



نييٲو (Niitty) - نموذج التدريب العائلي الموجه من  
خلال دعم الأقران للمهاجرين

## مُتابعة الحمل لدى استشارات الأمومة

Raskauden seuranta äitiysneuvolassa



## ماذا يُقصد باستشارات الأمومة؟

استشارات الأمومة عبارة عن فعالية تُنظمها البلدية، لجميع أولئك الذين لديهم ترخيص إقامة في فنلندا.

في بعض المناطق فإن أولئك الذين بدون أوراق ثبوتية يتبعون إلى نطاق دعم استشارات الأمومة — < تواصلني بشجاعة مع الاستشارات في منطقتك واسألني عن الأمر!

يتم في استشارات الأمومة متابعة حال الأم والجنين، ونسعى لتأمين صحة كليهما. إذا تمت ملاحظة وجود مشاكل متعلقة بالحمل، فنقوم بتنظيم رعاية لها ومساعدة في أسرع وقت ممكن. يتم إرشادك عند الحاجة للذهاب إلى عيادة الأمومة.

يتم في استشارات الأمومة دعم العائلة كلها.

كما أنه يُرحب بالآباء أيضاً أثناء الزيارات لدى الاستشارات.



## من المُفضل الذهاب لزيارة استشارات الأمومة.

زيارة استشارات الأمومة مجانية بالنسبة للزبائن.  
جزء من ميزات الدعم لكِلا (Kela) (على سبيل المثال  
معونة الأمومة) مُرتبطة بزيارة استشارات الأمومة.



نتكلم عن الفترة التي يستغرقها الحمل بالأسابيع. يتم حساب الأسابيع في موعد  
أقصاه يوم بدء الدورة الشهرية. التاريخ المتوقع للولادة هو 0 + 40 أي 40 أسبوعاً  
مُضافاً إليه صفر يوماً.

تُعتبر الولادة أثناء الفترة الطبيعية، إذا حدثت أثناء أسابيع الحمل

$$6 + 41 - 0 + 37$$



## الزيارات أثناء فترة الحمل

**عندما تلاحظين أنك حاملًا، فتواصلِي مع استشارات الأمومة في مكان سكنتِ.**

**يتم زيارة استشارات الأمومة 11 مرة تقريباً أثناء فترة الحمل:**  
في أسبوع الحمل 8 - 10 الزيارة الأولى لدى الممرضة  
في أسبوع الحمل 13 - 18 فحص طبي شامل (يقوم بإعداده الممرضة والطبيب)  
في أسبوع الحمل 22 - 24 زيارة الممرضة (تحصلي على شهادة الأمومة لكيلا)  
في أسبوع الحمل 26 - 28 الزيارة لدى الممرضة  
في أسبوع الحمل 30 - 32 الزيارة لدى الاستشارات أو تقوم الممرضة بزيارة إلى المنزل  
في أسبوع الحمل 35 - 36 استقبال الطبيب  
في أسبوع الحمل 37 - 41 استقبال الممرضة كل 1 - 2 أسابيع

## يُولد الطفل في المستشفى

تقوم الممرضة بزيارة إلى المنزل بعد 1 - 7 أيام من الولادة  
بعد الولادة بـ 5 - 12 أسبوعاً، يكون الفحص اللاحق لدى الاستشارات.

**يتم أثناء فترة الحمل الذهاب لدى استقبال الطبيب مرتين تقريباً.**



## نقوم من خلال الفحص بالموجات فوق الصوتية باستيضاح مخاطر الأمراض الخطرة بالنسبة للجنين.

يُعرض على النساء الحوامل مُختلف الفحوصات، حيث أنه يتم بمساعدتها استيضاح ما إذا كان هناك خطر لأن يُصاب الجنين بأمراض أو متلازمات مُعينة خطيرة. سوف تحصيلي على معلومات أدق عن الفحوصات من استشارات الأمومة لديك، ولكن غالباً ما يتم تقديم هذه الفحوصات التي تُعرف بفحوصات الغربرة كما يلي:

