عندما يتأخر حملك عن الموعد المحدد

يُعتقد أن مدة الحمل هي حوالي 280 يوماً. وليس من غير الاعتيادي أن يستمر الحمل إلى أكثر من 40 أسبوعاً أيا كان، الحمل ما بين 37 و 42 أسبوعا يعتبر المدى الطبيعي. الحمل الذي يستمر لأكثر من 42 أسبوعاً قد يطلق عليه حملاً بعد الموعد، حملاً بعد المدى الطبيعي، أو حملاً مطولاً.

الحمل بعد الموعد المحدد:	حمل يستمر ما بين 40 إلى 42 أسبوعا
الحمل بعد المدى الطبيعي	حمل يستمر 42 أسبوعاً أو أطول

ما هو الموعد المحدد التقديري؟

من المهم أن تضعي في ذهنك الموعد المحدد التقديري أنه فقط– تخمينهم الأفضل بناء على المعلومات المتوفرة(مثل موعد دورتك الشهرية الأخيرة أو نتائج الموجات فوق الصوتية). فقط حوالي 5 من 100 امرأة يلدن في موعدهن المحدد.

موعدك المحدد التقديري قد يكون له الكثير من الأهمية العاطفية لديك، شريكك، ولدى عائلتك والأصدقاء.
قد تكون توقعات قدوم وليدك عالية، وقد تشعرين بالضيق إذا تأخر وليدك عن القدوم في الموعد.
كذلك موعدك المحدد التقديري مهم أيضاً بالنسبة لقابلتك القانونية لأنه يساعدها أن تقدر فيما إذا كان نمو وليدك في المسار الصحيح.

كم يحدث أن يدوم الحمل أكثر من 40 أسبوعاً؟

ليس معلوما كم عدد النساء اللواتي يحدث معهن لفترة تتخطى الموعد المحدد واللواتي يلدن في المدى المحدد أو بعده. ذلك بسبب الطرق المختلفة المتبعة في تعيين مدة الحمل والتحديدات المختلفة المستخدمة في وصف الحمل الذي يدوم لأكثر من 40 أسبوعاً. أنت بشكل خاص قد تجتازين الموعد المحدد لك في الحمل لأول مرة.

هذه الوثيقة تقدم معلومات–عامة للعميلة بالعودة إلى جمعية أونتاريو للقابلات القانونيات، دليل العيادات التجريبي رقم 10. إدارة الحمل غير المعقد بعد 40 اسبوعا من الحمل. تم تصميمها لمساعدتك في الاستيعاب الأفضل لبعض الاعتبارات والخيارات التي قد تواجهينها أثناء تلقيك العناية من قبل القابلة القانونية. ليست الغاية منها أن تكون بديلاً عن المناقشة الخيار المأخوذ مع قابلتك القانونية. إذا كان لديك أي أسئلة، قلق، أو أفكار بعد قراءة هذه الوثيقة، رجاء، تحدثي فيها مع قابلتك القانونية.
رابطة أونتاريو للقابلات 2015 ©

كم في الغالب تمتد حالات الحمل إلى ما بعد الموعد المحدد للحمل؟

أغلب الأطفال يولدون أصحاء، بغض النظر عما إذا ولدوا في الموعد المحدد أو بعده. على أي حال، هناك مخاطر معينة تبدأ بالزيادة بعد 41 أسبوعاً، وترتفع أكثر بعد 42 أسبوعاً من الحمل.

- بشكل عام، الأطفال بعد 41 أسبوعاً من الحمل يكونون معرضين أكثر لاحتمال الموت خلال المخاض(ولادة جنين ميت) أو حالاً بعد الولادة.
- عندما يمتد الحمل إلى ما بعد 41 أسبوعاً يصبح هناك أحتمال اكبر للخطر أو المشاكل التي تظهر عند المخاض بحيث قد تصبح العملية القيصرية مطلوبة.
- الأطفال الذين يولدون في الأسبوع 41 على الغالب يكون برازهم لزجاً يسمى العقي عبر الرحم. العقي ليس مشكلة في العادة، ولكن لو تنفس وليدك العقي من خلال رئتيه، قد تتطور لديه مشاكل تنفسية حقيقية (متلازمة شفط العقي) الأطفال الذين يتنفسون العقي خلال الرئتين يتلقون الرعاية في الحاضنة أو في وحدة العناية المكثفة للمواليد الجدد(...). غالبية الأطفال المصابين بمتلازمة شفط العقي يتعافون بسرعة.
- الأطفال الذين يولدون في 41 أسبوع وما بعد على الأرجح يحتاجون إلى عناية الأخصائيين ويتم إدخالهم إلى وحدة العناية المكثفة.

