

ماذا يحدث الآن؟

نصائح وإرشادات عملية بعد التعرض لإجهاض متأخر ...



يؤسفنا تعرضكم لإجهاض متأخر ووفاة طفلكم. أياً كانت الظروف، فإننا ندرك أن هذا وقت حزين وصعب للغاية لكم. يريد طاقم الرعاية لدينا أن يدعمكم بشأن ما سيحدث بعد ذلك، وقد أعد هذا الكتيب لمساندتكم في اتخاذ القرارات الأنسب لكم ولطفلكم ولعائلتكم. إذا كان هناك أي شيء غير واضح، فلا تترددوا في سؤال أحد أفراد طاقم الرعاية.

ما هو الإجهاض المتأخر؟

بينما تحدث معظم حالات الإجهاض في الأسابيع الثلاثة عشر الأولى من الحمل، يُعد حدوثه بعد هذه الفترة أقل شيوعاً بكثير؛ إذ تنتهي ما نسبته 1 إلى 2% من حالات الحمل بين الأسبوعين الرابع عشر والرابع والعشرين، ويُشار إلى ذلك باعتباره إجهاضاً متأخراً أو إجهاضاً في الثلث الثاني من الحمل.

يمكن أن يكون الإجهاض المتأخر مؤلماً للغاية وقد يترك لديكم شعوراً بالصدمة.

لماذا يحدث الإجهاض المتأخر؟

تزيد عوامل الخطر المختلفة من احتمالية حدوث الإجهاض المتأخر، بالإضافة إلى الحالة الصحية للأم، ووجود أكثر من طفل في الرحم. تشمل العوامل الأخرى التي قد تلعب دوراً وجود مشاكل نمائية وجينية لدى الطفل، وبعض أنواع العدوى، ومشاكل في عنق الرحم والرحم.

سنعرض عليكم بعد الولادة فحوصات اعتماداً على حالتكم الخاصة، بما في ذلك تحاليل الدم والمسحات، وفحوصات المشيمة، وفحص ما بعد الوفاة عند الرغبة في ذلك. نقدم نوعين من فحص ما بعد الوفاة، وسنناقشهما معكم أثناء فترة إقامتكم.

يمكنكم اختيار إجراء أي عدد ترغبون به من الفحوصات، سواء كان كثيراً أو قليلاً. يمكن أحياناً التوصل إلى سبب يفسر حدوث الإجهاض، ولكن في كثير من الحالات يتعذر معرفة السبب الدقيق وراء ذلك، حتى مع إجراء الفحوصات.

يُرجح أن يحظى معظم الأزواج الذين تعرضوا لإجهاض متأخر بحمل ناجح في المستقبل، لا سيما إذا كانت نتائج الفحوصات طبيعية.

ماذا يحدث أثناء الإجهاض المتأخر؟

قد يحدث الإجهاض بشكل طبيعي عندما يولد الطفل إثر الشعور بالألم أو تقلصات أو نزيف أو نزول ماء الرحم، وقد يحدث بسرعة كبيرة في المنزل أو في المستشفى. يُعرف هذا بالإجهاض التلقائي.

قد لا تكون لديكم أي فكرة خلال ما يُعرف بـ "الإجهاض الصامت" عن وجود أي خلل في الحمل، ولا تكتشفون وفاة الجنين إلا أثناء إجراء الفحص الروتيني. وعند حدوث ذلك، سنقدم لكم دواءً لبدء المخاض وولادة طفلكم، وهو ما يُعرف بالتحريض الطبي للولادة. يتضمن التحريض الطبي للولادة إعطاء دواء لتجهيز الجسم للمخاض، ثم دواء لبدء المخاض. يجري ذلك على مرحلتين.

ترغب بعض العائلات في بدء عملية المخاض في أقرب وقت ممكن، في حين يفضل البعض الآخر العودة إلى المنزل للتفكير في الأمر وقضاء بعض الوقت في مناقشة الخيارات مع العائلة أو الأصدقاء.

