

## ماذا يفعل الزوج في لحظات ما قبل الإنجاب؟



لا يستطيع العلم الحديث بكلِّ ما أوتي من تكنولوجيا وأدوات حديثة تشخيص معرفة وقت الولادة الطبيعيَّة بالتحديد، بجانب ما تتصف به مجتمعاتنا من زحام شديد، وتباعد المستشفيات عن سكن المرأة الحامل أحياناً كثيرة؛ ما يعرضها إلى حدوث ولادة بالتكاسي أو السيارة. فماذا تفعل إن واجهك هذا الموقف؟  
وجب على كلِّ زوج قراءة وتفهم بعض الإرشادات جيِّداً، فمن الممكن أن يكون المنقذ الوحيد لزوجته ومولوده في وقت من الأوقات.

الدكتور وائل البنا (اختصاصي طب النساء والتوليد والجنين والباحث بجراحة الأجنة باجلترا):  
وضح دور الزوج المحب في هذه اللحظات الحرجة لزوجته. متى تعرف أن زوجتك على وشك وضع طفلها؟

.. هنا يوجه الدكتور "وائل" حديثه للزوج قائلاً: حينما تبدأ الأم بالرغبة القوية في دفع الطفل للخارج، أو إحساسها برأس الطفل بين رجليها، ومهما قدمت لها من إسعافات أولية لابدِّ وحتماً من اللجوء إلى أقرب مساعدة طبية، وهناك علامات!

• إذا كانت الانقباضات الرحمية منتظمة وتحدث من 3-5 دقائق على فترات متقاربة.

• إذا كانت هناك إفرازات مهبلية سائلة، عليك بالاتصال بالطبيب المعالج، عملية الولادة تحدث طبيعياً، فلا تتدخل إلا إذا كان هناك ضرورة لذلك، فلا تحاول - مثلاً - تأخيرها، ولا تجعل الأم تثني الرجلين أو تضعهما في وضع تقاطع، ولا تحاول دفع الطفل للخلف في مهبل الأم.

• اجعلها تسترخي وتشعر بالراحة على مساحة كبيرة ومستوية مع وضع بعض الوسادات، أو أي عناصر أخرى تشعرها بالراحة والهدوء، اعمل على تدفئتها، مع خلع أي ملابس داخلية.

- حاول تهدئتها بأخذ نفس عميق وبطيء: لأنّها أثناء الولادة ستشعر بآلام كبيرة.
- اغسل يديك جيداً قبل التعامل مع الأم وخاصة أطراف اليد مع خلع أي مجوهرات أو حلي.
- لا تنزعج من ظهور السائل الدموي من مهبل الأم فهو شيء طبيعي، أما إذا زاد هذا السائل عن ما يعادل 1-2 كوب قبل أو أثناء أو بعد الولادة، فهذا أمر مدعاة للانزعاج وعليك اللجوء فوراً إلى المشورة الطبية.
- ادعم نزول الطفل؛ لأنّه سينزلق بمجرد ظهور الرأس، باستخدام منشفة (فوطه) نظيفة وجافة، ولا تحاول شده أو إخراجه.
- تأكد من عدم التفاف الحبل السري حول رقبة الطفل، وإذا كان ملتفاً فعليك بوضع إصبعك أسفله ورفع رأس الطفل وبعيداً عنه.
- إذا كانت هناك مشاكل في خروج الكتف فعليك بالضغط فوق المنطقة التي يوجد بها شعر العانة أو برفع رجلي الأم عالياً، مع إخبارها ببذل مجهود أكبر في دفع الطفل للخارج.
- إذا ظل الطفل في كيس السائل فعليك بتمزيق هذا الكيس على الفور.
- إذا لم تظهر رأس الطفل أو لا، فعليك بالضغط برفق فوق منطقة شعر العانة مع حساب الوقت.
- عليك تدعيم الجزء الظاهر من جسم الطفل بمجرد خروجه أو ظهوره، وإذا لم تخرج الرأس خلال ثلاث دقائق فعليك برفع جسمه حتى يمكن إدخال الهواء له كي يتنفس، مع إخبار الأم بالمداومة على دفع الطفل للخارج، واحذر جذبه أنت خارج المهبل.

#### الإسعافات الأولية بعد الولادة:

- 1- ساعد الطفل على أن يبدأ أخذ أنفاسه الأول؛ وذلك بحمله حتى تخرج السوائل الموجودة في فمه وأنفه مع تنظيفه بمنشفة جافة ونظيفة.
- 2- وإذا لم يستطع التنفس بعد حملها؛ فعليك بقلب رأسه إلى أسفل والإمساك برجليه مع الربت على كعبي قدميه، ثم بعد ذلك تدليك ظهره، وإذا لم يجد ذلك أبدأ على الفور سي بي آر.
- 3- نظّف جسم الطفل بمنشفة جافة ونظيفة، ولا تحاول التخلص من أي مادة بيضاء توجد على جسمه، ثم لفه بعد ذلك بمنشفة أخرى نظيفة لتدفئته.
- 4- اربط أي خيط حول الحبل السري بعد مسافة 10 سم من الجنين.
- 5- تخرج المشيمة بعد حوالي 30 دقيقة من رحم الأم، وعليك الاحتفاظ بها؛ حتى تصل المساعدة الطبية، وإذا لم تُطرد كلية في خلال الثلاثين دقيقة فعليك باللجوء إلى المساعدة الطبية، ولا تحاول سحب الحبل السري أو إخراج المشيمة.
- 6- عليك عمل تدليك للجزء السفلي للأم بعد خروج المشيمة وذلك للسيطرة والحد من النزيف أو تقليل كمية الدم التي تفقدها الأم.

7- اعمل على تدفئة الأم والطفل حتى وصول المساعدة الطبية المتخصصة.