

ماذا يحدث الآن؟ نصائح وإرشادات عملية للعائلات التي تختار إنهاء الحمل لأسباب طبية... (الولادة المُحرّضة الرحيمة)



قد يكون اتخاذ قرار بإنهاء حمل مرغوب فيه بسبب وجود مشكلة لديكم أو لدى طفلكم أمراً يبعث على العزلة والألم الشديد. يتفهم طاقم الرعاية أن هذا وقت صعب بالنسبة لكم، ويريد أن يدعمكم بشأن ما سيحدث بعد ذلك. أُعدّ هذا الكتيب لمساندتكم في اتخاذ القرارات الأنسب لكم، ولطفلكم، ولأسرتكم. إذا كان هناك أي شيء غير واضح، فلا تترددوا في سؤال أحد أفراد طاقم الرعاية.

لماذا حدث هذا لي؟

في بعض الأحيان يمكن التوصل إلى سبب يفسر حدوث مشكلة في الحمل، ولكن في كثير من الحالات لا نعرف سبب حدوث بعض المشاكل، حتى مع إجراء الفحوصات. في معظم حالات الحمل التي تتعقد بوجود تشوه في الطفل، يحدث ذلك بشكل تلقائي ولا يتكرر عادةً في حمل آخر. من المرجح أن يحظى معظم الأزواج بحمل ناجح في المستقبل، خاصة إذا كانت نتائج الفحوصات طبيعية. قد تكونون قد أجريتم بعض الفحوصات بالفعل قبل اتخاذ قراركم، وبعد الولادة قد نعرض عليكم فحوصات إضافية تشمل تحاليل الدم والمسحات، وفحوصات المشيمة، والفحوصات الجينية للطفل، وفحص ما بعد الوفاة. نقدم نوعين من فحص ما بعد الوفاة، وسنناقشهما معكم أثناء فترة إقامتكم.

ماذا يحدث أثناء إنهاء الحمل لأسباب طبية؟

في حال اختيار إنهاء الحمل، سنباش معكم أحد أعضاء فريق الفحص أو طبيب أول ما سيحدث بعد ذلك. يتضمن التحريض الطبي للولادة إعطاء دواء لتجهيز جسمكم للمخاض ثم بدء التقلصات. يجري ذلك على مرحلتين. بمجرد أن تقرر المضي قدماً، سنعطيك قرصاً يسمى ميفيبريستون (Mifepristone)، يعمل على تهيئة جسمكم 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 بتوسعك، أو عانيت من ألم أو تقلصات، أو حدث أي نزيف مهبل، أو قيء مستمر أو إسهال بعد تناول قرص ميفيبريستون، فإننا نشجعكم على الاتصال بالجناح للحصول على مزيد من المشورة. في بعض الأحيان، قد يبدأ المخاض من تلقاء نفسه بعد تناول ميفيبريستون.

ماذا يحدث أثناء إقامتي في المستشفى؟

ستتلقون الرعاية عادةً في جناح المخاض (Labour Ward) بمستشفى Calderdale Royal. نرحب بزيارة أفراد العائلة والأصدقاء أثناء إقامتكم، ولدينا مرافق لإعداد المشروبات الساخنة ولمبيت 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 أقرص 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، قد لا تخرج المشيمة بعد ولادة الطفل، وقد يحتاجون إلى أدوية إضافية أو إلى 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، والتخدير فوق الجافية في مراحل الحمل المتقدمة.

بعد الولادة

ما الذي أحتاج إلى إحضاره معي إلى المستشفى؟

يصعب التنبؤ بمدة إقامتكم في المستشفى، إذ تعتمد عادةً على حالتكم الجسدية وشعوركم بعد الولادة. ترغب بعض العائلات في العودة إلى المنزل بعد بضع ساعات من ولادة الطفل، بينما تفضل عائلات أخرى البقاء مع طفلهن لبضعة أيام. نقترح أن تحضروا حقيبة مبيت تحتوي على أدوات النظافة الشخصية، وملابس النوم، وغيار من الملابس، والكثير من الملابس الداخلية، والقوط 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، فنرحب 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 رغبت، ومساندتك في صنع ذكريات تأخذونها معكم إلى المنزل. ويشمل ذلك بصمات الأيدي والأقدام، والقوالب، والصور، وفرصة الحصول على خصلة من الشعر، وشرط اسم الطفل، وبطاقة سرير الطفل. نرحب بإحضاركم كاميرتكم الخاصة، ويمكن التقاط الصور معكم ومع أفراد العائلة الآخرين. يمكن تحميم طفلكم وإلباسه أي ملابس توفرونها، كما يمكن لأي بطانيات، أو دمي، أو صور عائلية أن تبقى مع طفلكم بعد مغادرتكم المستشفى. يمكننا أن نوّفر 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 حمله، 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 اعتمادًا على توفر فريق الرعاية الروحية. نرحب بحضور رجل الدين الخاص بكم.

بالنسبة لمعتقي الدين الإسلامي، يتوفر لدينا مرشدون وروحيون 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.