إذا قررتم المضي قدماً في التحريض الطبي للولادة، فسنعطيك قرصاً يسمى ميفيبريستون (Mifepristone)، يعمل على تهيئة الجسم للمخاض وتقليل هرمونات الحمل. ستعودون إلى المنزل بعد فترة قصيرة من الملاحظة، وسنطلب منكم العودة بعد 36 إلى 48 ساعة لبدء عملية المخاض. إذا شعرت في أي وقت بعد تناول قرص الميفيبريستون بتوَعك، أو عانيت من ألم أو تقلصات، أو إفرازات مهبلية، أو قيء مستمر أو إسهال، فإننا نشجعكم على الاتصال بجناح المخاض للحصول على مزيد من المشورة.

قد يبدأ المخاض تلقائياً في الأسابيع التالية لوفاة الطفل، وإذا كنتم بحالة جيدة، فيمكنكم اختيار انتظار حدوث المخاض التلقائي. سنناقش معكم هذا الأمر في حينه، وما قد يعنيه لصحتكم، وحالة طفلكم، وكيف قد تتأثر أي فحوصات.

ماذا يحدث أثناء إقامتي في المستشفى؟

ستلقون الرعاية عادةً في جناح المخاض (Labour Ward) بمستشفى Calderdale Royal. نرحب بزيارة أفراد العائلة والأصدقاء أثناء إقامتكم، ولدينا مرافق لإعداد المشروبات الساخنة وللمبيت أحد المرافقين معكم.

عند دخولكم إلى الجناح، ستتولى إحدى القابلات رعايتكم وتشرح لكم ما سيحدث بعد ذلك. عندما تكونون مستعدين، سنأخذ القياسات الطبية، ثم نعطيكم أقراص البروستاغلاندين (ميزوبروستول) إما عن طريق الفم أو المهبل، حتى تصبح التقلصات منتظمة ويولد الطفل. إذا لم يولد الطفل بعد 5 جرعات من الدواء، فستكون هناك فترة راحة قصيرة قبل البدء في جولة ثانية من الدواء. في عدد قليل من الحالات، لا تخرج المشيمة بعد ولادة الطفل، مما قد يتطلب تناول أدوية إضافية أو إزالتها في غرفة العمليات.

هل سيمكنني الحصول على أي مسكنات للألم؟

نهدف إلى توفير أكبر قدر ممكن من الراحة لكم أثناء المخاض والولادة، وستتاح لكم مجموعة من طرق تسكين الألم، تشمل الباراسيتامول، والغاز والهواء، والأدوية القابلة للحقن.

ما الذي أحتاج إلى إحضاره معي إلى المستشفى؟

يصعب التنبؤ بمدة إقامتكم في المستشفى، إذ تعتمد عادةً على حالتكم الجسدية وشعوركم بعد الولادة. قد تكون هناك رغبة في العودة إلى المنزل بعد بضع ساعات من ولادة الطفل، أو قد يُفضل البقاء مع الطفل لبضعة أيام. نقترح أن تُحضروا حقيبة مبيت تحتوي على أدوات النظافة الشخصية، وملابس النوم، وغيار من الملابس، والكثير من الملابس الداخلية، والفوط الصحية. قد ترغبون في إحضار شيء للقراءة، وبعض الوجبات الخفيفة والمشروبات، وكاميرا أو هاتف محمول إذا أردتم التقاط صور خاصة بكم للطفل. إذا كانت لديكم أي ملابس أو بطانيات أو أشياء خاصة ترغبون في تركها مع طفلكم، فرحب بإحضارها، مع أن لدينا الكثير من الملابس الصغيرة والقبعات والبطانيات التي يمكنكم استخدامها.

بعد الولادة

هل يمكنني رؤية طفلي أو حمله أو لمسه؟

سيساعدكم طاقم الرعاية على رؤية طفلكم، ولمسه، وحمله إذا رغبتكم، ومساندتك في صنع ذكريات تأخذونها معكم إلى المنزل. ويشمل ذلك بصمات الأيدي والأقدام، والقوالب، والصور، وفرصة الحصول على خصلة من الشعر، وشریط اسم الطفل، وبطاقة سرير الطفل. نرحب بإحضاركم كاميرتكم الخاصة، ويمكن التقاط الصور معكم ومع أفراد العائلة الآخرين. يمكن تحميم طفلكم وإلباسه أي ملابس توفرناها، كما يمكن لأي بطانيات، أو دمي، أو صور عائلية أن تبقى مع طفلكم بعد مغادرتكم المستشفى. يمكننا أن نوَقِّر لكم صندوق ذكريات (Memory Box)، ولدينا ملابس صغيرة وحفاضات وبطانيات وأغطية يسعدنا أن تستخدموها ثم تأخذوها معكم إلى المنزل. نهدف إلى تلبية أي طلبات أخرى قد تكون لديكم بشأن كيفية العناية بطفلكم، ويمكننا مساعدتكم في صنع أي ذكريات أخرى ترغبون فيها.

