الملخص العربي

عادة ما تكون الولادة مؤلمة باستثناء بعض السيدات القلائل اللاتي لايشعرن بالألم والاخريات اللاتي يتحكمن في ردود افعالهن لتقليل الاحساس بالالم. وتعتقد معظم السيدات ان الآلم اثناء الولادة جزء مهم من عملية الولادة وانجاب الاطفال.

وتعود اسباب آلام الولادة الى الشد على النهايات العصبية الموجودة في عنق الرحم اثناء توسع عنق الرحم مع تقدم الولادة. ونقص الدم الواصل الى عضلات الرحم نتيجة لانقباض عضلات الرحم المتكرر اثناء الولادة وكذلك تراكم مادة اللاكتات في عضلات الرحم. والشد على النهايات العصبية في جدار المهبل والعجان في المرحلة الثانية من الولادة.

وتتعدد طرق تخفيف الالم اثناء الولادة والمطلوب في هذه الوسائل ان تكون فعالة في تخفيف الالم دون التأثير على تقدم عملية الولادة. وان تكون هذه الطريقة آمنة للام والجنين والطفل حديث الولادة وان تكون سهلة وفي متناول اليد.وتوجد طرق عدة لعلاج آلام الولادة منها:

وسائل العلاج الدوائي:

المهدئات والمطمئنات وتستخدم في هذه الحالة لفترة طويلة ادوية من مجموعة (الباربيتيورات) ومجموعة (الفينوثيازين) ومجموعة (البينزوديازيبين) وذلك اثناء الولادة. وهذه الادوية لها تأثير مهدئ ومضاد للقيء ومسكنات ضعيفة ولكن قل استخدام هذه الادوية بشكل كبير لثبوت ان لهذه الادوية تأثيرا سلبيا على حركة الجنين وحيويته داخل الرحم.كما تستخدم المورفينات ومنها عقار (هيدروكلوريد البثيدين) كمسكن قوي ومضاد للتقلص فعال. ويسبب هذا العقار الاحساس بالغثيان وعدم الاتزان وعدم القدرة على التحكم اثناء الحركة من اهم اثاره الجانبية. وينتقل هذا الدواء عبر المشيمة ويسبب درجات مختلفة من هبوط التنفس بالجنين وبخاصة

اذا اعطي في خلال آخر ساعتين قبل الولادة.ويجد هذا الدواء شعبية كبيرة وتفضيلا غير عادي من الاطباء والامهات ولكن الاحساس بالغثيان والقيء وهبوط تنفس الطفل حديث الولادة تعد من الآثار الجانبية الرئيسية.

كما يستعان بـ هيدروكلوريد الكيتامين (الكتالار): وهو عقار مسكن قوي جدا ويعطى عن طريق الحقن في الوريد اوالحقن في العضل. ويستخدم كمسكن قوي خاصة مع الادوية الاخرى لتقليل مخاطرها الجانبية. ويستحسن استخدام (الكيتامين) في المرضى ذوي الضغط المنخفض، ومن اثاره الجانبية الاحساس بالدوخة والهلوسة.

كما يستخدم الترايلين: وهو مسكن قوي ولكنه يسبب تغيرات في نبض قلب الجنين لذا لم يعد يستخدم.

ويستفاد ايضا من غاز النيتروز والميزة الرئيسية هو انه يمكن ان تعطيه الام لنفسها وانه يحسن من الاكسجين الواصل للجنين وليس له تأثير سلبي على التنفس للجنين او الطفل حديث الولادة. ويمتاز النيتروز بقصر فترة نصف العمر (فترة تأثير الدواء) فتتم الافاقة منه بسرعة.

اما طريقة التسكين الوضعي لتخفيف الآلام فتتم من خلال تخدير عنق الرحم: بحقن جانبي عنق الرحم في اعلى التقوس المهبلي بواسطة مخدر موضعي. وهذه الطريقة تقوم بتسكين الالم الصادر عن توسيع عنق الرحم مع الولادة، وعادة ما يقوم طبيب الولادة دون الحاجة الى طبيب التخدير لهذا النوع من التخدير الموضعي.او تخدير العصب الفرجي: ويتم هذا التخدير عن طريق المهبل او عن طريق العجان وتفيد هذه الطريقة في الولادة الطبيعية بواسطة الجفت الجراحي المنخفض او باستعمال الشفاط مع شق العجان.او من خلال تسكين الالم بالحقن خارج الام الجافية ولهذه الطريقة مزاياها اذ يسكن الالم بدرجة ممتازة اثناء المرحلتين الاولى والثانية للولادة. ويسهل تعاون الام اثناء الولادة بالاضافة الى انه مخدر ومسكن كاف اثناء شق العجان واستعمال الجفت الجراحي في الولادة. ويمكن استخدام المخدر نفسه

اثناء جراحة الولادة القيصرية. ولا تسبب هبوطا في تنفس الام او الجنين او الطفل حديث الولادة.اما موانع استخدام التخدير خارج الام الجافية القطعية قليلة، وتشمل رفض المريض ووجود نزيف رحمي نشيط من الأم ووجود ميكروب تسممي بالدم ووجود التهابات في مكان قريب من موضع حقن الابرة والاعراض الاكلينيكية لسيولة الدم وضعف التجلط. اما مضاعفات الحقن خارج الام الجافية فلعل انخفاض ضغط الدم هو اكثر المضاعفات حدوثا وعلاجه باستخدام المحاليل والادوية القابضة للاوعية الدموية. وتحدث بعض المضاعفات الاخرى في الجهاز العصبي، وهي مضاعفات ربما تكون خطيرة الا ان من حسن الحظ ان هذه المضاعفات نادرة الحدوث.

