

كل ما يجب معرفته عن فترة الحمل
مقالة

الرعاية و التحاليل المطلوبة للحامل قبل الولادة

يونيو 8, 2022

تساعد الفحوصات الطبية والأشعة (السونار) أنت وطفلك على البقاء بصحة جيدة. ويشار إلى ذلك.

الرعاية واختبارات ما قبل الولادة

• تساعد الفحوصات الطبية والأشعة (السونار) أنت وطفلك على القيام بصحة جيدة. ويشار إلى ذلك برعاية ما قبل الولادة¹

• يشمل أيضًا التثقيف والإرشاد حول كيفية التعامل مع مختلف جوانب الحمل.

• قد يتناقض معك طبيبك مجموعة متنوعة من الموضوعات معك أثناء زيارتك ، بما في ذلك النظام الغذائي الصحي والنشاط البدني ، و الأشعة المطلوبة . وما يمكن توقعه أثناء المخاص والولادة ¹

فحوصات ما قبل الولادة^١

• الفحوصات الروتينية ضرورية أثناء الحمل. هذه المتابعة والرعاية المستمرة من الممكن أن تساعدك أنت وطفلك على البقاء بصحة جيدة. **ومعرفة مبكراً** إذا كان هناك ما يقلقنا أثناء الحمل، وتجنب المضاعفات أثناء الولادة.

• من الأسبوع الـ ٤ إلى الأسبوع الـ ١٨ قومي بذلك مرة واحدة

في الشهر.

• من الأسبوع الـ ٢٨ إلى الأسبوع الـ ٣٦ ، قومي بذلك مرتين في الشهر.

- من الأسبوع الـ ٣٦ حتى الولادة : كبري ذلك أسبوعياً.
- يجب على النساء الحوامل اللاتي تعانين من حمل غير مستقر مراجعة أطبائهن بشكل متكرر.

• خلال زيارتك الأولى، سيقوم طبيبك بإجراء فحص جسدي شامل، وطلب سحب عينة دم للفحص المعملي، وحساب موعد ولادتك.

• قد يقوم طبيبك أيضًا بإجراء فحص للثدي . وفحص للحوض لفحص الرحم .
وعنق الرحم .

• خلال هذه الزيارة الأولى ، سيسألك طبيبك الكثير عن الأسئلة حول نمط حياتك وعائلتك وعاداتك الصحية في هذه الزيارة من المهم أن تكون منفتحاً وصادقاً مع طبيبك.

- بعد الزيارة الأولى، يستعطي معظم موعيد ما قبل الولادة العناصر التالية :
 - فحص ضغط الدم والوزن
 - مراقبة معدل ضربات قلب الطفل
 - التحقق من نمو طفلك عن طريق قياس بطنك

• طوال فترة الحمل ، ستخضعين لبعض الاختبارات القياسية ، مثل اختبارات فقر الدم ، واختبارات لتحديد مخاطر الإصابة بسكري الحمل ، واكتشاف العدوى الخطيرة

• من أجل رفاهيتك وصحتك أنت وطفلتك، اعملي مع طبيبك كفريق واحد. واطيبي عني الذهاب الي جميع مواعيدك مع طبيبك - فكلها مهمة لمعرفة المزيد عن هذه الفترة الرائعة ، اطرحي أسئلة والأجوبة .

• نابعي حركة طفلك بعد الأسبوع الـ ٢٨ . سيساعدك هذا على اكتشاف ما إذا كان طفلك يتحرك بشكل أقل من المعتاد . مما قد يشير إلى أنه يشعر بعدم الراحة ويحتاج إلى رعاية طبية.

• طريقة العد حتى 7 هي تقنية بسيطة لتحقيق ذلك.

• احسبي حركات طفلك في النساء . عندما يكون الجنين عادة في أكثر نشاط. إذا كنت تواجهين صعوبة في الشعور بحركة طفلك، استلقي في غضون ٢٠ دقيقة، يمكن لمعظم النساء العد حتى ١٠ حركات.