تتوفر لدينا حزم Ibraheem's Gift للعائلات المسلمة التي لا ترغب في صنع الذكريات التقليدية، كما يمكننا توفير قماش أبيض لتكفين الطفل قبل الدفن.

إن الوقت الذي تقضونه مع طفلكم ثمين للغاية، ويمكنكم البقاء معه للمدة التي ترغبون فيها. يتوفر لدينا سرير مُبرد (Abi cot) ومراتب تبريد خاصة، مما يتيح بقاء طفلكم معكم طوال فترة إقامتكم إذا كانت هذه رغبتكم.

إذا لم ترغبوا في رؤية طفلكم أو حملها، فلن نضغط عليكم للقيام بذلك، كما لن يتم إعداد أي تذكارات إلا بموافقتكم.

هل يمكن مباركة طفلي؟

طاقم الرعاية الروحية متاح لتقديم المواساة والدعم لكم، سواء كنتم تعتقدون ديانة معينة أم لا. قد ترغبون في الترحيب بطفلكم، أو تسميته، أو مباركته أثناء إقامتكم في المستشفى، ونهدف إلى تسهيل ذلك اعتماداً على توفر فريق الرعاية الروحية. نرحب بحضور رجل الدين الخاص بكم. بالنسبة لمعتقي الدين الإسلامي، يتوفر لدينا مرشدون روهيون مسلمون (رجال ونساء) يمكنهم تقديم الدعم.

هل يمكنني الحصول على شهادة ميلاد لطفلي؟

إذا وُلد طفلكم قبل الأسبوع الرابع والعشرين من الحمل ولم تكن هناك أي علامات للحياة عند الولادة، فلا يوجد أي متطلب قانوني لتسجيل الولادة. سيقدم لكم طاقم المستشفى شهادة تتضمن بيانات طفلكم للاحتفاظ بها. يمكن أيضاً التقدم بطلب للحصول على شهادة عبر الموقع الإلكتروني (gov.uk).

تحدث أحياناً حالات الإجهاض التلقائي في وقت متأخر من الثلث الثاني من الحمل، حيث قد يُولد الطفل بنبض قلب ضعيف أو علامات أخرى تدل على الحياة لفترة قصيرة، وفي هذه الحالات، سيتعين تسجيل كل من ولادة الطفل ووفاته في مكتب التسجيل (Registry Office).

هل يمكنني إقامة جنازة لطفلي؟

يُعد توديع طفلكم جزءاً مهماً من الاعتراف بالفقدان وبدء الحداد، وقد يكون حضور الجنازة جزءاً من ذلك. يُعرض على جميع الأسر التي تفقد طفلاً وقت الولادة خيار الدفن أو الحرق الذي تتولاه المستشفى، مع تخييرها بين الحضور أو عدمه. كل جنازة تكون لطفل واحد، ولا تتحمل الأسر أي تكلفة مقابل الجنازة الأساسية.

يمكنكم اختيار إجراء مراسم الحرق لطفلكم دون حضورها، مع الاحتفاظ بالرماد.

تشمل جنازة المستشفى خدمات متعهد الدفن، مع توفر خيار الاستعانة بالمرشد الروحي بالمستشفى. يمكن أن تكون الجنازات ذات طابع ديني أو غير ديني (و غالباً ما تجمع بينهما)، وسنعمل معكم عن قرب لضمان أن تعبر الجنازة عن رغباتكم ومعتقداتكم. يُشجع على اختيار الموسيقى، أو القراءات أو القصائد، ويمكن إحضار الصور والدمى والزهور. قد ترغبون في التفكير بكيفية إشراك الأطفال الآخرين في العائلة إذا كانوا سيحضرون.

يتمتع مرشدونا الروحيون المسلمون بالخبرة لدعمكم في ترتيبات الدفن المناسبة للأطفال المسلمين.

ستُجرى عمليات الدفن التابعة للمستشفى إما في **Lockwood Cemetery, Huddersfield, Stoney Royd** أو **Exley Cemetery, Halifax**. يمكن الحصول على مزيد من التفاصيل من طاقم الرعاية.