الوسائل الغير الدوائية : وتعتمد على *الوسائل النفسية*: لعل الدعم النفسي للام هو احد الطرق الفعالة لتقليل حدة الشعور بآلام الولادة ويجب ان تحضر الام دروسا اثناء متابعة الحمل لتوضح لها ان الولادة عملية طبيعية وفسيولوجية وتستخدم وسائل كثيرة للدعم النفسي للام واكثرها شيوعيا التهدئة والاسترخاء: وتستعمل في مواقف طبية مختلفة وتؤدي الى تسكين الآلام وتقليل حدتها ونسيان الالم..

وحمامات المياه الدافئة: برغم انقسام آراء الاطباء حول الولادة تحت الماء. فان السيدات في مرحلتي الولادة الاولى والثانية يمكن ان يستعملن حمامات الماء الدافئ. ومن المتعارف عليه ان الحرارة تؤدي الى تسكين الآلم والماء الدفئ يؤدي الى الاسترخاء.

ومن أقدم هذه الوسائل الغير دوائية العلاج بالأبر الصينية , إذ يرجع تاريخ استخدامها الي ما يقرب من ألفين سنة , حيث تم ويتم استخدامها من قبل الصينين حتي الآن لتسكين الآم الولادة .

ووفقا للمعالجين الصينيين فإن العلاج بالإبر الصينية يعرف بأنه تنبيه نقط جلدية معينة بواسطة إبر معدنية، وهذا العلاج يكون بوخز هذه النقط الموجودة في ما

يعرف لديهم بخطوط الطاقة وهي خطوط رئيسية وخطوط ثانوية, تشكل مجرى محدد للطاقة.

فإذا كان توازن الطاقة في الجسم جيد فالصحة تكون سليمة, وهذه الطاقة تتمثل في طاقتين متناقضتين ومتكاملتين تسميان " يين" و "يونك" فإذا اختل هذا التوازن بينهما ظهر المرض.

وهم يعتبرون "يين" طاقة داخلية، "ويونك" هي طاقة خارجية متناقضة للأولى؛ وهاتان الطاقتان تجريان داخل قنوات تسمى "مريديان" , وهي عبارة عن خطوط مكونة من نقط جلدية تعكس قوة مغناطيسية لعضو معين؛ ولهذا يصبح الجلد مرآة للأعضاء الداخلية ولوظائفها, فإذا اختل التوازن بين "يين" و"يونك" أو تعطلت حركة القوة "يين" أدى هذا إلى حالة مرضية , والوخز بالإبر(وفقا للمعالجين الصينيين) يدفع بحركة الطاقة لئلا تبقى راكدة .

وفي بداية الامر كان هناك حوالي ٣٦٥ نقطة متفرقة في الجسم لغرز الابر ، لكن عدد هذه النقاط زاد كثيراً مع تطور العلاج .

وبالإمكان استبدال الابر في بعض الاحيان بالضغط المباشر على النقاط المحددة ، كما يمكن استعمال تيار كهربائي بسيط لزيادة التأثير العلاجي .

وقد ظهرت فى العالم الغربى عدة نظريات لتفسير التحسن الذى ينتج عن إستخدام هذه الطريقة فى العلاج , ومن هذه النظريات التي أثبتت فوائد الإبر الصينية , نظرية ***التحكم في بوابات الألم*** بإعتبار إن الوخز بالإبر ينبه المستقبلات العصبية، ويعمل مباشرةً على مستوى النهايات الحرة للألياف العصبية التي تغلق بوابة الألم عند الإنسان.

وهناك نظرية أخرى تدعى ***النظرية الكيميائية,*** وهى تفسر هذا التحسن بأن الوخز بالإبر يؤدي إلى إثارة ذبذبات كهرومغناطيسية في داخل الخلايا والأطراف العصبية ، مما يؤدي بدوره إلى إفراز مواد هرمونية مثل البروستاجلاندين والأدرينالين ومواد كيميائية طبيعية مخزونة في الجسم تسمى (إندورفين) مما يؤدي إلى تسكين

الألم, ويمكن أن تؤدي إلى تحريض النهايات العصبية، خصوصاً المهدئات الداخلية في النخاع الشوكي، وبالتالي يتم تثبيط انتقال الإحساس بالألم إلى المخ ، ويختلف التأثير باختلاف عمق التحريض (جلد، عضل), وشدة التحريض وناحية التحريض (نفس النقطة أو التوزيع العصبي العضلي) .

وقد أقرت هيئة المعاهد القومية للصحة(NIH) بالولايات المتحدة الأمريكية أسلوب العلاج بالأبر الصينية للاستعمالات التالية:

الغثيان أثناء الحمل - الغثيان والقيء المصاحب للجراحة أو العلاج الكيميائي - آلام الأسنان عقب جراحات الفم والأسنان.

وفي النهاية فان تخفيف الالم اثناء الولادة هو حق اصيل لكل ام حامل طالما طلبت تخفيف الالم وليس من حق الطبيب المعالج او اسرة المريض ان ترفض تسكين الام بادعاء ان آلام الولادة آلام وظيفية طبيعية ليس لها اثار سيئة على الام والجنين. حيث اثبتت الدراسات والتحاليل المختلفة الآثار السلبية لآلام الولادة مما يستدعي تسكين الألم حين تطلبه الام.