

الملخص العربي

مقدمة:

تمثل صحة الأم والطفل أهمية كبرى في المجتمع حيث أنها مؤشر على الصحة لفئة كبيرة من المجتمع. تعتبر الولادة فترة حرجة بالنسبة للسيدة حيث أنها فترة اثارة القلق والضغط النفسي.

تلعب الممرضة دوراً هاماً في جمع المعلومات عن التغيرات التي تحدث في مراحل الولادة المختلفة و متابعة الأم أثناء الولادة كما أنها تقوم بتنفيذ العناية التمريضية وتقديم تأثيرات في تلبية احتياجات الأم في المرحلة السابقة للولادة وذلك عن طريق استخدام الوسائل الطبيعية لتخفيض الألم أثناء الولادة مثل التدليك أسفل البطن والظهر ، الكمامات الدافئة أو الباردة ،أخذ حمام أو دش ، تمرينات التنفس والأوضاع المريحة، المسكنات السمعية الموسيقية والتخييل العقلى أثناء الولادة وهذه الوسائل الطبيعية مصحوبة بوجود شخص (الممرضة) مساند أثناء استخدامها. يوجد مميزات عديدة للوسائل الطبيعية المختلفة حيث تعمل على تخفيف الألم وليس لها تأثيرات ضارة على الأم أو الجنين وغير مكلفة.

هدف البحث:

الهدف من هذه الدراسة هي تقييم تأثير الوسائل الطبيعية المختلفة لتخفيض الألم على محصلة الولادة وحالة حديثي الولادة.

طرق وأدوات الدراسة:

مكان البحث:

وقد تم تطبيق هذه الدراسة في قسم الولادة بمستشفى بنها الجامعي في الفترة من أول أغسطس سنة ٢٠١٠ إلى نهاية أبريل ٢٠١١ وذلك لمعرفة تأثير التدليك أسفل البطن والظهر ، الكمامات الدافئة أثناء الولادة.

العينة :

تشتمل عينة الدراسة على مائة سيدة اختيرت عشوائياً وتنقسم العينة إلى مجموعتين كل منهن ٥٠ سيدة. المجموعة الأولى (٥٠ سيدة) وهي التي يجري لها التدليك أسفل البطن والظهر من بداية الحالة النشطة للولادة (عنق الرحم من ٣ - ٤ سم) والمجموعة الثانية (٥٠ سيدة) تستخدم الكمامات الدافئة أثناء الولادة.

وتشمل مواصفات عينة الدراسة على:

- ١- السيدات التي تلد لأول مرة
- ٢- السن يتراوح من ١٨ : ٣٥ سنة
- ٣- أن يكون الحمل طبيعي وكامل المدة
- ٤- لا توجد مشاكل طبية ولا مشاكل خاصة النساء والتوليد
- ٥- ذات الحمل المفرد وان تكون السيدة في الحالة النشطة للولادة ، عنق الرحم من ٤-٣ سم

الأعتبارات الأخلاقية:

• تم عمل مقابلة شخصية لكل سيدة علي حدة بعدأخذ موافقة شفهية منها للاشتراك في البحث بعد شرح الهدف منه وأن تجميع البيانات يكون لهدف البحث فقط وسوف يتم التخلص من استمرار البحث بالحرق ، من حق السيدة الانسحاب في أى وقت أثناء جمع البيانات.

تشمل طرق جمع المعلومات الخاصة بالبحث على:

- ١- استماراة البيانات الشخصية
- ٢- استمارات البيانات الخاصة بتقدم ومتابعة الولادة خريطة البيانات (البارتوجراف)
- ٣- استماراة قياس درجة الألم
- ٤- استماراة تقييم الطفل حديثي الولادة

- ٥- مقياس ليكرت لتقييم رأى الأمهات واتجاهاتهن في تقبل الوسائل الطبيعية لتخفييف الألم أثناء الولادة وعن مدى الاستفادة من الطرق المستخدمة وهل سوف يتم استخدامها في الولادات القادمة.

نتائج البحث:

- ١- لا توجد أي فروق إحصائية بين المجموعتين بالنسبة للخوف قبل استخدام الوسائل الطبيعية لتخفييف الألم وكانت أعلى نسبة للخوف من ألم الولادة وألم الطلق ولكن وجد فروق إحصائية بين المجموعتين بعد استخدام الوسائل الطبيعية

- ٢- يوجد فروق إحصائية بين المجموعتين بالنسبة لدرجة الألم بعد استخدام الوسائل الطبيعية لتخفييف الألم وكان معدل الألم ينخفض بالنسبة للمجموعتين التي تستخدم الوسائل الطبيعية .

- ٣- أظهرت النتائج أن استخدام الوسائل الطبيعية التدليك أسفل البطن والظهر والكمادات الدافئة أثناء الولادة تعمل على تقليل مستوى الألم و على تقدم الولادة وقصر مدتها.

- ٤- كما أظهرت النتائج ان المشاكل التي حدثت بالولادة للمجموعتين في صورة تمزق للعجان أو عنق الرحم والنزيف بعد الولادة و التي تستخدم الطرق الطبيعية لتخفييف الألم (التدليك والكمادات الدافئة) لم يتعرضن المشكلات ولكن لا توجد فروق إحصائية بين المجموعتين.

- ٥- معدل نبض الجنين للمجموعتين في حدود الطبيعي ولكن توجد فروق إحصائية بعد استخدام الوسائل الطبيعية.

- ٦- يوجد فروق إحصائية بين المجموعتين بالنسبة لقياس معدل أبخار لحديبي الولادة وذلك عند أول وعشرون دقائق بعد الولادة.

- كما أظهرت النتائج أن معظم السيدات التي استخدمت الوسائل الطبيعية اقتنعت بها وسوف تستخدمها في الولادات القادمة وأن أكثر الوسائل فاعلية هي الكمادات الدافئة أسفل الظهر.

وقد أوصت الدراسة بما يلى:

- تدريب الممرضات والقائمين بعملية الولادة على الطرق الطبيعية المختلفة لتخفييف الألم أثناء الولادة.
- تقوم الممرضات بقسم النساء والولادة بتقديم برنامج تنقيف صحي شامل للامهات فى مرحلة ما قبل الولادة لكي يتعرفن على الطرق الطبيعية المختلفة لتخفييف الألم والغير دوائية للتعامل مع الآم الولادة.
- أهمية الكتب المبسطة العربية والتى تشتمل على طبيعة آلام الولادة ، وأسبابها ، الطرق الطبيعية المختلفة غير الدوائية فى كيفية التغلب عليها أو التكيف معها ، طرق تقييم مستوى هذه الآلام أثناء الولادة وذلك كأداة لنشر الوعى الصحى بين أعضاء هيئة التمريض.