تُجرى عمليات الحرق في محرقة الموتى **Parkwood Crematorium, Elland**.

بمجرد أن تقرر الجنازة المناسبة لطفلكم، فإنها تُقام عادةً في غضون أسبوع إلى ستة أسابيع، لكن قد يعتمد ذلك على الفحوصات التي اخترتموها. إذا أُجري فحص ما بعد الوفاة ورغبتم في تضمين الأنسجة المأخوذة للفحص ضمن الجنازة، فقد يؤدي ذلك إلى تأخير إجراءات الجنازة لمدة تصل إلى 3 أشهر.

سيُعامل طفلكم بمنتهى الاحترام وفقاً لرغباتكم وعقيدتكم، حتى وإن فضلتم عدم المشاركة في مراسم الجنازة.

وكخيار بديل، قد ترغبون في إجراء ترتيبات جنازة خاصة لطفلكم، وستحتاجون وقتها للتواصل مع متعهد دفن ورجل دين من اختياركم لإرشادكم بشأن الخطوات التالية.

يتوفر أيضاً خيار أخذ طفلكم إلى المنزل وترتيب الدفن بأنفسكم، ويمكن طلب المزيد من التوجيهات بشأن ذلك من المستشفى.

كيف سأشعر جسدياً بعد الإجهاض المتأخر؟

بعد الولادة، سيحدث بعض النزيف المهلي لمدة تتراوح بين أسبوعين إلى ستة أسابيع. قد يكون هذا النزيف غزيراً نوعاً ما في الأيام الأولى، وقد يصاحبه بعض التقلصات الخفيفة. من المتوقع أن يخف النزيف بعد الأيام الثلاثة أو الأربعة الأولى. يُنصح باستخدام الفوط الصحية بدلاً من السدادات القطنية لتقليل خطر الإصابة بالعدوى. من المهم أن تتواصلوا مع الطبيب العام (GP) أو مركز تقييم حالات الأمومة (Maternity Assessment Centre) إذا أصبح النزيف غزيراً للغاية ومصحوباً بجلطات، أو ظهرت آلام شديدة في البطن، أو أصبحت الإفرازات كريهة الرائحة.

إذا كانت لديكم أي غرز، فمن المهم العناية بها والحفاظ على نظافة جيدة لمنع أي عدوى. قد تكون هذه الغرز غير مريحة في الأسبوع الأول، ومن المتوقع أن يساعد مسكن ألم خفيف. من المتوقع أن تذوب الغرز في غضون 4 إلى 6 أسابيع.

من المهم الاعتناء بالنفس وبالصحة العامة في المنزل، وعلى الرغم من أن الرغبة في الأكل أو الشرب قد تغيب، فإن تناول كميات قليلة ومتكررة سيساعد في التعافي الجسدي.

قد تحدث بعض التغيرات في الثديين ويُفرز قدر قليل من حليب الثدي في الأيام التي تلي الولادة، خاصة إذا وُلد طفلكم في مرحلة متأخرة من الحمل. يمكنكم اختيار تناول دواء لتقليل أعراض الثدي، أو الانتظار حتى تهدأ حالة الثديين من تلقاء نفسها. يتوفر خيار التبرع بحليب الثدي لبنك حليب الثدي المحلي لدينا تخليداً لذكرى الطفل.

سنناقش معكم خيارات العناية بالثدي أثناء وجودكم في المستشفى.

مراجعة المستشفى

إذا وُلد طفلكم بعد الأسبوع الثاني والعشرين، فمن المتطلبات الوطنية أن تُجري مراجعة للرعاية التي تلقيتُموها طوال فترة الحمل وبعد فقدان طفلكم. يُسمى هذا مراجعة وفيات الفترة المحيطة بالولادة (PMRT).

يشارك في هذه المراجعة أعضاء من العاملين في هذا المستشفى ومُراجع خارجي. تهدف المراجعة إلى معرفة سبب وفاة طفلكم وبحث إمكانية استخلاص أي دروس من وفاته. سنقدم لكم كتيب معلومات حول هذه المراجعة قبل مغادرة المستشفى، وستتاح لكم الفرصة لمناقشة الرعاية التي تلقيتُموها وتقديم ملاحظاتكم بشأنها. سيتواصل أحد أعضاء فريق المراجعة معكم في الأشهر التالية للولادة، للتأكد من الإجابة على جميع أسئلتكم وإطلاعكم على سير المراجعة. يمكن توفير الكتيب باللغات الإنجليزية والأردية والبنجابية والعربية.

