



وزارة الصحة  
سلطنة عمان

من سلسلة قصص حكايتي وبرامج صحة المرأة

# حارتنا



المديرة العامة للرعاية الصحية الأولية  
دائرة صحة المرأة والطفل  
تأليف : د. نوال الراشدية  
تصميم : عزيزة القطيبي

الحياة في الحارة العمانية لها رونقها الخاص من حيث البساطة والشفافية والبيوت المتلاصقة ببعضها، حيث الانسان يكافح من اجل لقمة العيش.

هناك في حارتنا الجارة الطيبة شريفة ذات الخمسة والأربعين عاما زوجة وأم لتسعة أطفال أكبرهم في العشرين من عمره وأصغرهم لا يتعدى العام والنصف، كانت محبوبة من الجميع في الحارة فرغم مشاغلها الكثيرة كانت لا تتوانى ان تختلس دقائق من وقتها لزيارة الجارات وتطل على الصغير والكبير تسأل عنهم .



للأسف شريفة مصابة بمرض ارتفاع ضغط الدم وهي غير ملتزمة بالمتابعات الدورية أو اخذ الأدوية بشكل منتظم لأنها لا تجد الوقت الكافي لذلك فاهتمامها بتسعة أطفال ليس بالأمر السهل فهي لا تجد الوقت الكافي للقيام بأبسط الأشياء من أجل نفسها.

يوما ما وفي أثناء انتظارها للدورة الشهرية في موعدها المعتاد لم تأت الدورة الشهرية أحست بثقل وبعض الالام في أسفل البطن أدركت ساعتها وبحكم خبرتها بأنها حامل للمرة العاشرة لأنها لم تكن تستخدم أية وسيلة من وسائل منع الحمل ولم تتلقى أية رعاية سابقة للحمل.



أهملت شريفة نفسها ولم تذهب الى المركز الصحي للتأكد من الحمل وقياس ضغط الدم أو اجراء الفحوصات المطلوبة للحمل واستمرت على أدوية ارتفاع ضغط الدم نفسها التي كانت تأخذها قبل الحمل وفعليا كانت تأخذها تارة وتهملها مرات عدة.

كانت كثيرا ما تحس بالتعب والارهاق من أعراض الحمل والقيام بواجبات البيت والأولاد ولكنها كانت تكابر وكثيرا ما عانت من الصداع والدوار فتأخذ قسطا من الراحة ثم تعاود مزاوله أعمالها المنزلية.



الى أن وصلت للشهر الخامس فقد أحست بتعب شديد فقررت الذهاب الى المركز الصحي وأخبرتهم بأنها حامل فقاموا بقياس ضغط الدم وجميع المؤشرات الحيوية واجراء الفحوصات اللازمة تبين أن قراءات ضغط الدم مرتفعة وصلت الى 170/110 ملم من الزئبق ونسبة البروتين في فحص البول 2 موجب كما أوضحت نتائج فحص الدم أن لديها فقر في الدم حيث وصلت نسبة الهيموجلوبين الى 9 جرام/ ديسليتر.



بدأوا بمحاولة خفض ضغط الدم المرتفع عن طريق الأدوية الى أن وصل ولله الحمد الى 130/95 ملم من الزئبق وتم استبدال أدوية ارتفاع ضغط الدم السابقة لانها لا تتناسب مع الحمل الى الأدوية المناسبة واعطاؤها أدوية الحديد وحمض الفوليك لمعالجة نقص الدم.

قامت الطبيبة المعالجة باستدعاء زوج شريفة وشرح جميع التفاصيل لكليهما ومدى خطورة الموضوع من حيث:

- تأخير تسجيل الحمل إلى الثلث الثاني للحمل.
- عدم أخذ أدوية ارتفاع ضغط الدم بانتظام.
- عدم تغيير أدوية ارتفاع ضغط الدم التي تؤثر سلبا على الجنين الى الأدوية المناسبة لفترة الحمل.
- وجود فقر الدم.
- أهمية المتابعة المستمرة ومتابعة قراءات ضغط الدم في فترة الحمل.



تم تحويلها الى المستشفى المرجعي لاجراء أشعة السونار والتأكد من وضع  
وصحة الجنين وأيضا لأن حملها يعتبر من الأحمال عالية الخطورة للأسباب  
التالية:

- العمر أكبر من 35 سنة
- تعدد الأحمال (الحمل العاشر)
- مرض ارتفاع ضغط الدم وعدم انتظام قراءاته
- وجود فقر الدم
- وجود بروتين في البول
- وجود بعض أعراض وعلامات الخطر مثل الصداع المستمر والدوار



ذهبت الى المستشفى وتمت معاينتها من قبل اخصائية النساء والولادة وتقييم حالتها واجراء أشعة السونار للتأكد من وضع الجنين والحمد لله كان وضعه مستقرا وفضلت الطبية المعالجة بقاء شريفة في المستشفى لعدة أيام حتى تستقر حالتها الصحية ومن أجل متابعة قراءات ضغط الدم ولكنها رفضت لعدم وجود من ينوب عنها في البيت ويرعى أطفالها ووقعت للخروج على مسؤوليتها الخاصة.