• عندما يكون الطفل نشيطاً ، من غير المألوف أن تحسب المرأة أقل من ١٠ حركات في ساعة.

• كل يوم ، احسبي حركات طفلك لمعرفة ما هو طبيعي بالنسبة لك

• إذا كان طفلك يتحرك أقل من ٤ مرات في ساعتين أو إذا لاحظت أن طفلك يتحرك أقل من المعتاد ، فانصلي بطبيبك على الفور إذا كان طفلك لا يتحرك على الإطلاق

فحوصات ما قبل الولادة

ما هي الفحوصات التي تجرى في وقت مبكر من الحمل؟

يتم إجراء العديد من الاختبارات المعملية الروتينية في وقت مبكر من الحمل ، بما في ذلك:

- صورة دم كاملة (CBC)
- فصيلة الدم وعامل Rh
- تحليل بول
- مزعجة بول

لماذا يجب عمل اختبار صورة الدم الكاملة؟

يحدد CBC عدد الخلايا المختلفة في دمك، يمكن أن يوضح عدد خلايا الدم الحمراء في دمك ما إذا كنت مصابة بنوع معين من فقر الدم.

يوضح عدد خلايا الدم البيضاء في دمك عدد الخلايا المختلفة للأمراض الموجودة.

يوضح عدد الصفيحات الدموية في دمك ما إذا كنت مصابة باضطراب ينشأ عن الدم (تجلط الدم).

ما هو عامل الـ ρ_{Rh} ؟

يعرف البروتين الموجود على سطح خلايا الدم الحمراء بعامل الـ Rh يكون عامل الـ Rh لديك إيجابياً إذا تم العثور على هذا البروتين في خلايا الدم لديك. سوف تكونين Rh سالب إذا كانت خلايا الدم لديك تفتقر إلى هذا البروتين.

لماذا من المهم معرفة الـ Rh الخاص بك؟

عندما يكون عامل الـ Rh سالب ويكون جينها موجب الـ Rh، يمكن لجسمها إنتاج أجسام مضادة ضد عامل الـ Rh هذه الأجسام المضادة لديها القدرة على الإضرار بخلايا الدم الحمراء، لتجدين في الحمل الأول، عندما ينتج الجسم عدداً صغيراً من الأجسام المضادة، فإن هذا لا يمثل مشكلة عادة. ومع ذلك، يمكن سبب مضاعفات في وقت لاحق من الحمل.

ما هو تحليل البول؟^٧

- تحليل البول هو اختبار للبول للكشف عن مكونات معينة به مثل ،
- خلايا الدم الحمراء لتحديد ما إذا كان لديك مرض في المسالك البولية.
- خلايا الدم البيضاء لتحديد ما إذا كان لديك عدوى في المسالك البولية.
- الجلوكوز ، لأن ارتفاع مستويات السكر في الدم يمكن أن يكون علامة على الإصابة بمرض السكري.

• يحدد هذا الاختبار أيضاً مستوى البروتين في الدم ، والذي يمكن مقارنته بمستوياته في وقت الحقن من الحمل. قد تشير المستويات العالية من البروتين إلى تسهم الحمل. وهي مضاعفات خطيرة (التهمة) يمكن أن تحدث لاحقاً أثناء الحمل.

