

LOADING
90% COMPLETE



الولادة
في
اللاتسيو



SALUTE LAZIO
SISTEMA SANITARIO REGIONALE



REGIONE
LAZIO
regione.lazio.it

تم إعداد هذا الكتيب من قبل إدارة رعاية الصحة العامة والتكميل الإجتماعي بقطاع
اللامسيو طبعة عام ٢٠١٥

الولادة في اللاتسيو



عزيزي أم المستقبل

هذا الكتيب هو جزء من سلسلة المبادرات التي يقوم بإعدادها قطاع اللاتسيو لتقديم رعاية أفضل للولادة والطفل . كوسيلة لتقديم المعلومات الضرورية التي تُمكّنك من الإختيار عن وعي "أين" و"كيف" يمكنك ولادة طفلك .

1 عندما يقترب موعد الوضع

قبل الوصول لمرحلة الطلق وخاصة إذا كان ذلك طفلاً الأول، من المحتمل أن تتعرضي لمرحلة تحضيرية تتمثل في الشعور بألم شبيهه بالألم الدورة الشهرية ، تكون إلى حد كبير منتظمة في الشدة و التكرار. يبدأ الطلق (مخاض الولادة) عندما تبدأين في الشعور كل ١٠ دقائق بتقلصات تدوم لمدة ٤ ، ثانية تقريريًّا بشكل منتظم لمدة ساعتين على الأقل. عند تقلص الرحم تتصبّل البطن ثم تعود للارتفاع بانتهاء التقلص. في الفترة ما بين التقلص والانبساط



يمكنك إيقاف أنفاسك واسترداد طاقتك.

المؤشرات التي يمكن اعتبارها بداية المخاض هي :

- تصلب في الجزء الأسفل من الظهر .

- آلم في الحوض تشبهه آلام الحيض.

- إنفجار السادة المخاطية للرحم . في المرحلة التحضيرية أو أثناء المخاض قد تشعرين بفقدان السادة المخاطية، وهي عبارة عن إفرازات مهبلية مخاطية ممزوجة بخيوط وردية اللون. أما إذا لاحظتي فقدان دماء ذات لون أحمر توجهي إلى قسم الطوارئ في أقرب مركز للولادة للكشف وقومي بإبلاغ طبيب أمراض النساء المتتابع أو المولدة.

- تمزق كيس الماء وخروج السائل الأمينوسي . يحدث في بعض الحالات أن يتمزق الكيس الأمينوسي الذي يحمي الطفل أثناء فترة الحمل حتى قبل أن يبدأ المخاض .

سوف تدركين عندما تشعرين بفقدان سائل دافئ وعديم الرائحة في الغالب. يمكنك التفرقة بين السائل الأمينوسي و التبول الغير إرادي لأن البول أصفر اللون و يمكنك التعرف عليه من رائحته المميزة المعروفة لك وبين الإفرازات المهبلية اللزجة و الكثيفة .

إلى جانب أن فقدان السائل الأمينوسي سوف يستمر دون إرادتك. في حالة تمزق الكيس و خروج السائل الأمينوسي يجب عليك الذهاب إلى أقرب مركز للولادة وذلك بغض النظر عن وجود تقلصات من عدمه.

قد يحدث أن تشعرين بالغثيان أو القى والإسهال أثناء المخاض . إذا مرت فترة الحمل طبيعية يمكنك عمل فحص تخطيطي لقلب الجنين في نهاية الأسبوع الأربعين، الذي يفيد في معرفة ترددات قلب الجنين وفي إنقباضات الرحم لمدة ٤٠ - ٣٠ دقيقة.

بعد عمل هذا الفحص مع الفحص بالموجات فوق الصوتية للسائل الأمينوسي يمكنك الانتظار حتى نهاية الأسبوع ٢ ، حيث يبدأ المخاض بشكل تلقائي.

ينصح بضرورة عمل فحص تخطيطي لتتردّدات قلب الجنين قبل الأسبوع الأربعين فقط في حالات الحمل المعرضة للخطر أو الحالات المرضية.

