



الألم والنزف في المراحل الأولى من الحمل

معلومات للمريض والعائلة

إن النزف في مراحل الحمل الأولى قد يُسبب قلقاً شديداً لكن حدوثه لا يعني دائماً أن لديك إسقاطاً. هذا يحدث لكل امرأة واحدة من بين أربع نساء. إن الكثير من النساء يستمرن بالحمل الى أن يلدن أطفالاً أصحاء.

فحوصات تجرى لحالة النزف في مراحل الحمل الأولى.

عندما تزورين طبيب العائلة او خدمة المعاينة في المراحل الاولى للحمل، قد يعرض عليك إجراء أحد الفحوصات التالية او جميعها.

الفحص الداخلي

يمكن لطبيب او ممرضة القيام بالفحص الداخلي من اجل الكشف عن :

- ما اذا كان الرحم بالقياس الذي نتوقع ان يكون فيه في هذه المرحلة من الحمل.
- ما اذا كان هناك أي مسبب للألم.
- ما اذا كان هناك أي مسبب مرئي للنزف مثل عدوى أو عنق رحم مفتوح. قد يكون هناك حاجة لمزيد من الفحوصات للكشف عن العدوى.

الفحص بالموجات فوق الصوتية (السونار)

بعد حوالي ست اسابيع من الحمل يمكن لنبيضات قلب الطفل ان تُرى من خلال فحص السونار. اذا كنت تنزفين اثناء الحمل فعادة يعرض عليك اجراء فحص السونار المهبلي لأن ذلك يمنح افضل صورة ممكنة لحملك. إن السونار المهبلي هو مسبار رفيع يتم ادخاله في المهبل. ستشعرين بأنه يشبه الفحص الداخلي وهو آمن تماماً. من غير المرجح أن يعطي فحص السونار الأجابة القاطعة قبل إتمام الأسابيع الستة الأولى من عمر الحمل، لكنه قد يكون مفيداً اذا كان هناك مخاوف من أن يكون حملك مُنْتَبِداً.

فحوصات الدم

تُجرى فحوصات الدم لقياس ما إذا كان مستوى هرمون الحمل (HCG) ملائماً لمرحلة الحمل التي أنت فيها (اعتماداً على تاريخ آخر دورة شهرية). غالباً ما يجب أن تُعاد الفحوصات للتأكد من أن مستوى الهرمون يرتفع بصورة طبيعية. قد يتطلب الامر أيضاً إجراء فحص دم من أجل الكشف عن فئة دمك.

النزف في مراحل الحمل الأولى

اذا كان النزيف سببه الإسقاط، فلا يوجد علاج او دواء يمكنه ان يوقف حدوث الإسقاط. مع ذلك فمن الضروري جداً ان تتم المعاينة من قبل مختص صحي. فإذا كان عندك نزف شديد مع نزول قطع كبيرة من الكتل الدموية تصاحبها آلام تشنجية فقد تكونين في حاجة الى عناية فوريه. وإلا فيمكنك حجز موعد مع طبيب العائلة او مع خدمة فحص الحمل المبكر (Early Pregnancy Assessment Service).

يمكن للحمل المنتبذ (خارج الرحم) ايضاً ان يسبب النزف والألم. يحدث هذا عندما ينمو الجنين خارج الرحم، عادة في قناة فالوب. يُشكل الحمل المنتبذ حالة واحدة الى حالتين من كل مئة حالة حمل. وإن ترك الحمل خارج الرحم بدون معالجة يمكن أن يؤثر بشكل خطير على صحتك وخصوبتك. إذا واجهت ألماً مبرحاً فمن الضروري جداً ان يتم معاينتك من قبل مختص صحي.

المسببات الأخرى للنزف المبكر

معظم الأحيان، لن يُكتشف السبب ويستمر الحمل بصورة طبيعية. احياناً هناك خثرة دموية تُرى في فحص السونار تدل بأنه كان هناك بعض النزف حول كيس الجنين، هذا يشير أحياناً على أنه نزف الانغراس Implantation Bleeding. هناك اسباب الأخرى ليس لها علاقة بالحمل، والتي هي ايضاً بحاجة الى الإنتباه؛ مثلاً، الزوائد اللحمية الحميدة او التهابات الجرثومية او تغيرات في عنق الرحم. إذا استمر النزف او تكرر بعد ظهورحالة الحمل طبيعية في تصوير السونار، فمن المهم جداً ان تُفحصي للبحث عن اسباب اخرى محتملة.