المراجع

1. Women's Health, *Practical Care and Tests*. Page last updated: January 30, 2019. Available at: <https://www.womenshealth.gov/women-s-health-programs/how-to-manage-menstrual-cycle/and-tests>. Last accessed at: 7/6/2022

2. American College of Obstetricians and Gynecologists. *Timeline Topic: During Pregnancy*. Last reviewed: July 2021. Available at: <https://www.acog.org/clinical/clinical-guidance/patient-education/section/timeline-topics/during-pregnancy>. Last accessed at: 7/6/2022

الرعاية والتحاليل المطلوبة للحامل قبل الولادة

- تساعد الفحوصات الطبية والأشعة (السونار) أنت وطفلك على البقاء بصحة جيدة. ويشار إلى ذلك برعاية ما قبل الولادة.¹
- يشمل أيضاً التثقيف والإرشاد حول كيفية التعامل مع مختلف جوانب الحمل.
- قد يتناقش معك طبيبك مجموعة متنوعة من الموضوعات معك أثناء زيارتك ، بما في ذلك النظام الغذائي الصحي والنشاط البدني ، و الأشعة المطلوبة ، وما يمكن توقعه أثناء المخاض والولادة.¹

فحوصات ما قبل الولادة¹

- الفحوصات الروتينية والتحاليل المطلوبة للحامل ضرورية أثناء الحمل. هذه المتابعة والرعاية المستمرة من الممكن أن تساعدك أنت وطفلك على البقاء بصحة جيدة ، ومعرفة مبكراً اذا كان هناك ما يقلقنا أثناء الحمل ، وتجنب المضاعفات أثناء الولادة.
- عادة تشمل الفحوصات الروتينية ما يلي :
 - من الأسبوع ال ٤ إلى الأسبوع ال ٢٨ ، قومي بذلك مرة واحدة في الشهر ،
 - من الأسبوع ال ٢٨ إلى الأسبوع ال ٣٦ ، قومي بذلك مرتين في الشهر ،
 - من الأسبوع ال ٣٦ حتى الولادة ، كرري ذلك أسبوعياً ،
 - يجب على النساء الحوامل اللاتي تعانين من حمل غير مستقر مراجعة أطبائهن بشكل متكرر.
- خلال زيارتك الأولى ، سيقوم طبيبك بإجراء فحص جسدي شامل ، وطلب سحب عينة دم للفحص المعملي ، وحساب موعد ولادتك .
- قد يقوم طبيبك أيضاً بإجراء فحص للثدي ، وفحص للحوض لفحص الرحم ، وعنق الرحم.
- خلال هذه الزيارة الأولى ، سيسألك طبيبك الكثير من الأسئلة حول نمط حياتك وعلاقاتك وعاداتك الصحية. في هذه الزيارة من المهم أن تكون منفتحاً وصادقاً مع طبيبك.
- بعد الزيارة الأولى ، ستغطي معظم مواعيد ما قبل الولادة العناصر التالية:
 - فحص ضغط الدم والوزن
 - مراقبة معدل ضربات قلب الطفل
 - التحقق من نمو طفلك عن طريق قياس بطنك
 - طوال فترة الحمل ، ستخضعين لبعض الاختبارات القياسية ، مثل اختبارات فقر الدم ، واختبارات لتحديد مخاطر الإصابة بسكري الحمل ، والفحوصات لاكتشاف العدوى الخطرة
- من أجل رعايتك وصحتك أنت وطفلك ، اعلمي مع طبيبك كفريق واحد إخضعي لكل التحاليل المطلوبة للحامل. واطبي علي الذهاب الي جميع مواعيدك مع طبيبك – فكلها مهمة!

لمعرفة المزيد عن هذه الفترة الرائعة ، اطرحي أسئلة واقرأي.

راقبي نشاط طفلك¹

- تابعي حركة طفلك بعد الاسبوع ال ٢٨. سيساعدك هذا على اكتشاف ما إذا كان طفلك يتحرك بشكل أقل من المعتاد ، مما قد يشير إلى أنه يشعر بعدم الراحة ويحتاج إلى رعاية طبية
- طريقة "العد حتى ١٠" هي تقنية بسيطة لتحقيق ذلك