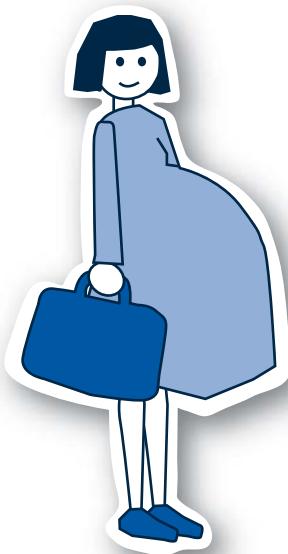
هام !

إذا لاحظتِ أن الجنين يتحرك أقل من المعتاد (أقل من ١٠ حركات خلال ١٢ ساعة) توجهي إلى أقرب مركز للولادة لعمل الفحوص الازمة.

2

متى يجب عليك الذهاب إلى مركز الولادة الذي قد وقع عليه اختيارك

- في حالة بدء المخاض، أي عندما تشعرين بالتقلصات بشكل منتظم ؛
- إذا كان هذا هو طفلك الأول وبدأتى تشعرين بتقلصات كل ٠٠ دقيقة تدوم لمدة ٤ ثانية؛
- في حالة شعورك بتقلصات مدتها أقصر وأقل تتابعاً، إذا كان قد سبق لك الوضع، ذلك لأن فترة المخاض قد تكون أقصر (يجب أن تأخذي في الحسبان بعد المسافة والزحام الذي يمكن أن تقابلينه للوصول إلى المكان الذي اخترتي الولادة فيه).



3 كيف يمكنك التعامل مع ألم الوضع



ألم الوضع هي أكثر ما يقلق النساء
الحوامل.

إنشاء التدريبات في دورات "المتابعة
حتى الولادة"، التي يجب عملها في
مراكز إرشاد الأسرة التابعة لمنطقة
السكن أو في مركز الولادة الذي تم
اختياره، سوف يتم مواجهة هذه
المسألة بختلف عملية الولادة
باختلاف المرأة.

ألم الوضع له خصائص التي تميزه
عن غيره من الألام، وله قيمة
الخاصة لكونه يضع اللمسات

الأخيرة لميلاد طفلك.

في فترات إنتهاء كل تقلص من التقلصات يمكنك إسترداد طاقتك.
للتحكم في الم الوضع يمكنك تطبيق المهارات التي تدربي عليها في دورات متابعة ما قبل
الوضع.

إذا استطعتي الحفاظ على هدوئك والأسترخاء ستشعررين بالتضليل أقل حدة.
يمختار بعض النساء الولادة بالتخدير والتقنية الأكثر شيوعاً هي التخدير فوق الجافية، ويقوم
بها طبيب التخدير المختص، وتتميز بعدم إحساس المرأة بالألم وهي متيقظة ، يتم التخدير في
المنطقة ما بين الفقرة الصدرية العاشرة حتى الفقرة العجزية الخامسة، تقوم بتخدير جذور
الاعصاب المغذية للرحم والجزء الأسفل من الجسم. جذور الاعصاب هذه تقع في فراغ
بجانب الحبل الشوكي (فراغ فوق الطبقة الجافية) وهذا الفراغ موجود في العمود الفقري
مبشرة فوق الغلاف الخارجي للحبل الشوكي. تظل المرأة متحركة بقوة العضلات والحركة
الطاوية. الولادة بالتخدير وسيلة آمنة وفعالة على الرغم من إنها قد تؤدي إلى زيادة اللجوء
لإستخدام المفاطن والشفاط في عملية التوليد.لابد أن نقول أن هذا النوع من التخدير ليس
متوفراً في جميع مراكز الولادة في قطاع اللاتسيو.

