

عندما تتأخر ولادة الطفل عن الموعد المتوقع

يبلغ متوسط فترة الحمل ما يقارب 280 يومًا أو 40 أسبوعًا. من الطبيعي أن يستمر الحمل أكثر من 40 أسبوعًا. يعتبر الحمل لمدة تتراوح بين 37 و 42 أسبوعًا حملًا مستنفذا لمدة الحمل الكاملة. بعد 40 أسبوعًا ، قد يُشار إلى الحمل على أنه متجاوزا لمدة الحمل الكاملة. ويعتبر الحمل متأخرا أو مطولا إذا تجاوز 42 أسبوعًا. تشعرين بالإحباط إذا لم يولد طفلك بحلول موعد الولادة المتوقع.



الحمل المتأخر أوالحمل المطول	الحمل المتجاوز لمدة الحمل الكاملة
الحمل الذي يستمر 42 اسبوعا أو أكثر	الحمل الذي يتجاوز 40 اسبوعا

ما هو موعد الولادة المتوقع؟

إنه اليوم الذي يتوقع بأنك ستنجين فيه طفلك. يتم حسابه باستخدام:

- تاريخ آخر دورة شهرية لديك
 - فحص الموجات فوق الصوتية (أولتراساوند)
 - أي معلومات أخرى تقدميها حول تتبع التبويض وتاريخ الحمل وتاريخ النقل (إذا كان الحمل بطريقة الإخصاب في المختبر) و / أو الأعراض السريرية
- معرفة موعد ولادتك المتوقع يساعد قابلتك على تقييم ما إذا كان نمو طفلك يسير على المسار الصحيح.
- فقط خمسة من كل 100 شخص يلدن أطفالهن في الموعد المتوقع. قد يكون لتاريخ إنجابك أهمية عاطفية كبيرة بالنسبة لك ولشريكك ولعائلتك وأصدقائك. قد تكون التوقعات لولادة طفلك كبيرة، وقد تشعرين بالإحباط إذا لم يولد طفلك بحلول موعد الولادة المتوقع.

طول فترة الحمل



من المهم أن تضعي في اعتبارك أن معظم حالات الحمل المتجاوز لموعد الولادة المتوقع لا تتجم عنهماضاعفات كبيرة أو طويلة الأمد. ففي حين أن خطر حدوث بعض المضاعفات أكبر إلا أن المخاطر الإجمالية تظل منخفضة. ستناقشك قابلتك في ظروفك الخاصة وتساعدك على وضع خطة رعاية فردية. ناقشي مع قابلتك أية أسئلة أو مخاوف لديك.



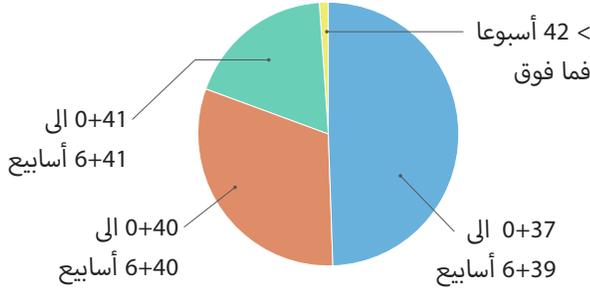
تقدم هذه الوثيقة معلومات ملائمة لمستخدمي الخدمة تستند على إرشادات الممارسة السريرية رقم 10 الصادرة عن جمعية قابلات أونتاريو: إدارة الحمل غير المعقد بعد 41 + 0 أسبوعًا من الحمل. إنه مصمم لمساعدتك في فهم بعض الاعتبارات والخيارات التي قد تواجهينها أثناء تلقي الرعاية من قابلتك. لا تهدف هذه الوثيقة إلى الحلول محل النقاشات المستنيرة مع قابلتك حول خياراتك. إن كانت لديك أي أسئلة أو مخاوف أو أفكار بعد قراءة هذا المستند ، فيرجى بحثها مع قابلتك.

ماهي نسبة استمرار الحمل بعد 40 أسبوعًا؟

في العام 2018 ، حوالي نصف النساء الحوامل اللواتي تلقين المتابعة على يد القابلات في أونتاريو أنجبن أطفالهن خلال فترة 37 الى 40 أسبوعًا من الحمل، بينما النصف الآخر تجاوزن 40 أسبوعًا.

نظرًا لأن بعض الأشخاص يختارون أسلوب تحفيز المخاض ، فإننا لا نعرف عدد حالات الحمل التي كان من الممكن أن تستمر بشكل طبيعي الى ما بعد 40 أسبوعًا.