1. غربرة شدوذ الكروموسومات، أي بمساعدة ما يُعرف بـ "الغربرة المشتركة" ( عينة دم وفحص بالموجات فوق الصوتية أثناء أسبوع الحمل 9 - 13 )
2. ما يُعرف بـ "الفحص التكويني بالموجات فوق الصوتية" أثناء أسبوع الحمل 18 - 24، بإمكاننا حينئذ تقييم أعضاء الجنين كالخ و القلب.

المشاركة في الفحوصات طوعية.  
إذا ظهر أمر مُقلق من خلال الفحوصات، فسوف يتم إرشادك لإجراء فحوصات تكميلية.



## ما هي الأشياء التي تتم متابعتها في استشارات الأمومة ولماذا؟



### ضغط الدم

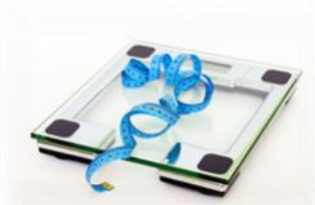
ضغط الدم المرتفع بقدر زائد عن الحد من الممكن أن يُشير إلى حالة ما قبل تسمم الحمل، حيث أنه من الممكن أن يشكل خطراً على الأم وكذلك على الجنين إذا لم يُعالج.

### فحص البول

يُفحص من البول السكر والبروتينات. إذا كان هناك سكر في البول، فمن الممكن أن تكون قدرة الأم ضعيفة على تحمل السكر، ويتوجب علاج ذلك. من الممكن أن يُشير ذلك إلى مرض السكري أثناء الحمل. البروتينات التي تظهر في البول من الممكن أن تُشير إلى حالة ما قبل تسمم الحمل.

### الوزن

زيادة الوزن الملائمة تُشير إلى رفاية الأم والجنين. اسالي الممرضة كم قدر الزيادة في الوزن الملائمة بالنسبة لك. يتوجب أن يزداد الوزن في المتوسط تقريباً 8 - 12 كيلو جرام.



## الهيموجلوبين وعينات الدم

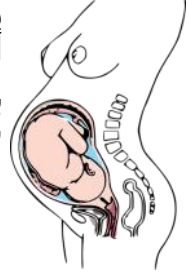
يتم فحص من خلال عينات الدم من الأم في بداية الحمل أمراض معدية وفصائل دم مُعيّنة. من الممكن عند الحاجة أخذ فحوصات الدم فيما بعد أثناء فترة الحمل ..

يُفحص الهيموجلوبين من خلال عينة إدم من طرف الإصبع. الهيموجلوبين المنخفض يُشير إلى الأنيميا أي فقر الدم. يُساعد في ذلك تناول إضافة الحديد.

## نمو الجنين ووضعيته داخل الرحم

يتم تقييم نمو الجنين من خلال تحسس الجنين من فوق البطن. بذلك نستوضح وضعية الجنين. يتوجب أن تكون رأس الجنين إلى الأسفل قبل الولادة.

يتم تقييم نمو الجنين أيضاً بقياس ارتفاع قاع الرحم بشريط القياس من فوق البطن.



## الأطباع المعيشية وحال الأم وأحوال الوالدين

يتم الحديث عن حال الأم وعن الأطباع المعيشية في كل زيارة! أبلغني عن مشاعرك بأمانة. بإمكان الممرضة تقديم الدعم لك ولزوجك طوال فترة الحمل.



## الزيارات المنزلية

الزيارة المنزلية تعني أن ممرضة استشارات الأمومة تأتي إلى بيت العائلة للحديث وتقديم التوجيهات المتعلقة بالطفل وبرعاية الطفل وبشأن الأمومة والأبوة وبشأن الأمور المتعلقة برفاهية الوالدين.