4

أساليب الرعاية المتبعة في الولادة الطبيعية



يتبع كل مركز من مراكز الولادة سبل مختلفة في متابعة عملية المخاض والولادة. بعد الاستقبال سيتم عمل فحص لتحديد وضع الجنين و ضربات قلبية وتحديد مرحلة المخاض. سيتم قياس لضغط الدم والتبيض ودرجة حرارة الجسم. من المهم أن تحضرى معك ملف الفحوص الذى تم إجراءها طوال فترة الحمل. إذا لزم الأمر يقوم الطبيب بعمل فحوص أخرى إضافية . الحقة الشرجية والحلقة وإزالة شعر العانة غير محبزة إلا إذا ابديتى رغبتك أنت ذلك .

هناك طرق مختلفة لمعرفة تردد ضربات قلب الجنين أثناء المخاض: السمع المتقطع الذي هو عبارة عن الكشف عن ضربات قلب الجنين بالمواجات فوق الصوتية كل ١٥ او ٣٠ دقيقة وفقاً لمرحلة المخاض، هذه الوسيلة تسمح بقدر كبير من حرية الحركة بعكس فحص تخطيط نبضات الجنين الذي سبق الإشارة إليه في فقرة (إقتراب موعد الولادة) .

عندما يتسع تماماً عنق الرحم (حوالي ١٠ سم) ستشعرين بضغط قوى من قبل الجنين الذي يرغب في الخروج.

عادة ما تستطعين اختيار الوضع المريح الذي يسمح لك بحرية الحركة أثناء الولادة ، فقط في بعض الأحيان يكون من الضروري عمل شق جراحي بسيط في منطقة العجان " يطلق عليه طيباً بضم المهمل أو شق العجان "، (ويكون هذا الشق في الجانب الأيمن من الفرج بإتجاه فتحة الشرج) . يتم التدخل بهذا الإجراء في الحالات الخاصة بضيق الأعضاء التناسلية وفي حالة ضرورة التدخل الجراحي للمساعدة في الولادة المهبلية(استخدام الملقظ أو آلة شفط الجنين) .

ما هي الحالات التي ينصح فيها بالولادة القيصرية 5

الولادة القصبية هي الولادة عن طريق التدخل الجراحي يتم اللجوء إليها بشكل كبير في قطاع اللاتسيو: في عام ٢٠١٤ بلغت نسبة عمليات الولادة القيصرية ٤٣٪ من إجمالي المولاليد . في بعض القطاعات المحلية والعديد من البلدان الأوروبية تقل نسبة الولادة بالقيصرية إلى نسبة ٢٥٪ دون أن يكون لذلك أي أثار سلبية على صحة المرأة أو المولود.ليس هناك ضرورة للولادة القيصرية في حالات الحمل الطبيعي وليس لها صلة بولادة أطفالاً أصحاء أكثر من أطفال الولادة الطبيعية،إلى جانب أن المرأة التي تلد قيصرية تكون أكثر عرضة للأخطار ، من بينها البقاء وقت أطول في المستشفى للتعافي ، مضاعفات نتيجة التدخل الجراحي، إلى جانب البقاء فترات أطول طريحة الفراش .

- ولذلك نري أنه من المفيد أن نقدم لك بعض المعلومات التي قد تساعدك في فهم أسباب اختيار أحد طرق الولادة بدلاً من الأخرى ، إختياراً يجب أن يتم بمشاورة الطبيب أو المولدة المتابعة لك في فترة الحمل و مع من سوف يقوم بإستقبالك عند ذهابك إلى المستشفى . الأسباب التي تستدعي الولادة القيصرية ليست عديدة وتتكرر بإجمالي نسبتها من ٢٠-١٥٪ :
- إذا كانت صحة الجنين مهددة بالخطر .
 - إذا كان الجنين في وضعية معكوسة أو مقلوبة حيث تكون مؤخرته عند أسفل الحوض .
 - إنغراس المшиمة أسفل الرحم (المшиمة المنزاحة أو المتقدمة).
 - عدم تناسب حجم رأس الجنين مع حجم حوض الأم إذا كان حجم الطفل كبيراً .
 - في حالة مرض الأم أو الجنين التي لا ينصح فيها عدم التعرض للمخاض أو الولادة المهبلية .

