كل ما يجب معرفته عن فترة الحمل
مقالة

الرعاية و التحاليل المطلوبة للحامل قبل الولادة

JUN 8, 2022

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

الرعاية واختبارات ما قبل الولادة



- تساعد الفحوصات الطبية و الأشعة (السونار) **أنت وطفلك على البقاء بصحة جيدة** وبشار إلى ذلك **برعاية ما قبل الولادة**.



- يشمل أيضًا 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.

فحوصات ما قبل الولادة[1]

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



- من الأسبوع الـ ٤ إلى الأسبوع الـ ٢٨، **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، **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 أيضًا بإجراء فحص للثدي، وفحص للحوض لفحص الرحم، **وعنق الرحم**.

- خلال هذه الزيارة الأولى، سيسألك طبيبك الكثير من الأسئلة حول نمط حياتك وعلاقاتك وبياناتك الصحية. في هذه الزيارة **من المهم أن تكون منفتحًا وصادقًا 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، اعملي مع طبيبك كفريق واحد. واظبي على الذهاب الى جميع مواعيدك مع طبيبك، **فكلما معهما! لمعرفة المزيد عن هذه الفترة الرائعة، اطرحي أسئلة والترابي.**

راقبي نشاط طفلك[1]

- تابعي 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 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 نشيطًا، 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 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:
  - صوره دم كاملة (CBC)
  - فصيلة الدم وعامل الRh
  - تحليل بول
  - سرعة 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 مصابًا باضطرابات تخثر الدم (تجلط الدم)**

ما هو عامل الRh؟[2]

- يعرف البروتين الموجود على سطح خلايا الدم الحمراء **بعامل الRh**. يكون عامل الRh لديك إيجابيًا 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 الRh الخاص بك؟[2]



- عندما يكون عامل الRh لامرأة سالب، ويكون جنينها موجب الRh، **يمكن لجسمها إنتاج أجسام مضادة ضد عامل الRh**. هذه الأجسام المضادة لديها القدرة على الإضرار بخلايا الدم الحمراء للجنين في الحمل الأول، عندما ينتج الجسم عددًا صغيرًا من الأجسام المضادة. قال 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، أن ارتفاع مستويات السكر في الدم يمكن أن يكون **علامة على الإصابة بداء السكري**

- يحدد هذا الاختبار أيضًا 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 لاحقًا أثناء الحمل**.

المراجع

1. Women's Health. Prenatal care and tests. Page last updated: January 30, 2019. Available at: https://www.womenshealth.gov/pregnancy/prenatal-care/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/en/womens-health/faqs/routine-tests-during-pregnancy. Last accessed at: 29/01/2022

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 أيضًا التثقيف والإرشاد حول كيفية التعامل مع مختلف جوانب الحمل.
- قد يتناقش معك طبيبك مجموعة متنوعة من الموضوعات معك أثناء زياراتك ، بما في ذلك النظام الغذائي الصحي والنشاط البدني ، و الأشعةالمطلوبة ، وما يمكن توقعه أثناء المخاض والولادة. [1]

فحوصات ما قبل الولادة[1]

- الفحوصات الروتينية**والتحاليل المطلوبة للحامل**ضرورية أثناء الحمل. هذه المتابعة والرعاية المستمرة من الممكن أن تساعدك أنت وطفلك على البقاء بصحة جيدة ، ومعرفة مبكرًا اذا كان هناك ما يقلقنا أثناء الحمل ، وتجنب المضاعفات أثناء الولادة.
- عادة تشمل الفحوصات الروتينية ما يلي :
  - من الأسبوع ال ٤إلى الأسبوع ال٢٨، قومي بذلك مرة واحدة في الشهر،
  - من الأسبوع ال٢٨إلى الأسبوع ال٣٦، قومي بذلك مرتين في الشهر،
  - من الأسبوع ال٣٦حتى 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 أيضًا 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 منفتحًا وصادقًا 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، اعملي مع طبيبك كفريق واحد إخضعي لكل **التحاليل المطلوبة للحامل**. واظبي علي الذهاب الي جميع مواعيدك مع طبيبك- فكلها مهمة!

لمعرفة المزيد عن هذه الفترة الرائعة ، اطرحي أسئلة واقرأئي.

راقبي نشاط طفلك [1]

- تابعي حركة طفلك بعد الاسبوع ال٢٨. 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 ٢٠دقيقة ، يمكن لمعظم النساء العد حتى ١٠حركات
- عندما يكون الطفل نشيطًا ، من غير المألوف أن تحسب المرأة أقل من ١٠حركات في ساعتين
- كل يوم ، احسبي حركات طفلك لمعرفة ما هو طبيعي بالنسبة لك
- إذا كان طفلك يتحرك أقل من ١٠مرات 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 الRh
- 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 ال Rh؟[2]

- يعرف البروتين الموجود على سطح خلايا الدم الحمراء بعامل الRh. يكون عامل الRh لديك إيجابيًا إذا تم العثور على هذا البروتين في خلايا الدم لديك. سوف تكونينRh سالب إذا كانت خلايا الدم لديك تفتقر إلى هذا البروتين.

لماذا من المهم معرفة ال Rhالخاص بك؟[2]

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

في الحملالأول ، عندما ينتج الجسم عددًا صغيرًا 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 أيضًا 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 لاحقًا 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