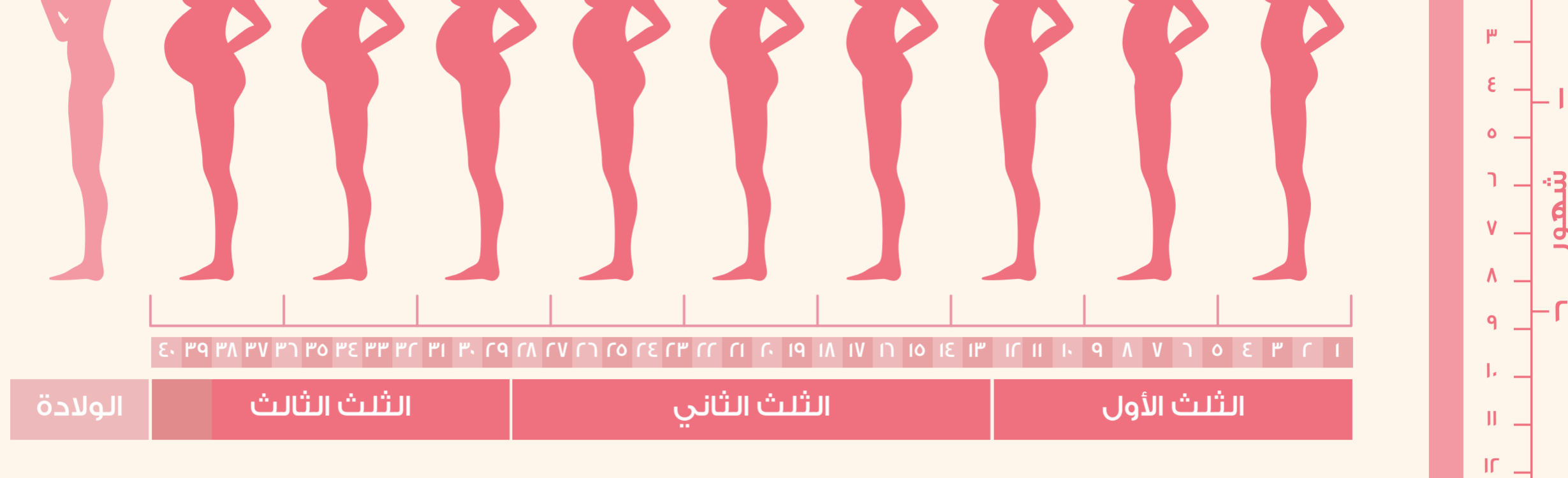


الحمل في الأسبوعين ٣٧ و ٣٨



يمكن أن يصل طفلك في أي وقت – ولن يكون ذلك "مبكراً". أصبح طفلك الآن "كاملاً"، مما يعني أنه هو أو هي كذلك، من المحتمل أن يكون كبير وناضج بما يكفي للبقاء على قيد الحياة في العالم الخارجي. ومع ذلك، قد تضطرين إلى الانتظار بضعة أسابيع.

إليك ما نتطلع إليه في الأسبوعين ٣٧ و ٣٨.



الأسبوع

٣٧

الأسبوع السابع والثلاثون من الحمل

ماذا يحدث لطفلك في الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل؟^٢

- يعتبر حملك كامل المدة عندما يصل إلى الأسبوع السابع والثلاثين. عندها يكون طفلك جاهزاً مستعداً للولادة، وستلتقي به في الأسابيع المقبلة.
- العقوي - هي مادة خضراء لزجة تخرج كفضلات طفلك بعد الولادة - وهي موجود الآن في أمعاء طفلك (الجهاز الهضمي).
- وهذه الفضلات يمكن أن تحتوي على أجزاء من الزغب (شعر ناعم) كانت تغطي طفلك في وقت مبكر من الحمل.

