كيفية تغيير حفاضها، وكيفية احتضانها وملامستها جسديًا ومساعدتها على أن تهدأ.