إذا لم يكن هذا هو حملك الأول وكنت قد تعرضتي للولادة القيصرية من قبل أو توجد خيطة نتيجة لعملية لها علاقة بجدار الرحم مثل (إستئصال ورم ليفي من الرحم)، يمكنك بالاتفاق مع طبيب قسم أمراض النساء ان تخوضي تجربة الولادة المهبلية و ذلك بالطبع في حالة إذا لم يكن هناك دواعي تلزم الولادة القيصرية . معظم النساء اللاتي قمن بالولادة القيصرية في الحمل الأول استطاعوا الولادة المهبلية في الحمل الثاني.

من بين جميع النساء اللاتي تبدأن "تجربة المخاض" - تسمى هكذا محاولة الولادة الطبيعية بعد القيصرية - حوال نسبة ٨٠-٧٠٪ منهن تنجح في الولادة الطبيعية . قرار البدء في "تجربة المخاض" يجب أن يتم تقديره مع اطباء القسم ، إذا كنتي قد قررتني خوض تجربة الولادة الطبيعية بعد القيصرية تأكدي من ان المستشفى الذي وقع إختيارك عليها بها التجهيزات الكافية لتقديم المساعدة الضرورية لك عند اللزوم .

معايير اختيار مكان الولادة ٦



إذا كانت فترات حملك تسير بشكل منتظم فإنه يمكنك أن تختار أي بين أن تلدي طفلك في المستشفى أو في المنزل. إذن، من المهم لك تتخذى هذا القرار أن تشاوري مع طبيبك المعالج أو المولدة التي تتبع حملك. وعلى العكس إذا كان قد تم تشخيص أي مشكلة طبية لك من قبل أو خلال فترة الحمل توجه إلى أحد المؤسسات الصحية المناسبة للحالة المرضية التي تم تشخيصها.

إذا كنت بصدد إتخاذ قرار بإختيار مكان الولادة ، فمن الأفضل أن تحصل على مسبقاً على بعض المعلومات، هذا حقاً من حقوقك، حول طبيعة المؤسسة الصحية والخدمات التي تقدمها في قسم الولادة؛ يمكنك على سبيل المثال الاستعلام عن ما إذا كان طبيب التخدير متواجد و متاح دائماً طوال مدة ال ٢٤ ساعة وكذلك إذا كان طبيب الأطفال يتواجد في غرفة العمليات مع كل ولادة. و استفسرى أيضاً عن نسبة عدد الأطفال الذي تم ولادتهم بعملية قصيرة في العام الأخير ، إذا وجدت أن النسبة أعلى من ٣٥ - ٤٠ % فهذا يعتبر مؤشراً يدل على ميل مبالغ فيه من قبل العاملين للتدخل الجراحي في عمليات الولادة . استفسرى أيضاً عما إذا كان في إمكانك أن تحتفظي بوجود طفلك معك بالغرفة ٢٤ ساعه في اليوم خلال فترة الاستشفاء والتعافي لأن ذلك سوف يساعدك علي بدء عملية الرضاعة الطبيعية ويحدد مسارها لشهر عديدة مقبلة .



إذا كنت ترغبين في ولادة طفلك في المنزل لابد إن تتأكدي من أن القابلات (المولدات) اللذين سوف يساعدونك في الولادة لديهم الخبرة الكافية و تناقشى معهم في طريقة مساعدتهم في التوليد وعن كيفية إعدادهم للمنزل استعداداً هذا الظرف.

خلال فترة الحمل احصلى على معلومات كافية لتقييم ما إذا كانت الولادة في المنزل تفي برغبتك و توفر لك الضمانات الآمنة التي تتوقعينها . و عليكى أن تتأكدى أيضاً من أن المولدة (القابلة) التي تتبعك على صلة بشبكة من المتخصصين الذي يمكن اللجوء إليهم في إذا نطلب الأمر ذلك (طبيب أطفال وطبيب نسا و طبيب العائلة) وتأكدى أيضاً من وجود مستشفى بها قسم ولادة وأطفال يسهل الوصول إليها في حالة حدوث أي مضاعفات أو مشاكل غير متوقعة و لايمكن مواجهتها في المنزل .