الأسابيع على الولادة



- إذا كنت أنت أو أي شخص آخر في عائلتك قد خبرتن حمل أطول
- إذا ما كان هذا هو حملك الأول
- إذا كان مؤشر كتلة جسمك مرتفعًا
- إذا ما تجاوزت سن 30 عاما
- إذا ما كان طفلك ذكرا

لماذا نولي المزيد من الإهتمام الى الحمل المتجاوز لموعد الولادة المتوقع؟

يولد معظم الأطفال بصحة جيدة ، بغض النظر عما إذا كانوا قد ولدوا بحلول موعد ولادتهم المتوقع. ومع ذلك ، قد تزيد بعض المخاطر إذا ما استمر الحمل لمدة تزيد عن 41 أسبوعًا. بعض هذه المخاطر تنطوي على:

- **متلازمة شفت العقي:** يكون الأطفال الذين يولدون لاحقًا أكثر عرضة لإخراج براز لزج يسمى العقي في كيس الماء (سائل ملطخ بالعقي). عادة لا يمثل العقي مشكلة، ولكن إذا ما استنشقه طفلك في رئتيه ، فقد يصاب بمشاكل خطيرة في التنفس (متلازمة شفت العقي). تزداد مخاطر إصابة طفلك بمشاكل تنفسية خطيرة ناجمة عن استنشاق العقي بعد 42 أسبوعًا (حوالي خمسة من كل 1000 طفل ولدوا بعد 42 أسبوعًا ، مقارنةً بواحد إلى خمسة أطفال من كل 1000 ولدوا ما بين 37 و 42 أسبوعًا). يتعافى معظم الأطفال المصابين بمتلازمة شفت العقي بسرعة.

- **العملاقة:** قد يكون طفلك أكبر من الحجم المتوسط ، وقد أمضى وقتًا أطول في الرحم ، مما قد يجعل المخاض والولادة أكثر

تعقيدًا. يعاني حوالي 47 من كل 1000 طفل ولدوا بين 37 و 42 أسبوعًا من العملاقة ، مقارنة بـ 115 من كل 1000 طفل ولدوا بعد 42 أسبوعًا. يولد معظم الأطفال المصابين بالعملاقة بدون مضاعفات.

- **ولادة الجنين ميتا:** الأطفال الذين يولدون بعد 41 أسبوعًا هم أكثر عرضة للوفاة قبل أو أثناء المخاض ، أو بعد الولادة بقليل.

- **العملية القيصرية:** قد يتزايد أيضًا احتمال الولادة القيصرية غير المخطط لها في حالات الحمل التي تتجاوز 42 أسبوعًا.

خطر ولادة الجنين ميتا

40 اسبوعا	41 اسبوعا	42 اسبوعا
حوالي 0.7 من كل 1000	حوالي 1.1 من كل 1000	حوالي 1.9 من كل 1000

ما الذي يمكن حدوثه إذا تجاوز حملي موعد الولادة المتوقع؟

قد تشعرين بنفاذ صبرك، فقد تكوني قد قمت أنت أو شريكك وعائلتك وأصدقائك بالتحضير لوصول طفلك. قد تكونين متحمسة لمقابلة العضو الجديد في عائلتك. قد تشعرين أيضًا بعدم الراحة الجسدية: مثل آلام الظهر، وقد تجدين صعوبة في القدرة على النوم وأخذ قسط كافي من الراحة.

عند حلول الأسبوع 41 ، قد توصي قابلتك بزيادة مراقبة صحة طفلك. تشمل أنشطة المراقبة التي قد تقترحها قابلتك ما يلي:

- حساب عدد مرات ركلات طفلك خلال فترة زمنية محدد.
- مراقبة معدل ضربات قلب طفلك خلال فترة زمنية محددة، وذلك باستخدام المراقبة المستمرة للجنين ، نسمى اختبار عدم الإجهاد (NST)
- استخدام الموجات فوق الصوتية لقياس:
 - حركات الطفل، وقوة العضلات، وحركات التنفس وكمية الماء (السائل الأمنيوسي) حول الطفل ، وتحديد درجة لكل قياس (يسمى هذا الملف الشخصي الفيزيائي الحيوي ، أو BPP).
 - نمو طفلك.

عندما تتجاوزين موعد ولادتك المتوقع، ستناقش معك قابلتك الخيارات المتاحة أمامك، بما في ذلك انتظار بدء المخاض من تلقاء نفسه (التدبير التوقعي)، والطرق غير الطبية لتحفيز المخاض، والتحريض الطبي للولادة.