خطر ولادة جنين ميت أو الموت في الأسبوع الأول من حياة الوليد	
40 أسبوع	حوالي 3 بالألف
41 أسبوع	حوالي 1 بالألف
42 أسبوع	حوالي 5 بالألف

مخاطر متلازمة شفط العقي	
40 أسبوع	حوالي 3 بالألف
41 أسبوع	حوالي 5 بالألف
42 أسبوع	حوالي 5 بالألف

من المهم أن تضع في ذهنك أن أغلب الولادات المتأخرة عن الموعد ليست على صلة باختلاطات طويلة الأمد أو رئيسية. بينما يكون هناك خطر عال من حدوث اختلاطات معينة، الخطر في المحصلة يبقى منخفضاً. وكذلك من الصعب التكهن بأي من النساء أو الأطفال الذي قد تتطور لديهم المشاكل كنتيجة للحمل المتأخر عن الموعد المقرر.

ما الذي يمكن أن يحصل إذا تأخر حملك عن الموعد المحدد؟

قد تشعري بنفاذ الصبر. أنت، وعائلتك والأصدقاء ربما يكونوا قد تهيأوا لقدوم وليدك. قد تكونين منفعلة للقاء فرد جديد في أسرتك. وربما تشعرين أيضاً بعدم الراحة في جسدك– ظهرك قد يؤلمك وقد تجدين صعوبة في أن تكوني مرتاحة كي تنامي.

قابلتك القانونية قد تقترح زيادة معدل مراقبة سلامة مولودك. القابلة القانونية قد تقترح مراقبة التحركات المتضمنة:

- كم عدد ركلات الجنين خلال فترة معينة.
- الفترة التي يتم مراقبة معدل ضربات قلب الجنين باستخدام المراقبة المستمرة للجنين، تسمى اختبار اللا–إجهاد.
- استخدام الموجات فوق الصوتية لقياس:
  - كمية الماء(السائل المحيط بالجنين) المحيط بجنينك.
  - حركة الجنين، نغمة العضلات، تجريب حركة التنفس وكمية الماء حول الجنين، يعين لها مقاييس (هذا يدعى الملف الشخصي الفيزيقي).
  - تطور وليدك.

في بعض الحالات قد يعرض عليك الحث على المخاض. هذا حين يكون المخاض الاصطناعي قد بدأ بطريقة أو أكثر من الطرق:

- اعطاؤك مخدر بروستاغلاندين بادخال مادة هلامية، حبة، أو تحميلة (مثل تامبون) في مهبلك. بروستاغلاندين هو هرمون يمدد عنق الرحم. في بعض الأحيان برستاغلاندين قد يسبب تقلصاً في الرحم.
- استخدام القطرات في الوريد (إبرة في الذراع) لتجريب نسخة تخدير "أوكسيتوسن" هرمون آخر يحرض الرحم على التقلص.

- تمزيق الأغشية الخاصة (كسر ماء الرأس) وذلك بفتح ثقب صغير في كيس المشيمة المحيط بالجنين في رحمك. وهذا عادة يسبب تقلص الرحم.

لأن بعض طرق الحث علي الطلق تحدث في المشفى(بروستاغلاندين، اكسيتوسن)، تمرير الحث على الطلق قد يحدد خيار المكان الذي ستضعين وليدك فيه. العديد من القابلات القانونيات قد يقترحن الأعشاب، طرق العلاج البيتية، الوخز بالإبر الصينية، زيت الخروع، تحريض الحلمات، أو التمديد والتمشيط (انظر اسفل) للنساء اللواتي يرغبن في البدائل الطبيعية في الحث علي الطلق.

البديل عن الحث على الطلق يسمى تدابير الحامل. هذا حين تنتظرين المخاض أن يبدأ مع استمرار مراقبة منتظمة لسلامة جنينك. إذا كانت المراقبة(مثال، الموجات فوق صوتية) تقترح أن جنينك لن يبقى منتعشا في الرحم، قد يقترح الحث على الطلق.

ما الذي سيساعدك أيضاً للدخول في المخاض؟

هناك طرق أخرى يعتقد إنها تحفز الطلق الطبيعي. طريقة عادة ما تقترحها القابلات القانونيات على زبائنهن. تدعى التمديد والتجريف. تجريف الأغشية. قابلتك القانونية سوف تستعمل إصبعها لتختبر المهبل وعنق الرحم. وبناء على التغير في عنق رحمك، تقوم قابلتك القانونية بإطالة رحمك وتدخل أصبعها بين الرحم من الداخل وكيس الماء الذي يحمل جنينك(يشفط) . هذا قد يبدو غير مريح قليلاً. حتى أن بعض النساء يجدنه مؤلماً. الباحثون اقترحوا أن التمديد والتمشيط يقلص الوقت قبل ولادة الجنين بمعدل 3 أيام.

هناك طرق أخرى للحث على المخاض تتضمن زيت الخروع، الوخز بالإبر الصينية، العلاج الطبيعي، العلاج الطبيعي والتداوي بالأعشاب. البحث محدود لتأسيس مدى فعالية هذه الطرق أو لفحص الظروف المثالية لاستعمالها. رجاء اسألي قابلتك القانونية إذا كنت راغبة في استخدام الطرق البديلة للبدء في التحريض.

