

ماذا يحدث الآن؟ نصائح وإرشادات عملية بعد ولادة طفل ميت ...



تؤسفنا وفاة طفلكم، أو تلفيكم خبراً بأنه قد لا يبقى على قيد الحياة عند الولادة. تعتبر ولادة طفل ميت تجربة صادمة وغير متوقعة، ويريد طاقم الرعاية أن يساعدكم ويُرشدكم بشأن ما سيحدث بعد ذلك في هذا الوقت الصعب. أعدّ 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.

ما هي ولادة الطفل الميت؟

يُعرف الطفل الذي يولد دون أي علامات للحياة بعد الأسبوع الرابع والعشرين من الحمل بأنه طفل وُلد ميتاً.

في عام 2022، انتهت حالة واحدة تقريباً من بين كل 250 حالة حمل في المملكة المتحدة بولادة طفل ميت، أي بمعدل 8 أطفال يولدون موتى يومياً (ONS، 2024).

لماذا تحدث ولادة الطفل الميت؟

لا يُعرف دائماً سبب ولادة طفل ميت، ولا يُعرف سبب حوالي 60% من هذه الحالات. هناك اعتقاد خاطئ شائع بأن ولادة طفل ميت لا تحدث إلا في حالات الحمل عالية المخاطر أو عند وجود مشكلة معروفة، ولكنها قد تحدث لأي أم في أي وقت. قد تزيد بعض الحالات الصحية، مثل السكري غير المشخص ومشاكل الغدة الدرقية، من هذا الخطر، إلى جانب المشكلات الخاصة بالحمل؛ مثل ارتفاع ضغط الدم، والعدوى، والنمو غير الطبيعي للطفل، والانفصال المبكر للمشيمة. يموت بعض الأطفال لأنهم لم ينمووا بشكل سليم.

بعد ولادة طفل ميت، سنعرض عليكم إجراء فحوصات لمحاولة تحديد سبب وفاة طفلكم. وتشمل هذه الفحوصات تحاليل الدم والمسحات، وفحصاً دقيقاً للمشيمة (الخلاص)، وإجراء الفحوصات الجينية للطفل، بالإضافة إلى فحص ما بعد الوفاة إذا رغبتُم 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.

ماذا يحدث بعد ذلك؟

إذا توفي طفلكم قبل المخاض، فسيتعين عليكم في معظم الحالات إتمام عملية الولادة. ما لم يكن هناك سبب طبي يستدعي الخضوع لعملية قيصرية، فإننا نوصي عادةً بأن تلدوا

طفلكم عن طريق المهبل. يكون هذا عادةً أكثر أماناً لكم من الناحية الطبية، ومن المرجح أن يكون التعافي الجسدي أسرع.

قد تكون فكرة خوض المخاض وولادة طفل ميت صدمة، وسندعمكم لتجاوز ذلك. تقول معظم الأمهات اللاتي مررن بهذه التجربة، إنهن شعرن أن خوض المخاض وولادة طفلهن كان الأمر الصائب.

إذا كانت لديكم حالات صحية أو مخاوف، قد نوصي بإجراء تحريض طبي للولادة على الفور، ولكن إذا كانت صحتكم جيدة، فسيتاح لكم خيار العودة إلى المنزل والتفكير في الخيارات أو الانتظار حتى يبدأ المخاض بشكل طبيعي.

إذا قررت المضي قدماً في إجراء التحريض الطبي للمخاض، فسنعطيك قرصاً يسمى ميفيبريستون (Mifepristone)، والذي يعمل على تجهيز جسمك للمخاض وتقليل هرمونات الحمل. بعد فترة وجيزة من الملاحظة، سيُسمح لكم بالعودة إلى المنزل، وسنطلب منكم العودة بعد 36 إلى 48 ساعة لبدء عملية المخاض.

ماذا يحدث أثناء إقامتي في المستشفى؟

ستتلقون الرعاية في غرفة خاصة بكم 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 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. بالنسبة لعدد قليل من النساء، قد لا تخرج المشيمة بعد ولادة الطفل، مما قد يتطلب إعطاء 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، وسنتاح لكم مجموعة من طرق تسكين الألم، تشمل الباراسيتامول، والغاز والهواء، والأدوية القابلة للحقن، والتخدير فوق الجافية. إذا لم تكن هناك أية مخاوف بشأن صحتكم، فيمكنكم اختيار الولادة في الماء أو خوض المخاض في حوض الولادة لدينا.

