

ماذا يحدث بعد الإصابة بتسمم الحمل؟

هل يمكن أن يتكرر تسمم الحمل؟

بعد الإصابة بتسمم الحمل في الحمل الأول فإن احتمالية التكرار هي بنسبة 1 إلى 20. إن هذا مجرد معدل ولكن الخطورة على المستوى الشخصي تزداد بالنسبة للنساء اللواتي أصبن بتسمم الحمل في المراحل المبكرة من الحمل السابق وتخفض هذه الخطورة لدى النساء اللواتي أصبن بتسمم الحمل قبل اكتمال الحمل بفترة قليلة. ولكن في حالة الإصابة بتسمم حمل شديد في الحمل الثاني فإن احتمالية تكرار ذلك في الحمل الثالث ستكون عالية جدا رغم احتمالية تمتع بعض النساء بحمل طبيعي جدا.

من ستصاب بهذه الحالة مرة أخرى؟

من المستحيل التكهّن بمن ستصاب أو لا تصاب بتسمم الحمل. هناك بعض الحالات الطبية المزمنة التي تزيد من خطورة الإصابة بتسمم الحمل ومن ضمنها ارتفاع ضغط الدم المزمن والمرض الكلوي وداء السكر. كما تزداد خطورة الإصابة عند توفر بعض العوامل مثل تقدم السن ومعدل سمنة (بي أم آي) أعلى من 30 درجة والحمل بالتوائم ومرور أكثر من 10 سنوات منذ الحمل الأخير. ومن المحتمل أن تصاب المرأة بتسمم الحمل مرة أخرى إذا بدأ تسمم الحمل قبل الأسبوع 37 من الحمل السابق وإذا كانت حالة تسمم الحمل شديدة أو إذا كان وزن الطفل دون المعدل الطبيعي. وفي حالة الإصابة بتسمم الحمل ثانية فستكون بنفس فترة الإصابة خلال الحمل السابق أو بعد ذلك بفترة قليلة.

هل يمكن تقليل خطورة الإصابة؟

لا توجد أي إجراءات مضمونة يمكن تطبيقها. إن التغذية المتوازنة ضرورية لنجاح أي حمل ولكن لا نستطيع أن نوصي بحمية معينة لمنع حدوث تسمم الحمل. بعض الإستشاريين يوصون النساء اللواتي أصبن مبكرا بتسمم الحمل بتناول جرعات صغيرة من الأسبرين (مثلا قبل 32 أسبوعا من الحمل). لا يعد هذا علاجا ذاتيا ويجب أتباعه تحت إشراف الطبيب في المستشفى.

أفضل ما يمكنك عمله هو التعاون التام فيما يتعلق بالفحوصات الطبية المعتادة خلال فترة الحمل، فهذه الفحوص مصممة لحماية طفلك وحماية طفلك. شاركي بشكل فعال واطلبي التوضيح اللازم فيما يخص النتائج المختبرية إذا تطلب الأمر ذلك. يجب إحاطة القابلة علما في حالة إصابتك بتسمم الحمل سابقا - وتأكدي من معرفتهم بكافة التفاصيل. أخبري الطبيب فوراً بأي أعراض قد تسبب لك القلق وتأكدي من فحص ضغط الدم وفحص البول.

وفي جمعية تسمم الحمل (أكشن أون بري إكلبسيا) فإننا نتحدث بشكل يومي مع الأشخاص المتأثرين بهذا المرض. لقد تم تأسيس هذه الجمعية لغرض تقديم المساعدة والدعم والمعلومات للنساء اللواتي أصبن بتسمم الحمل وكذلك عوائلهم.

إن الإصابة بتسمم الحمل قد تؤدي الى فترة من القلق والإجهاد ولكنك قد تأثرت بهذه الحالة:

- وقد تغمرك العواطف نتيجة للتجربة التي مررت بها؛
 - ربما عانيت من شدة الإصابة بالمرض؛
 - ربما كان طفلك بحاجة الى العناية المركزة؛
 - ربما أنت شريك أو قريب يحاول تقبل مشاعره وأحاسيسه الخاصة؛
- ربما توفى طفلك؛

□ إن تسمم الحمل لا يحدث نتيجة لإتباع عادات معيشية سيئة ولا يمكن تجنب هذه الحالة باتباع أساليب معيشية جيدة. لست الملامة إذا عانيت من هذا المرض. يمكننا أن نقدم الدعم لك ولعائلتك من خلال وسائل متنوعة وعديدة.

إن الكثير من الناس يمرون بسلسلة من المشاعر الغامرة مثل الجحود والإجهاد والغضب والخوف والذنب وكذلك العزلة. ومن الشائع جدا أن يحمل الشخص العديد من الهموم مع بدء الحمل الجديد.

نصائح الخبراء

لدينا قائمة بأسماء خبراء في مجال تسمم الحمل وقد وافقوا على تقديم استشارات فردية أو رأي ثان للأعضاء والمستفسرين، وفي معظم الحالات بموافقة السلطات الصحية المعنية.

خط المساعدة

إن خط المساعدة الخاص بجمعية تسمم الحمل (أكشن أون بري إكلمبسيا) هي خدمة تتميز بالسرية ومفتوحة لكل من يرغب بالمعلومات أو الدعم. إننا نستلم المكالمات من النساء الحوامل واللواتي أصبن بتسمم الحمل والأقرباء المعنيين بالإضافة الى الكوادر الطبية. كما يمكن مراسلتنا أو إرسال البريد الإلكتروني وسنرد عليكم شخصيا وبسريرة تامة.

للحصول على المشورة أو المزيد من المعلومات عن تسمم الحمل، يمكن الاتصال بخط المساعدة الخاص على الرقم **0208 427 4217**

العنوان:

Action on Pre-Eclampsia
84-88 Pinner Road
Harrow
Middlesex
HA1 4HZ

البريد الإلكتروني:

Info@apec.org.uk

www.apec.org.uk

رقم الجمعية الخيرية المسجلة: 1013557
رقم الشركة المسجلة: 2736320