ما هي خياراتي؟

الانتظار الى أن يبدأ المخاض من تلقاء نفسه

يسمى خيار إنتظار بدء المخاض من تلقاء نفسه (التدبير التوقعي). قد تشعرين بالضغط أو بقلق الأصدقاء أو أفراد الأسرة المتلهفين الى وصول طفلك إذا ما استمر حملك لأكثر من 40 أسبوعًا. ليست كل حالات الحمل بنفس الطول، ومن الطبيعي تمامًا أن تستمر بعض حالات الحمل لفترة أطول. تفضل العديد من الحوامل الانتظار حتى يبدأ المخاض من تلقاء نفسه. قد تشعرين أن المخاض سيبدأ عندما يكون كل من الطفل وجسدك مستعدان لذلك. وقد ترغبين أيضًا في تجنب التدخل الطبي غير الضروري.

إذا ما قررت الانتظار حتى يبدأ المخاض من تلقاء نفسه ، فستقترح قابلتك مراقبة صحة طفلك، عادةً ما يكون ذلك باستخدام الموجات فوق الصوتية. وإذا كانت لديها أي مخاوف ، فقد تقترح عليك تحفيز المخاض.



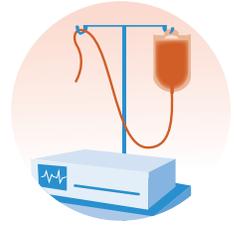
طرق غير طبية لتحفيز المخاض

تقترح العديد من القابلات أساليب غير طبية لتحفيز المخاض. من المهم أن تتذكري أن هذه الأساليب لا تؤدي بالضرورة الى بدء المخاض. إحدى الطرق التي تقترحها القابلات في كثير من الأحيان تسمى الشد والتقوس، أو تقوس الاغشيه ستستخدم القابلة أصابعها لتقييم عنق الرحم (فتحة الرحم). اعتمادًا على درجة التغيير في عنق الرحم ، سوف تقوم بتمديد وفتح عنق الرحم ، وتتمرر إصبعها بين الجزء الداخلي من عنق الرحم وكيس الماء الذي يحمل طفلك (التقوس). قد تكون هذه الحركات غير مريحه، وقد تجدينها مؤلمة. تظهر الأبحاث أن تمارين الشد والتقوس بين 38 و 40 أسبوعًا يمكن أن تسرع موعد ولادة الطفل بحوالي يوم واحد. قد تقوم قابلتك بتمارين الشد والتقوس عدة مرات.



كما تشمل الطرق غير الطبية الأخرى المستخدمة لتحفيز المخاض زيت الخروع ، والوخز بالإبر ، والعلاج بالابر ، والمعالجة المثلية، والعلاجات الطبيعية والعشبية. تم إجراء القليل من الأبحاث لتحديد مدى نجاح هذه الأساليب أو لإختبار الظروف المثالية لاستخدامها. يرجى التحدث الى قابلتك إذا كنت مهتمة بهذه الأساليب لبدء المخاض حتى تستطيعي معرفة الفوائد والمخاطر المحتملة لكل منها.

تحفيز المخاض



بين الأسبوع الـ 41 و 42 ستقترح عليك قابلتك تحفيز المخاض. قد تشعرين بنفاذ صبرك أو بالقلق وعدم الارتياح في انتظار وصول طفلك. إذا اخترت التحفيز، فسيبدأ مخاضك بوحدة أو أكثر من الطرق الموضحة أدناه تبعاً لمدى استعداد جسدك للدخول في المخاض وعوامل أخرى. قد تستغرق عملية التحفيز عدة أيام.