و أخيراً استفسري عن ما إذا كان في مركز الولادة الذي تم اختيارك له يوجد إمكانية التبرع بالحبل السري، "تضامناً و بدون ذكر إسماء" الذي يهدف إلى زرع الخلايا الجذعية للمرضى الذين يعانون من بعض الأمراض الخطيرة ويقدم لهم الفرصة الحقيقية للشفاء . عملية التبرع لا يتربّط عليها أي نوع من المشاكل للمتبرع .

وفيما يلي جدول بعناوين وأرقام هواتف جميع مراكز الولادة العامة و الخاصة المعتمدة لدى وحدة الصحة الإقليمية موزعة حسب مستوى الرعاية بها ، حيث أن المستوى الثاني يتميز عن المستوى الأول فقط في قدرته على إمكانية تقديم الرعاية في حالات الحمل، والولادة ، والرضاعة التي تحتاج لرعاية مكثفة وتبدو معقدة بشكل خاص.

مراكز توليد مستوى أول

هاتف	بلدية	العنوان	اسم المؤسسة العلاجية
06 41431	Roma	Via dei Monti Tiburtini 385/389	Sandro Pertini
06 215921	Roma	Via Olevano Romano 25 Roma	Fabia Mater
06 24303840	Roma	Via dell'Acqua Bullicante 4	Madre Giuseppina Vannini
06 56481	Roma	Via Giancarlo Passeroni 28 - Ostia	Giovan Battista Grassi
06 58471	Roma	Via Maidalchini 20	Città di Roma
06 33061	Roma	Via Martinotti 20	San Filippo Neri
06 612451	Roma	Via delle Calasanziane 25	Cristo Re
06 328331	Roma	Via dei Gracchi 134	Santa Famiglia
06 664921	Roma	Via Aurelia 860	Aurelia Hospital
06 68351	Roma	Lungo Tevere in Saxia I	Santo Spirito
076 65911	Civitavecchia	Largo Donatori di Sangue I	San Paolo
0774 3161	Tivoli	Via Antonio Parrozzani 3	San Giovanni Evangelista
06 95322605	Palestrina	Viale Pio XII 36	Coniugi Bernardini
06 93271	Genzano	Via Achille Grandi	Presidio Ospedaliero "De Santis"
06 93271	Velletri	Via Orti Ginnetti 7	Ospedale Civile P. Colombo
06 93271	Anzio	Via Cupa dei Marmi snc	Presidio ospedaliero di Anzio Nettuno
0746 2781	Rieti	Via Kennedy J.f. snc	San Camillo de Lellis
0773 6551	Latina	Via Guido Reni	Santa Maria Goretti
06 9270 4125	Aprilia	Via Palme 25	Casa di Cura Città di Aprilia
0771 5051	Fondi	Via San Magno	San Giovanni di Dio
0771 7791	Formia	Via Appia Lato Napoli	Dono Svizzero
0775 18831	Frosinone	Via Armando Fabi	Francesco Spaziani
0776 3929265	Cassino	Via San Pasquale	Santa Scolastica
0776 8291	Sora	Loc. San Marciano	Santissima Trinità

مراكز توليد مسنوی ثانی

هاتف	بلدية	العنوان	اسم المؤسسة العلاجية
06 49971	Roma	Viale del Policlinico 155	Policlinico Umberto I
06 58334676	Roma	Piazza Fatebenefratelli 2	San Giovanni Calibita Fatebenefratelli
06 231881	Roma	Via Casilina 1049	Policlinico Casilino
06 51001	Roma	Piazzale dell'Umanesimo 10	Sant'Eugenio
06 77051	Roma	Via dell'Amba Aradam 9	San Giovanni Addolorata
06 58701 06 55551	Roma	Circonvallazione Gianicolense 87	San Camillo Forlanini
06 30151	Roma	Largo Agostino Gemelli 8	Policlinico Gemelli
06 33260625	Roma	Via Cassia 600	San Pietro Fatebenefratelli
0761 3391 0761 3381	Viterbo	Strada Sammartinese	Belcolle