النزف المبكر الذي لا يؤدي الى الإسقاط لن يسبب أي ضرر لجنينك.

ما الذي علي فعله وأنا بانتظار نتائج الفحوصات ؟

- حاولي، على قدر الامكان، ان ترتاحي وتسترخي.
- إستمري، حسب قدرتك، على القيام بالأعمال اليومية المعتادة، من ضمنها الوظيفة إن اردت. إن أداء الأنشطة الإعتيادية التي ليست مضمينة كثيراً لن تسبب ضرراً.
- اذا كان لديك ألماً يمكنك تناول براسيتامول(كالبندول) حسب التعليمات الموجودة على العلبة.
- تتصح العديد من الهيئات تجنب استخدام اصابع القطن (التامبون) اثناء او بعد الإسقاط او عند وجود حمل مهدد بالإسقاط، وذلك لاحتمال التعرض للإصابة بالعدوى. بالرغم من عدم وجود اثبات على ان التامبون يسبب عدوى في مثل هذه الحالة.
- معظم الناس يفضل تجنب الجماع اذا كان هناك ألم او نزيف. ومتى ما انتهى النزف، لا ضرر من الجماع اذا كنت مرتاحة لذلك. عادة يشعر الناس بالقلق ازاء الجماع في هذه الظروف، لكننا لا نعتقد بان ذلك قد يسبب فرقاً لإحتمال التعرض للإسقاط.
- اذا كانت هذه الفحوصات غير حاسمة، فمن المحتمل أن يحدث الإسقاط وانت مازلت بانتظار عمل فحوصات أخرى. فاذا ما واجهت نزفاً حاداً مع نزول كتل دموية يصاحبها ألماً حاداً، فذلك يُرجح أن لديك إسقاطاً، سيتوقف النزف والكتل الدموية والألم عندما تنزل كل الأنسجة الخاصة بالحمل. أحياناً يستمر النزف الحاد وقد يتطلب علاجاً. يجب عليك مراجعة الطبيب او الذهاب الى قسم الطوارئ للمعاينة اذا كنت تعتقدين بأن لديك حالة إسقاط.

توجهي الى اقرب قسم للطوارئ اذا ظهرت لديك الأعراض التالية :

- نزف شديد، مثلاً اذا احتجت لتبديل فوطتين كل ساعة بسبب استمرار امتلائها بالدم/ او نزول كتل دموية بحجم كرة الغولف .
- وجع شديد بالبطن او وجع الاكتاف.
- حمى او قشعريرة
- دوخة أو فقدان الوعي .
- إفرازات مهبلية ذات رائحة غريبة.

فهم نتائج الفحوصات الخاصة بك

مستوى هرمونات الحمل

سوف تتغير مستويات هرمون الحمل في الدم لديك اعتماداً على عدد اسابيع الحمل، عندما يكون الإسقاط على وشك الحدوث سيهبط مستوى الهرمون. في ما يلي توضيح لما قد تعنيه المستويات المتباينة للهرمون:

1- مستوى هرمون الحمل طبيعي

هذا يجعلنا نطمئن بأن هرمون الحمل لديك بالمستوى الطبيعي، لكن ذلك لا يؤكد إن حملك ينمو بصورة طبيعية. سيؤخذ بنظر الإعتبار مستوى هرمون الحمل ومايصاحبه من الأعراض التي لديك ليساعدنا ان نقرر متى يجب ان نقوم بإجراء فحص السونار، فاذا أجري فحص السونار في وقت مبكر جداً من الحمل قد لايمكننا رؤية مايكفي للوصول الى أي نتائج بخصوص الحمل.

2- مستوى هرمون الحمل أقل من المتوقع

هذا قد يعني شيئان:

- قد يكون عمر الحمل لديك في الواقع لا يطابق عدد أسابيع الحمل كما تظنين ؛ او
- إن الحمل لا ينمو بصورة طبيعية. لذلك عادة سيطلب منك إعادة فحوصات الدم بعد يومين.