- يمكن إدخال هلام أو قرص (مثل السدادة القطنية) في المهبل أو قناة الولادة. يحتوي هذا القرص على هرمون يسمى البروستاجلاندين الذي يعمل على تليين عنق الرحم بحيث يمكن أن يتمدد بسهولة أكبر. في بعض الحالات، يتسبب البروستاجلاندين أيضاً في تقلص الرحم. تستخدم هذه الطريقة في المستشفى.
 - إدخال إبرة في ذراعك (بالتنقيط في الوريد أو IV) لإعطائك نسخة اصطناعية من الأوكسيتوسين ، وهو هرمون آخر يحفز الرحم على الانقباض. يتم استخدام الأوكسيتوسين الوريدي لتحفيز المخاض فقط في المستشفى. نظراً لأن الأوكسيتوسين الوريدي يمكن أن يسبب تقلصات قوية ، ستم مراقبة معدل ضربات قلب طفلك بعناية باستخدام جهاز مراقبة الجنين الإلكتروني (EFM). قد يكون من الصعب عليك التنقل عند استخدام EFM لأنك تكونين مثبتة بهذه الآلة . يمكنك أن تسألي إن كان هناك جهاز EFM لاسلكي، ويسمى جهاز القياس عن بعد، متوفر في المستشفى.
 - يمكن إحداث ثقب صغير في الكيس الأمنيوسي لنزول الماء المحيط بطفلك. وهذا غالباً ما يشجع الرحم على الانقباض. إذا ما أوصت قابلتك بشق الكيس الأمنيوسي كوسيلة للتحفيز، فقد يتم ذلك في المنزل أو في العيادة أو في المستشفى. ستناقشك قابلتك في هذا الأمر.
- في بعض المستشفيات تتم إدارة عملية التحريض على يد القابلات، وفي حالات أخرى يتوجب تحويل رعايتك إلى طبيب. تحدثي إلى قابلتك حول ما يمكن توقعه في المستشفى المحلي.

هل يتوجب علي الحصول على التحفيز أم الإنتظار؟

تشير الأبحاث الى أن تحفيز المخاض بين 41 أسبوعًا و 42 أسبوعًا ، مقارنة مع الانتظار أو إجراء التحفيز لاحقاً ، يقلل من خطر ولادة الجنين ميتاً. كما أنه يقلل من خطر متلازمة شفت العقي وإحتمالات الولادة القيصرية غير المخطط لها. بينما تشير الأدلة البحثية للحمل المتأخر إلى معدلات أعلى للولادة القيصرية عند تحفيز المخاض، فإن المعدلات الفعلية للولادة القيصرية في أونتاريو في العام 2019 لمن خضعن لتحريض المخاض (لأي سبب) كانت أعلى بسببة (22%) من اللواتي دخلن المخاض بشكل طبيعي ونسبتهن (12%). غالباً ما يرغب الأشخاص الذين يختارون إنتظار بدء المخاض من تلقاء نفسه تجنب التدخل غير الضروري أثناء الحمل والولادة. كما أن أولئك اللواتي تلقين التحريض يكن أكثر عرضة للتخدير فوق الجافية ، التخدير النخاعي أيضاً. قد تكون عملية التحريض طويلة وتشمل عدة رحلات إلى المستشفى ، حيث تختلف الفترة من بدء التحريض إلى الولادة من شخص لآخر.

هل سيؤثر الحمل المتجاوز لمعدل مدة الحمل على إختياري لمكان الولادة؟

لا يعني الحمل المتجاوز لمعدل مدة الحمل بأنك بالضرورة لا تستطيعين التخطيط للولادة خارج المستشفى . هناك القليل من الأبحاث لتحديد ما إذا كانت الولادة في المنزل أقل أماناً من الولادة في المستشفى بالنسبة لأولئك اللواتي يتجاوز حملهن مدة تزيد عن 40 أسبوعاً.

نظرًا لأن بعض طرق التحفيز (هلام البروستاجلاندين والأوكسيتوسين) متوفرة فقط في المستشفى ، فإن تحفيز المخاض قد يحد من خياراتك في تحديد مكان الولادة.

الأطفال الذين يولدون في الأسبوع 41 وما يليه هم أكثر عرضة لإفراز العقي. إذا كنت خارج المستشفى أثناء المخاض ولاحظت قابلك وجود العقي، فقد تنصحك بالانتقال إلى المستشفى.

كيف يمكنني تحديد ما هو الأفضل بالنسبة لي؟

هناك العديد من الأمور التي يجب أخذها بعين الإعتبار عند إتخاذ القرار بشأن إجراء تحفيز طبي أو انتظار بدء المخاض من تلقاء نفسه.

على سبيل المثال ، قد ترغبين في التفكير في الاسئلة التالية:

- ما هو شعورك حيال مخاطر وفوائد التحفيز الطبي مقارنة بانتظار بدء المخاض من تلقاء نفسه؟
- أين تريدين أن يحدث مخاضك؟ اين تريدين ان تنجي طفلك؟
- ما مدى ارتياحك لإجراء التدخلات الخاصة بالولادة؟
- هل هناك أي عوامل أخرى قد تؤثر على خياراتك (على سبيل المثال ، وجود أعراض طبية أخرى ، تاريخ مخاض سابق)؟