إذا كان حملكم في مرحلة أكثر تقدماً، فقد يولد طفلكم بنبض قلب ضعيف أو علامات حياة أخرى قصيرة الأمد، وفي هذه الحالات يجب تسجيل الولادة والوفاة في مكتب التسجيل (Registry Office).

إذا وُلد طفلكم بعد الأسبوع الرابع والعشرين، فيُعد تسجيل الولادة متطلباً قانونياً. قبل مغادرتكم المستشفى، سيستكمل طاقم الرعاية الوثائق المناسبة ويُخطر مكتب التسجيل بولادة طفلكم. يمكننا تحديد موعد لكم لتسجيل الولادة إذا كنتم مستعدين قبل الخروج من المستشفى، أو يمكنكم ترتيب الموعد لاحقاً. يجب تسجيل الولادة خلال 6 أسابيع.

يمكن تسجيل الولادة في:

The Calderdale Register Office
Spring Hall Mansion
Huddersfield Road
Halifax
HX3 0AQ

الهاتف: 288080 01422

بمجرد إتمام ذلك، ستمنحون شهادة ولادة طفل ميت (Certificate of Stillbirth)، وستُرسَل شهادة الدفن/الحرق إلى متعهد الدفن المسؤول عن ترتيبات الجنازة.

يمكن أيضاً تسجيل الولادة في مكتب تسجيل أقرب إلى منزلكم، وستُرسَل إليكم الوثائق المناسبة، على الرغم من أن هذا قد يتسبب في تأخير بسيط في ترتيبات الجنازة.

من يمكنه التسجيل؟

✓ إذا كنتم متزوجين، فيمكن لأي منكما تسجيل ولادة طفلكم. وإن لم تكونا متزوجين، فيجب حضوركما معاً إذا أردتما تضمين بيانات الأب في شهادة الميلاد.

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 (وغالباً ما تجمع بينهما)، وسنعمل معكم عن قرب لضمان أن تعبر الجنازة عن رغباتكم ومعتقداتكم. نُشجعكم على اختيار الموسيقى والقراءات أو القصائد الخاصة بكم، وإحضار 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.

سُتجرى عمليات الدفن التابعة للمستشفى في Exley Cemetery, Lockwood Cemetery, Huddersfield, Stoney Royd أو Halifax.

سُتجرى عمليات الحرق في محرقة الموتى Parkwood Crematorium, Elland.

بمجرد أن تقرر الجنازة المناسبة لطفلكم، فإنها تُقام عادةً في غضون أسبوع إلى 6 أسابيع، لكن ذلك سيعتمد على الفحوصات التي اخترتموها. إذا أُجري فحص ما بعد الوفاة ورغبتكم في تضمين الأنسجة المأخوذة للفحص ضمن الجنازة، فقد يؤدي ذلك إلى تأخير إجراءات الجنازة لمدة تصل إلى 3 أشهر.

سيعامل 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 للمستشفى تقديم مزيد من التوجيهات.

كيف سأشعر جسدياً بعد ذلك؟

بعد الولادة، سيحدث لكم نزيف مهلي لمدة تتراوح بين 4 و6 أسابيع تقريباً. قد يكون هذا النزيف غزيراً نوعاً ما في الأيام الأولى، وقد تصاحبه بعض التقلصات الخفيفة. من المتوقع أن يصبح هذا النزيف أخف بعد أول 3 أو 4 أيام. 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. تذوب الغرز عادةً في غضون 4 إلى 6 أسابيع.

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

قد يُفرز حليب الثدي في الأيام التي تلي الولادة، وسنناقش معكم خيارات العناية بالثدي أثناء وجودكم في المستشفى. يمكنكم اختيار تناول دواء لتقليل أعراض الثدي، أو انتظار التوقف الطبيعي لإفراز الحليب، أو التفكير في التبرع بحليب الثدي لبنك حليب الثدي المحلي لدينا تخليداً لذكرى طفلكم.

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 ورغباتكم، ويتوفر طاقم الرعاية الروحية لدعمكم إذا رغبتم في ذلك. سنعطيك 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

الهاتف: 222123 01422

الهاتف: 222129 01422

الهاتف: 224392 01422

الهاتف: 357171 01422

الهاتف: 342000 01484

الهاتف: 222088 01422

قابلة متخصصة في حالات الفقد

قابلات الفحص والكشف المبكر

جناح المخاض (Labour Ward)

مركز تقييم حالات الأمومة (Maternity Assessment Centre)

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: 01484342000 أو 0142235717

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

الهاتف: 01484 515137

البريد الإلكتروني: office@talkthru.org.uk

الموقع الإلكتروني: www.talkthru.org.uk

SANDS (Stillborn and Neonatal Death Society)

الهاتف: 0808 1643332

البريد الإلكتروني: helpline@sands.org.uk

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

Sarah Hall

قابلة متخصصة في حالات الفقد

Calderdale Royal Hospital

رقم الهاتف: 07500 761111

Sarah.hall@cht.nhs.uk

Ann Frost

رئيسة الممرضات بقسم الأمومة

Calderdale Royal Hospital

رقم الهاتف: 01422 222947

Ann.Frost@cht.nhs.uk