- احسبي حركات طفلك في المساء ، عندما يكون الجنين عادة في أكثر نشاط. إذا كنت تواجهين صعوبة في الشعور بحركة طفلك ، استلقي. في غضون ٢٠ دقيقة ، يمكن لمعظم النساء العد حتى ١٠ حركات
- عندما يكون الطفل نشيطاً ، من غير المألوف أن تحسب المرأة أقل من ١٠ حركات في ساعتين
- كل يوم ، احسبي حركات طفلك لمعرفة ما هو طبيعي بالنسبة لك
- إذا كان طفلك يتحرك أقل من ١٠ مرات في ساعتين أو إذا لاحظت أن طفلك يتحرك أقل من المعتاد ، فاتصلي بطبيبك
- اتصلي بطبيبك على الفور إذا كان طفلك لا يتحرك على الإطلاق

فحوصات ما قبل الولادة

ما هي الفحوصات والتحاليل المطلوبة للحامل التي تجرى في وقت مبكر من الحمل؟²

يتم إجراء العديد من الاختبارات المعملية الروتينية في وقت مبكر من الحمل ، بما في ذلك

- صوره دم كاملة (CBC)
- فصيلة الدم وعامل الـ Rh
- تحليل بول
- مزرعة بول

لماذا يجب عمل اختبار صورة الدم الكاملة؟²

- يحدد CBC عدد الخلايا المختلفة في دمك. يمكن أن يوضح عدد خلايا الدم الحمراء في دمك ما إذا كنت مصابة بنوع معين من فقر الدم.
- يوضح عدد خلايا الدم البيضاء في دمك عدد الخلايا المكافحة للأمراض الموجودة.
- يوضح عدد الصفائح الدموية في دمك ما إذا كنت مصابة باضطرابات تخثر الدم (تجلط الدم).

ما هو عامل الـ Rh؟²

- يعرف البروتين الموجود على سطح خلايا الدم الحمراء بعامل الـ Rh. يكون عامل الـ Rh لديك إيجابياً إذا تم العثور على هذا البروتين في خلايا الدم لديك. سوف تكونين Rh سالب إذا كانت خلايا الدم لديك تفتقر إلى هذا البروتين.

لماذا من المهم معرفة الـ Rh الخاص بك؟²

عندما يكون عامل الـ Rh لامرأة سالب ويكون جنينها موجب الـ Rh ، يمكن لجسمها إنتاج أجسام مضادة ضد عامل الـ Rh. هذه الأجسام المضادة لديها القدرة على الإضرار بخلايا الدم الحمراء للجنين.

في الحمل الأول ، عندما ينتج الجسم عدداً صغيراً من الأجسام المضادة ، فإن هذا لا يمثل مشكلة عادة. ومع

ذلك ، يمكن أن يسبب مضاعفات في وقت لاحق من الحمل.

ما هو تحليل البول؟²

- تحليل البول هو اختبار للبول للكشف عن مكونات معينة به مثل :
 - خلايا الدم الحمراء لتحديد ما إذا كان لديك مرض في المسالك البولية
 - خلايا الدم البيضاء لتحديد ما إذا كان لديك عدوى في المسالك البولية
 - الجلوكوز، لأن ارتفاع مستويات السكر في الدم يمكن أن يكون علامة على الإصابة بداء السكري
- يحدد هذا الاختبار أيضاً مستوى البروتين في الدم ، والذي يمكن مقارنته بمستوياته في وقت لاحق من الحمل. قد تشير المستويات العالية من البروتين إلى تسمم الحمل، وهي مضاعفات خطيرة (قاتلة) يمكن أن تحدث لاحقاً أثناء الحمل

المراجع :

1. Women's Health. Prenatal care and tests. Page last updated: January 30, 2019. Available at: <https://www.womenshealth.gov/pregnancy/youre-pregnant-now-what/prenatal-care-and-tests>. Last accessed at: 29/01/2022
2. American College of Obstetricians and Gynecologists. Routine Tests During Pregnancy. Last reviewed: July 2021. Available at: <https://www.acog.org/womens-health/faqs/routine-tests-during-pregnancy>. Last accessed at: 29/01/2022