3- مستوى هرمون الحمل يرتفع بصورة أبطأ من المعتاد

هذا قد يعني إن الحمل لا ينمو بصورة طبيعية، وذلك يكون إما بسبب حدوث الإسقاط، أو لأن لديك حملاً مُتنبِّداً. يُعتَقَد أحياناً، إن ذلك يرجع الى وجود أنماط هرمونية غير اعتيادية بالرغم من حالة الحمل الطبيعي.

4- مستوى هرمون الحمل في هبوط مستمر

هذا عادة يعني ان الحمل ينتهي.

فحوصات السونار

1- نتيجة فحص السونار طبيعية مع نبض القلب

هذا خبر جيد. إن حدوث إسقاط بعد هذه النتيجة أمر غير شائع؛ بنسبة أقل من واحد بالعشرين. يمكنك الاستمرار بمعاينة حمل اعتيادية. ينصح بعمل اختبار مسحة عنق الرحم إذا أتى موعده الدوري أو إذا استمر النزف لديك.

2- فحص السونار يُظهر إسقاطاً مؤكداً

هناك عدد من العلامات التي يمكن رؤيتها في فحص السونار تخبرنا بأن الحمل قد توقف عن النمو. وهذه تتضمن حجم كيس الحمل وحجم الجنين وفقدان نبضات القلب. يمكننا أحياناً ان نرى بان الإسقاط قد بدأ بالحدوث وان بعض انسجة الجنين قد نزلت خارج الرحم. قد تكونين بحاجة لتفكري بخيارات المعالجة التي تضمن لك أن كل انسجة الحمل قد زالت، لكن عادة هذا ليس بالأمر العاجل.

3- فحص سونار يُظهر كيس حمل صغير لكن بدون جنين أو نبض قلب

الكيس الصغير قد يعني أما:

- أنه مازال الوقت مبكراً جداً في الحمل لنتمكن من رؤية الجنين؛ أو
 - إن الحمل لا ينمو بصورة صحيحة.
- إذا كان كيس الحمل هو بالحجم المتوقع له في هذه المرحلة من حملك ويتماشي مع مستوى هرمون الحمل لديك، يمكنك الاستمرار بالحصول على معاينة اعتيادية للحمل.

إذا كان كيس الحمل ليس بالحجم الصحيح، قد يكون سبب ذلك ببساطة أنك لست حاملاً كما نعتقد. الطريقة الوحيدة التي تمكننا من التأكد من ذلك هو السماح بمرور فترة من الوقت وإعادة فحص السونار. عادةً يجري فحص السونار الثاني بعد حوالي عشرة أيام ومن خلاله سنتأكد ما إذا كان الحمل ينمو أم لا.

مع الأسف، لا يوجد طريقة أسرع تمكننا من اكتشاف ما قد يحدث أو لا يحدث مع حملك. أحياناً استمرار النزف أو الإسقاط يحدثان أثناء فترة انتظارك لفحص السونار الثاني.

4- فحص السونار يظهر أن الرحم فارغ

هذا قد يعني:

- ان عمر الحمل مبكر جداً فلا يمكننا رؤيته.
- أن إسقاطاً كاملاً قد حدث وكل انسجة الحمل زالت (خاصة إذا كان هناك نزفاً شديداً) قد يكون الحمل (مُنتَبِداً)، ينمو خارج الرحم. لا يمكن للحمل المُنتَبِذ أن يستمر بالنمو بصورة طبيعية وقد يسبب نزفاً داخلياً خطراً إن لم يُعالج.

إذا كان الرحم فارغاً، فإنك بحاجة لإجراء مزيداً من الفحوصات لنستطيع أن نتأكد من أن الحمل ليس مُنتَبِداً أو تثبت حدوث الإسقاط. عادةً ستحتاجين لإجراء فحص دم آخر لقياس أي تغيرات أخرى في مستوى هرمون الحمل في الدم وستؤخذ فحوصات الدم بنظر الاعتبار سويةً مع أي تغيرات في شدة الألم والنزف لنقرر ما إذا كان هناك حاجة للعلاج ومتى سنبدأ به، أو ما إذا كان إجراء فحص سونار آخر أمراً مفيداً.