هل سأحصل على أي متابعة؟

بعد خروجكم من المستشفى، سيُعرض عليكم زيارة منزلية أو مكالمات هاتفية من قابلة مجتمعية. ستُقدّم لكم قابلة متخصصة في حالات الفقد (Bereavement Midwife) دعماً هاتفياً بحسب احتياجاتكم و رغباتكم، ويتوفر طاقم الرعاية الروحية لدعمكم إذا رغبتُم في ذلك. سنعطيكُم أرقام التواصل ونشرات الدعم عند خروجكم إلى المنزل.

سنعرض عليكم موعد متابعة مع استشاري التوليد عادةً بعد شهرين إلى ستة أشهر من ولادة طفلكم. قد يتأخر هذا الموعد إذا اخترتم إجراء فحص ما بعد الوفاة وكنا في انتظار النتائج. هذا الموعد اختياري، وسيتيح لكم فرصة مناقشة ما حدث، ومعرفة نتائج أي فحوصات أجريت، وبحث حالات الحمل المستقبلية.

هل هناك أي مساعدة مستمرة بعد عودتي إلى المنزل؟

التأثير العاطفي لفقدان الطفل يدوم طويلاً. فقدان الطفل تجربة يمر بها الكثيرون، إلا أن كل شخص يختبر الحزن بطريقة مختلفة. قد تكون تعبيرات الحزن لدى البعض قوية جداً وعلنية، بينما تكون لدى آخرين خاصة ولكنها لا تقل عمقاً. مشاعر الصدمة، والحزن، والاكتئاب، والذنب، والفقدان، والغضب شائعة. قد يسبب الحزن أعراضاً جسدية إلى جانب الأعراض العاطفية. اضطرابات النوم، وقلة الشهية، والغثيان، والقلق، والخفقان أمور طبيعية، ويمكن تخفيفها من خلال مناقشتها مع شريك الحياة، أو الأصدقاء، أو مع طبيب أو قابلة، أو مع شخص يمكنه الاستماع. عند خروجكم، سيقدم لكم طاقم الرعاية قائمة بالمنظمات المفيدة ونشرات الدعم.

يمكن لمستشفى Forget me Not Children's Hospital تقديم الدعم المحلي، كما يمكن ترتيب جلسات الاستشارات النفسية من خلال Talkthru. تتوفر خيارات أخرى على المستويين المحلي والوطني.

يمكن لقسم الرعاية الروحية أيضاً تقديم الدعم والإرشاد لكم بغض النظر عن ديانتكم.

أرقام الاتصال

الهاتف: 07500761111

قابلة متخصصة في حالات الفقد

الهاتف: 222123 01422

الهاتف: 222129 01422

الهاتف: 357171 01422

الهاتف: 342000 01484

الهاتف: 222088 01422

قابلات الفحص والكشف المبكر

جناح المخاض (Labour Ward)

بدالة مستشفى Calderdale Royal Hospital

بدالة مستشفى Huddersfield Royal Infirmary

المكتب العام General Office, Calderdale

المساعدة والدعم

قسم الرعاية الروحية: يمكن التواصل عبر بدالة HRI و CRH.

الهاتف: 0142235717 أو 01484342000

Talkthru: Revenue Chambers, St Peters Street, Huddersfield, HD1 1DL

الهاتف: 515137 01484

البريد الإلكتروني: office@talkthru.org.uk

الموقع الإلكتروني: www.talkthru.org.uk

SANDS (Stillborn and Neonatal Death Society)

الهاتف: 1643332 0808

البريد الإلكتروني: helpline@sands.org.uk

في حال وجود أي ملاحظات حول هذه النشرة أو الرعاية التي تلقيتموها، يرجى التواصل مع:

Sarah Hall

قابلة متخصصة في حالات الفقد

Calderdale Royal Hospital

رقم الهاتف: 761111 07500

Sarah.hall@cht.nhs.uk

Ann Frost

رئيسة الممرضات بقسم الأمومة

Calderdale Royal Hospital

رقم الهاتف: 222947 01422

Ann.Frost@cht.nhs.uk