ما الذي أحتاج إلى إحضاره معي إلى المستشفى؟

يصعب التنبؤ بمدة إقامتكم في المستشفى، إذ تعتمد عادةً على حالتكم الجسدية وشعوركم بعد الولادة. قد ترغبون في العودة إلى المنزل بعد بضع ساعات من ولادة الطفل، أو قد تفضلون البقاء مع طفلكم لبضعة أيام. نقترح أن تحضروا حقيبة مبيت تحتوي على أدوات النظافة الشخصية، وملابس النوم، وغيار من الملابس، والكثير من الملابس الداخلية، ووسادات الثدي، 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 أغراض خاصة ترغبون في تركها مع طفلكم، فإننا نشجعكم على إحضارها، مع أن لدينا الكثير من الملابس، وأثاث الدفن، والسترات الصوفية، والقبعات، والبطانيات بمختلف المقاسات، ويسعدنا أن نوفرها لكم.

بعد الولادة

هل يمكنني رؤية طفلي أو حمله أو لمسه؟

قد تشعرون بالخوف عند رؤية طفلكم للمرة الأولى. 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، وشريط 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 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.

لدينا روابط مع مؤسسة "Remember my Baby" الخيرية، والتي يمكنها الحضور إلى المستشفى وتقديم خدمة تصوير متخصصة في حالات الفقد لكم ولعائلتكم. كما يمكننا توفير دببة Aching Arms، ودمى Lexi، وشموع الذكريات، والتي يسعدنا أن تأخذوها معكم إلى المنزل.

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 تعتنقون 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 لمعتنقي الدين الإسلامي، يتوفر لدينا مرشدون روهيون مسلمون (رجال ونساء) يمكنهم تقديم الدعم.

هل يمكنني الحصول على شهادة ميلاد لطفلي؟

التسجيل الرسمي لأي طفل يولد ميئاً متطلب قانوني. قبل مغادرتكم المستشفى، سيستكمل طاقم الرعاية الوثائق اللازمة ويُخطر مكتب التسجيل (Registry Office) بولادة طفلكم. يمكننا تحديد موعد لكم لتسجيل الولادة إذا كنتم مستعدين قبل الخروج من المستشفى، أو يمكنكم ترتيب الموعد لاحقاً. أمامكم 6 أسابيع لتسجيل ولادة طفلكم.

يمكن تسجيل الولادة في:

The Calderdale Register Office

Spring Hall Mansion

Huddersfield Road

Halifax

HX3 0AQ

الهاتف: 288080 01422

بعد التسجيل ستحصلون على شهادة ولادة طفل ميت (Certificate of Stillbirth) للاحتفاظ بها، وستُرسل شهادة الدفن/الحرق إلى متعهد الدفن المسؤول عن ترتيبات الجنازة.

يمكن تسجيل الولادة في أقرب مكتب تسجيل إلى منزلكم، وستُرسل الوثائق اللازمة إليكم. قد يتسبب ذلك 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 رؤية طفلي مرة أخرى بعد العودة إلى المنزل؟

بعد مغادرتكم وحدة الأمومة، قد تتمكنون أنتم وعائلاتكم من زيارة طفلكم مجدداً في المستشفى، أو في غرفة وداع الجثمان (Chapel of Rest) لدى متعهد الدفن، أو في دار العبادة المحلية أو المسجد.

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، سواء بدعم من المرشد الروحي بالمستشفى أو بدونه. 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.

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

بمجرد أن تقرروا 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 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 للمستشفى تقديم مزيد من التوجيهات.

كيف سأشعر جسدياً بعد ذلك؟

بعد الولادة، سيحدث لكم نزيف مهبطي 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 والشرب 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 الثدي المحلي لدينا تخليداً لذكرى طفلكم.

مراجعة المستشفى

إذا وُلد طفلكم ميتاً، فمن المتطلبات الوطنية أن نُجري مراجعة للرعاية التي تلقيتُموها طوال فترة الحمل وبعد فقدان طفلكم. يُسمى هذا مراجعة وفيات الفترة المحيطة بالولادة (PMRT).

سيشارك في المراجعة أعضاء من العاملين في هذا المستشفى ومراجع خارجي. تهدف المراجعة إلى معرفة سبب وفاة طفلكم وبحث إمكانية استخلاص أي دروس من وفاته. سيُقدّم لكم كتيب معلومات حول هذه المراجعة قبل مغادرتكم 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 مكالمة هاتفية من قابلة مجتمعية. ستُقدّم لكم قابلة متخصصة في حالات الفقد (Bereavement Midwife) دعماً هاتفياً بحسب احتياجاتكم ورغباتكم، 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 أُجريت، 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: 0142235717 أو 01484342000

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

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 تلقيتوها، 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