يمكنك متابعة كافة التحديثات على الجدول على الموقع الإلكتروني لقطاع الاتسيو،
www.regione.lazio.it

بعد دخولك الموقع، في أعلى القائمة تحت كلمة "م الموضوعات"، انقر على "الصحة". سوف تفتح صفحة جديدة بقائمة على اليسار، تحت كلمة "العاملين والمؤسسات" يمكنك الدخول في صفحة "صحة الأم والطفل". وهناك سوف تجدين الجدول الخاص بالأمومة عندما تقرر على المربع الصغير الذي يوجد على يمين الصفحة على كلمة "شبكة فترة ما قبل الولادة".



بديل آخر ، من أجل الدخول السريع في صفحة شبكة الإنترنت ، قم بتشغيل التطبيقات من هاتفك النقال لقراءة كود (رمز) الكتابة المصغر و النقط الصورة الموجودة على هذا الجانب،

الأساليب التنظيمية والممارسات المفضلة



نقوم هنا بتقديم قائمة من "الأساليب التنظيمية والممارسات" التي يجب على كل مركز من مراكز الولادة أن يتبعها وقائمة أخرى " بالممارسات التي يجب التخلص منها".

- يمكن للمرأة أن تختار أن يتواجد معها شريك حياتها أو شخص آخر محل ثقتها أثناء المخاض والولادة.
- الوحدة الصحية يجب أن تتحث المرأة على الحركة وعلى أن تكون حرفة الحركة أثناء المخاض والولادة، سوف تحتاج المرأة للسرير فقط عند نقص العلاج الطبي، الولادة في السرير ليست مريحة ولا عملية.
- أثبتت الأبحاث العلمية أن تحرك المرأة أثناء المخاض وفي الولادة تساعد على توسيع عنق الرحم وخروج الجنين؛
- بإستثناء اللحظات التي يتم فيها تقديم الرعاية الضرورية الخاصة يجب أن يسمح للأقارب والأصدقاء بحرية الدخول إلى قسم الولادة ؛
- يجب أن توفر الوحدة الصحية إمكانية وجود الطفل الدائمة طوال ٢٤ ساعة في نفس حجرة الأم طوال فترة النقاوة في المستشفى (الحضانة)؛
- يجب على جميع العاملين في قسم الولادة تقديم المعلومات الكافية حول مزايا الرضاعة الطبيعية ويمكن أن يتم ذلك أيضاً من خلال توزيع المعلومات الكتابية؛
- يجب أن يرضع الطفل من ثدي الأم منذ الساعة الأولى لولادته دون التفريق بين الولادة الطبيعية والقيصرية ، وبعد ذلك يجب أن تكون الوجبات اللاحقة عند " طلب الطفل".

ممارسات يجب التخلي عنها



- لا ينبغي أن يتم عمل الأنبياء كإجراءات روتينية :
- الحقنة الشرجية
- إزالة الشعر أو حلاقة
- متابعة ضربات قلب الجنين بشكل مستمر
- استخدام العقاقير للحث على الطلاق
- بعض الفرج

- لا يجب على الوحدة الصحية أن تقوم بإعطاء المولود أي نوع من السوائل أو التغذية غير لين الأم إلا عند ضرورة ذلك طبياً، كما لا يجب إعطاء الطفل حلمات صناعية أو اللاهية أو البيبرون؛

- عند الخروج من المستشفى لا يجب أن يتم كتابة أي حليب صناعي للطفل إلا تحت إشراف الطبيب.

حليب الأم هو الغذاء الأفضل الذي لا بديل له و الضروري لنمو طفلك. إرضاع طفلك من الثدي يوفر العديد من المزايا الصحية الهامة لك ولطفلك . الأطفال الذين لا يرضعون من حليب الأم هم أكثر عرضة للمعاناة من بعض المشاكل مثل الإسهال أو الإمساك ، التقيّي، التهابات المسالك البولية، إلتهاب الأذن و زيادة الوزن أو البدانة.



اكتشف المزيد
salutelazio.it