اكتئاب الأمهات.. ما علاقته بنمو الأطفال؟



يبدو أن "التعامل مع اكتئاب المرأة بحاجة إلى إعادة نطر: كونه خرج من عنق زجاجة انظرابات نفسية شخصية "ذات تأثيرات محدودة إلى نتائج صحيّة أكثر خطورة، بحسب دراسة بريطانية حديثة كشفت ارتباط اكتئاب الأُمّهات الوثيق بنقص الوزن والتقزّم المبكرين في الأطفال. نتائج الدراسة المنشورة في مجلة الصحة العالمية قد يكون من شأنها حشد الجهود العلمية؛ لتسريع اكتشاف اكتئاب الأُمّهات وعلاجه المبكر، والأهم الوقاية منه، الأمر الذي من شأنه إيقاف وتيرة تزايد نقص نمو الأطفال. فقد تضمنت 13923 زوجاء من الأُمّهات والأطفال من المنافرة بنسبة هالمنافرة والمنافرة والمنافرة بنسبة هالمنافرة بالمنافرة والمنافرة المنافرة والمنافرة المنافرة والمنافرة المنافرة المنافرة المنافرة والمنافرة المنافرة والمحية الخطيرة الخماء الخماء والاخصائيون النفسيون حذروا من تراكم النتائج النفسية والصحية الخطيرة الأمّهات الأمّهات الأمّان المرضي،

وارتفاع معدل السلوكيات المضطربة والعلاقات المتوترة في المجتمع. فهذا المرض لا يؤثر فقط على نمو الأطفال، بل يتعداه إلى التأثير على عدوانيتهم في فترة المراهقة. - علاجه: الدراسة أكَّدت حاجتها لدراسات مستقبلية دقيقة؛ لاستكشاف الأسباب التي تساعد على العلاج والوقاية من اكتئاب الأُ مِّهات، والحد من المشاكل المتعلقة بنمو الأطفال في البلدان النامية، فكيف نعالجه حتى لا يتحول من حالة عرضية إلى حالة مرضية؟ تشدد نجوى فرج، اخمائية توعية صحية، على أهمية دور الزوج والأهل في إدارة دفة حالة اكتئاب ما بعد الولادة، فالزوج تحديدا ً هو مصدر الدعم الأو ّل لزوجته، والملجأ النفسي والروحي لها، ويأتي بعده المقربون منها من أفراد العائلة، وتنصحه الاختصاصية بالآتي: 1- كن مع زوجتك في مراحل الحمل المبكرة، واعمل على تهيئتها نفسيا ً واجتماعيا ً وبدنيا ً، وتعلم حتى كيفية حمل طفلك وتنظيفه. 2- لا تأخذ موقفا من طبيبة النساء والولادة، إن أخبرتك بحالة زوجتك، فهي أوَّل المكتشفين لحالة اكتئاب الولادة، واستمع إلى نصائحها التوعوية. 3- عليك مع أهله البقاء دائما ً مع المصابة بالاكتئاب، ومراقبتها دون أن تشعر بذلك. 4- رافقها حتى أثناء إرضاعها لطفلها؛ تلاقيا ً لتصرفات قد تؤذي بها نفسها أو طفلها. 5- اعلم أن ما تمر به زوجتك هو حالة عرضية، إلا أن محدودية الثقافة الصحية حول التعامل مع الحالات المصابة قد تؤدي إلى اكتئاب حقيقي ومرض قد تعاني منه طويلاً. 6- لا تتعامل مع المريضة باعتبارها مريضة، فهذا يعرضها للوهم أكثر. - أعراض المصابة بالاكتئاب: * هيجان واضطرابات سلوكية. * أعصاب مشدودة ومصحوبة بتوتر وقلق دائمين. * ملل مستمر ورغبة بعدم ترك المستشفى في بعض الأحيان. * بعض التصرفات غير الطبيعية.