5- فحص السونار يظهر حملاً مُنتَبِداً

إذا وجد هناك حمل خارج الرحم قد تكونين بحاجة عاجلة للعلاج لتجنب حدوث المضاعفات. هناك خياران للمعالجة اعتماداً على طبيعة الحمل المُنتَبِذ. قد تكون الجراحة ضرورية لإزالة الحمل المُنتَبِذ أو يمكن أحياناً أن يعالج بالأدوية حتى ينكمش.

أين يمكنني الحصول على المزيد من الدعم؟

من الطبيعي ان تشعرين بالحزن والإنزعاج إذا كان لديك نزف أو ألم أثناء الحمل. تجد بعض النساء فائدة من طلب الاستشارة أو الحصول على دعم نفسي أو عاطفي، اطلبي من طبيب العائلة GP التوصية لمراجعة مختص في منطقتك.

أنا لم أتخذ قراراً بخصوص الاستمرار بالحمل

بالنسبة لبعض النساء، قد يكون الألم والنزف المبكر هي العلامات الأولى لحملهن. إن مواجهتك لإحتمال فقدان الجنين وأنت في بداية الحمل يمكن ان يسبب لك وضعاً شديداً الإرباك. فإذا كنت غير متأكدة من استمرار حملك، يجب ان تتحدثي عنه مع طبيب العائلة أو أي ممرض صحي.

بمن يجب ان اتصل لطلب المساعدة؟

خيارات الاتصال العامة:

- طبيب العائلة (GP)
- خدمات الصحة المجتمعية
- قسم الطوارئ في اقرب مستشفى
- اقرب مركز لمعاينة الحمل المبكر.
- ممرضات على الخط الساخن 1300606024

خيارات لمراجعي مستشفى النساء الملكي Royal Women's Hospital Parkville

من أجل التقييم والفحص والمعالجة:

- مركز خدمة التقييم المبكر للحمل (EPAS)
- هاتف 8345 3643 (03)

من الثلاثاء الى الجمعة من الساعة 8:00 صباحاً الى 3:00 بعد الظهر. اتصلني بالرقم اعلاه لحجز موعد. قد يترتب عليك الادلاء بمعلوماتك على جهاز الرد الالي Answering Machine ولكن سيتصل أحدهم بك فيما بعد.

إجلبي معك اي معلومات ونتائج الفحوصات الخاصة بهذا الحمل عند حضورك للمراجعة.

- ان مركز الطوارئ لمستشفى النساء الملكي Women's Emergency Centre يعمل على مدار (24 ساعة) حيث يمكنك الحضور في اي وقت عند الحاجة لرعاية طارئة.

لعمل فحص سونار خشية اسقاط محتمل، ذلك يتم بحجز موعد للسونار في اقرب فرصة متاحة بعيادة (EPAS)

للحصول على الدعم العاطفي او للتحدث مع شخص ما عن ما بدور بخلجاتك، اليك الخدمات التالية:

- خدمات الدعم الاجتماعي للمرأة.
هاتف: 8345 3050 (03) (حسب ساعات المكتب).
- الخدمات الروحية والعناية الرعوية
هاتف: 8345 3016 (03) (حسب ساعات المكتب).

مستشفى النساء الملكي لمراجعي منطقة ساندرهام.

إن كان لديك أي قلق فهناك:

- قسم الطوارئ (24 ساعة)
احضري في أي وقت ان كان لديك قلقاً ما.

للمعلومات العامة فهناك:

- مركز الترحيب بالمرأة
هاتف: 8345 3037 (03) او عبر خدمة هاتف مجانية 1800 442 007
(للمناطق الاقليمية)
اتصلي بالمركز للمساعدة في العثور على معلومات عالية الجودة على مواقع الانترنت.

اذا لم تتخذي قراراً لإستمرار الحمل:

- خياراتي 1800MyOptions
• هاتف: 1800 696 784
W: www.1800myoptions.org.au

خياراتي 1800MyOptions تقدم معلومات خاضعة للسرية بخصوص خيارات وخدمات الحمل:

يمكنهم الحديث من خلال خياراتك والتأكد من إحالتك الى الخدمات التي تناسبك، اياً كان قرارك.

تود مستشفى النساء الملكي ان تقدم شكرها لمستشفى صحة الشمال لمساهمتهم ومساعدتهم في ترجمة هذه المعلومات.