التحريض على الطلق بالمقارنة مع تدابير وادارة الحامل للأمر

هناك طريقة قد قدمت للتخفيف من مخاطر الحمل بعد الموعد المحدد المحتملة للحث علي الطلق حين تكون الحمولات قد وصلت إلى نقطة محددة. 41 او 42 اسبوعاً بعض الباحثين اقترحوا ان سياسة الحث على الطلق من الممكن ان تخفف الاحتمال الطفيف اساسا لموت وليدك اثناء الطلق أو فيما بعد. مشكلة واحدة تتعلق بهذه الطريقة إذ أن المئات، أو الآلاف من النساء سوف يطلبن التحريض وذلك من أجل منع الامكانية في حدوث عدد قليل من الاصابات بجروح خطيرة واحتمال الموت. بالإضافة لذلك، التدخل الطبي المستخدم أحيانا للتحفيز على التحريض والولادة له مخاطره:

- إذا تم حثك على الطلق قد تحتاجين على الغالب عملية قيصرية أو أداة مساعدة للولادة المهبلية (بواسطة الخطافات أو الشفاطة)
- إذا تم حثك على الطلق قد يكون عند وليدك مشاكل تنفسية أو قد يحتاج إلى الإحالة إلى وحدة العناية المركزة.

مالاً، هناك بحث صغير و متميز يقترح بأن هناك خيار واحد له فوائد واضحة قياساً إلى الآخر. وهذا يعني أن القرار حول اختيار التحريض على الطلق أو إدارية الحامل قد يكون من الصعب اتخاذه.

اذا كان الجنين سليما و في وضع مهيأ للولادة، تكون فرصتك كبيرة لولادة طبيعية غير متعثرة حتي اذا انتظرتي بعد مرور 42 اسبوعا، فعملية الطلق و الولادة قد تتم بتلقائية، وكذلك عملية مراقبة الجنين في هذة الاثناء سوف تساعد كثيرا علي التأكد من سلامة الجنين، و قد يساعد ذلك قابلتك القانونية علي تحديد الزمن المناسب للولادة. اما اذا حددت المتابعة بان جنينك لم يعد نشطا داخل الرحم، فالا ختيار الذي يؤمن لك ولادة طبيعية غير متعثرة هو الحث علي الطلق او ما تقرره القابلة القانونية، و ذلك تفاديا لظهور اي تعقيدات او مشاكل لحدوث ولادة طبيعية .

هل التأخر عن موعد الولادة المحدد يؤثر على اختيارك لمكان الولادة؟

تأخرك في الولادة بالموعدد المحدد لا يعني بالضرورة أنك لا تستطيعين أن تضعي خطة للولادة في البيت. هناك بحث صغير لمعرفة فيما إذا كانت الولادة في البيت أقل سلامة من المشفى للنساء اللواتي يمتد حملهن إلى مابعد 40 أسبوعاً.

لأن بعض الطرق الخاصة بالتحريض/او الحث علي الطلق تحدث في المشفى (بروستاغلاندين، اكسيتوسن) البدء بالتحريض على الولادة قد يحدّ من اختياراتك للمكان الذي تلدين فيه.

الأطفال الذين يولدون في 41 أسبوعاً وما بعد على الغالب سيفرزون العقي. إذا كنت تلدين خارج المشفى ولاحظت قابلتك القانونية نوع محدد من العقي، قد تقترح نقلك إلى المشفى.

إذا كنت فوق الـ40...

رغم أن ولادة جنين ميت قلما تحدث في أي حمل، بالمقابل فإن احتمال حدوثها تزداد مع العمر. كمثال: خطر ولادة جنين ميت ستحدث في الأسبوع 39 عند النساء اللواتي أعمارهن بين 40 و 44 سنة، يكون مماثلاث لخطر ولادة جنين ميت في الاسبوع 40 و 42 عند النساء اللواتي أعمارهن ما بين 25 و29 سنة. ولهذا فإن جمعية أخصائيي التوليد وأطباء الأطفال في كندا يقترحون بأن النساء في عمر 40 سنة وأكبر سيتأخرن عن الموعد وذلك في مرحلة مبكرة من الحمل(39 بدلا من 40 أسبوعاً). وكنتيجة، يكون لدى المستشفيات أحياناً خطة جاهزة تقترح على النساء اللواتي فوق 40 سنة أو أكبر بأن تتبع جدولاً مختلفاً من أجل مراقبة الجنين وسلامته، وكذلك الحث على الطلق. على أي حال، هناك بعض البحوث التي تقيم فيما إذا كان هذا الأسلوب يساعد أم لا، في التخفيض من عدد ولادات الجنين الميت القليلة الحدوث عند النساء اللواتي أعمارهن فوق 40 سنة.

هل لديك أي سؤال؟

تقاسمي أسئلتك، مخاوفك، وأفكارك مع قابلتك القانونية. رجاء اكتبيهم وأحضريهم معك في الموعد التالي.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Association of Ontario Midwives
Delivering what matters.

CIHR IRSC
Canadian Institutes of Health Research | Instituts de recherche en santé du Canada

تطوير هذه الوثيقة تم بدعم كريم من
قبل كلية البحث الصحي الكندي.