ما هو حجم طفلك في الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل؟

يبلغ طول طفلك تقريباً ٢٢ خيار و وزن ١٤ حبة بطاطس مخبوزة.^٣

جسمك في الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل!

● إذا كان هذا هو حملك الأول، فإن طفلك سيتحرك لأسفل في الأسبوع السابع والثلاثين ويكون مستعداً للولادة. عندما يحدث هذا، قد تشعرين براحة أكبر، وربما ستلاحظين زيادة الضغط في أسفل البطن.

● إذا لم يكن هذا حملك الأول، فقد ينتظر الطفل حتى بداية المخاض.

● من الشائع أن تعاني من تسرب الحليب من الحلمتين.

الأسبوع

٣٨

الأسبوع الثامن والثلاثون من الحمل

ماذا يحدث لطفلك في الأسبوع الثامن والثلاثين من الحمل؟^٥

● يخزن طفلك بعض العقوي في أمعائه. وهذا يشمل كل ما يأكله ويشربه أثناء وجوده في الرحم، بما في ذلك السائل الأمنيوسي والشعر.

● وعادة ما يخرج على هيئة الفضلات الأولى بعد الولادة.

● إذا قام طفلك بإخراج الفضلات أثناء المخاض، فقد تكون تلك إشارة تجعله في احتياج الي مراقبة دقيقة.

ما هو حجم طفلك في الأسبوع الثامن والثلاثين من الحمل؟

يبلغ طول طفلك حوالي ٣١ حبات من الجزر ووزنه ٣ حبات قرع العسل.^٤

جسمك في الأسبوع السابع والثلاثين من الحمل!

● نزول طفلك لأسفل الحوض يسبب ضغط علي المثانة، مما يتسبب في زيارات متكررة للحمام.

نصائح تساعدك خلال فترة الحمل

● أعراض بدأ الولادة^٦

هناك عدد من الإشارات التي تدل على أن الولادة على وشك البدء، بما في ذلك:

● حدوث شد أو تقلصات.

● نزول المخاط من عنق الرحم (مدخل الرحم أو الرحم) المعروف ب سادة الرحم المخاطية

● آلام بالظهر.

● الرغبة في الذهاب إلى الحمام بسبب ضغط رأس طفلك على الأمعاء أو نزول كيس الماء.

● قد يستغرق الأمر وقتاً طويلاً للوصول إلى بدايه مرحلة الولادة.

● إذا كنت تعانين من أي من الأعراض التالية، فاتصلي بطبيبك أو المستشفى:^٦

● نزول المياه منك .

● تعانين من نزيف مهبلي .

● لا يتحرك طفلك بالقدر الطبيعي.

المراجع:

1. NHS You and your baby at 37 weeks pregnant. Page last reviewed: 13.10.2021. Available at: <https://www.nhs.uk/pregnancy/week-by-week/28-to-40-plus/37-weeks/> Last accessed at: 21.11.2021
2. Nemours KidsHealth. Parents: Week 37. Available at: <https://kidshealth.org/en/parents/week37.html> Last accessed at: 21.11.2021
3. NHS. Start 4 life. Week-by-week guide to pregnancy. Available at: <https://www.nhs.uk/start4life/pregnancy/week-by-week/3rd-trimester/week-37/#anchor-tabs> Last accessed at: 21.11.2021
4. NHS. Start 4 life. Week-by-week guide to pregnancy. Available at: <https://www.nhs.uk/start4life/pregnancy/week-by-week/3rd-trimester/week-38/#anchor-tabs> Last accessed at: 21.11.2021
5. Nemours KidsHealth. Parents: Week 38. Available at: <https://kidshealth.org/en/parents/week38.html> Last accessed at: 21.11.2021
6. NHS. Signs that labour has begun. Page last reviewed: 30 November 2020. Available at: <https://www.nhs.uk/pregnancy/labour-and-birth/signs-of-labour/signs-that-labour-has-begun/> Last accessed at: 21.11.2021