استمرت في متابعة قراءات ضغط الدم وفحص البول بين المركز الصحي والمستشفى المرجعي الى أن وصلت للشهر السابع حيث مرض أحد أبناءها بمرض أفعده الفراش ولم تستطع مفارقتة أو متابعة الزيارات وكانت كثيرا من الأوقات تنشغل وتنسى أخذ أدويتها أيضا للأسف لم تكن هناك متابعة أو تواصل من قبل المركز الصحي أو المستشفى عن سبب تأخرها وعدم حضورها للزيارات المحددة الى أن أحست يوما بصداع شديد ومستمر مع تشوش في الرؤية وانتفاخ في القدمين وبعد يومين وأثناء قيامها بأعمالها المنزلية أحست بدوار شديد ولاحظت ابنتها شحوبها ثم ما لبثت أن بدأت ترتجف وجسمها يهتز ثم سقطت مغمی عليها.



أستدعت البنت والدها بسرعة وأخبرته بما حدث فحضر ووجد الأم وهي في حالة فقدان للوعي فأخذها فورا الى المركز الصحي القريب من المنزل وعندما وصلت للمركز عاودتها حالة الرجفان مرة أخرى فأدركت الطبيبة انها حالة تسمم الحمل وهي من الحالات الطارئة وتم البدء باجراء الاسعافات الأولية والتأكد من مجرى التنفس وتزويدها بالأوكسجين كما تم وضع مدخل وريدي لإعطاء الأدوية اللازمة لمعالجة تسمم الحمل ثم نقلت بسيارة الاسعاف مباشرة الى المستشفى المرجعي والذي يبعد حوالي 150 كم من المركز الصحي حيث كانت الطبيبة المعالجة برفقتها في سيارة الاسعاف.



وصلوا الى المستشفى المرجعي وكانت حالتها حرجة جدا وادخلت الى وحدة العناية المركزة وكانت في غيبوبة تامه بذل الأطباء كل ما في وسعهم لانقاذ حياتها ولكن ضغط الدم بدأ يتناقص تدريجيا ثم اصببت بتوقف في عمل القلب مما جعلهم يقوموا بعملية الانعاش القلبي الرئوي ولمدة أكثر من نصف ساعة دون جدوى.



رحلت شريفة ورحل معها جنينها وفرحة أولادها وأسرتها ورحلت فرحة حارتنا لم تعد شريفة تأتي لاحتساء القهوة مع الجارات أو لتفقد العمه شيخه واحضار الطعام لها ذهبت وتركت أصغر أطفالها يبكي لفقدان أمه لماذا رحلت شريفة هو قضاء الله وقدره ولكن ايضا هناك الأخذ بالأسباب لان في حياتنا الكثير من أمثال شريفة ممن تهمل نفسها وصحتها وتضحى من أجل الاخرين على حساب نفسها.



عزيزتي , أختي , أمي , ابنتي وجودك بيننا بصحة وعافية يعني وجود أسرة بأكملها و حياة سعيدة لمن حولك إهتمي بنفسك وبصحتك لا تجعلي الوقت يسرق عمرك.

- بادري للتسجيل في الثلث الأول من الحمل لاكتشاف وعلاج أي من المشاكل الصحية.

● الرعاية السابقة للحمل والتحكم في الأمراض المزمنة من أهم الأمور التي يجب مراعاتها قبل التخطيط للحمل.

● البدء بأخذ حبوب حمض الفوليك على الأقل ثلاثة أشهر قبل التخطيط للحمل

● الاهتمام بأخذ الأدوية والاستمرار في متابعة الزيارات هي مطلب أساسي لكل حامل.

● استخدام وسيلة من وسائل المبعادة بين الولادات يضمن لك عودة وضعك الصحي للأفضل ويضمن أخذ الطفل القدر الكافي من الرضاعة الطبيعية والاهتمام.

● عند الاحساس بأي من علامات وأعراض الخطر توجهي مباشرة الى أقرب مؤسسة صحية.



مركز صحي

## علامات وأعراض الخطر هي كالتالي:

الشحوب الشديد

صداع مستمر

تشوش الرؤية

تورم الجسم

اختلاجات وتشنجات

تورم في احدى الساقين

ألم عند الضغط على عضلات الساق الخلفية

صعوبة في التنفس

نزيف مهبلي أو تسرب للسائل الامنيوني

ألم شديد أو مستمر في البطن

حمى مستمرة غير معروفة السبب





دمت دائما شمعة  
تضيئ حياتنا ,  
دمت بصحة وعافية