تتم الزيارات إلى المنزل في نهاية فترة الحمل وبعد ولادة الطفل.



## الاستعداد العائلي

التحضير العائلي عبارة عن فعالية جماعية، تُشارك فيها العديد من العائلات التي تنتظر ولادة الطفل. يتم تنظيمه لجميع أولئك الذين ينتظرون طفلهم الأول.

من الممكن اعتبار التحضير للولادة كجزء من التحضير العائلي، حيث أنه من الممكن تنظيمه في مستشفى الولادة على سبيل المثال.

يتم أثناء التحضير العائلي مراجعة أمور منها تلك الأمور المتعلقة بالحمل والولادة ورعاية الطفل.

من الممكن أن يُشرف على التحضير العائلي ممرضة الاستشارات العائلية أو خبير آخر.

فعالية مجموعة الوالدين تستمر بعد الولادة



## وظيفة استشارات الأمومة بعد الولادة

عندما تذهبي من المستشفى بعد الولادة إلى البيت، فاتصلي  
بممرضة استشارات الأمومة. بإمكانكما الاتفاق بشأن متى  
ستأتي الممرضة في زيارة منزلية.

بإمكانك الاتصال بشأن جميع الأمور المتعلقة بالحمل والولادة  
والمعافاة بعد الولادة، مع ممرضة استشارات الأمومة حتى موعد  
الفحص اللاحق.

ينتقل الطفل إلى استشارات الطفولة، عندما تكون ممرضة  
استشارات الطفولة قد جاءت في زيارة منزلية أو ذهبت مع الطفل  
إلى استشارات الأمومة والطفولة عندما كان عمر الطفل أسبوعين  
تقريباً.

تم تنظيم فعاليات استشارات الأمومة  
والطفولة بأشكال مختلفة في مختلف بلديات  
السكن.  
في بعض البلديات تكون ممرضة استشارات  
الأمومة واستشارات الطفولة هي نفس  
الشخص.



## من الممكن الحديث في استشارات الأمومة عن كل الأمور



يتم في استشارات الأمومة والطفولة  
الحديث عن كل الأمور المتعلقة  
بالرفاهية.

كما أنه من الممكن الحديث عن  
الأمور المُقلقة، إذا لم تستطع  
الممرضة تقديم المساعدة، فسوف  
ترشدك للذهاب إلى خبير آخر!

### يتم في استشارات الأمومة والطفولة الحديث عن أمور منها

- \* علاقة الارتباط الثنائية ورفاهية الزوج
- \* الأطباء المعيشية ومدة تأثيرها على الحمل
- \* وجهة نظر الأم الحامل بشأن الرفاهية
- \* احتياجات الطفل حديث الولادة
- \* المشاعر والتوقعات المتعلقة بالولادة
- \* شبكات الدعم الخاصة بالعائلة
- \* عناصر القوة لدى العائلة



مشروع - نيٲو (Niitty) 2018 - 2020

/https://projects.tuni.fi/niitty/

/www.facebook.com/niittyhanke/

رئيسة المشروع إرميلي نيمينين (Irmeli Nieminen).

البريد الإلكتروني: irmeli.nieminen@tuni.fi

الخيرة آنا أيكاسالو (Anna Aikasalo).

البريد الإلكتروني: anna.aikasalo@tuni.fi

الخيرة ياسمين كالجادين (Jasmin Kaljadin).

البريد الإلكتروني: jasmin.kaljadin@tampere.fi

المصادر ومعلومات إضافية:

مؤسسة الصحة والرفاهية (THL) 2013

دليل استشارات الأمومة للنساء الحوامل. التوصيات بشأن فعالية استشارات الأمومة للنساء الحوامل. دليل 29.

وزارة الشؤون الاجتماعية والصحية فحوصات الغريبة للجنين. متاح:

<https://stm.fi/seulonnat/sikioseulonnat>

الصور: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)

