

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 النفسى . تلعب الممرضة دوراً هاماً في جمع المعلومات عن التغيرات التى تحدث في مراحل الولادة المختلفة و متابعة الأم أثناء الولادة كما أنها تقوم بتنفيذ العناية التمريضية وتقييم تأثيرها في تلبية احتياجات الأم في المرحلة السابقة للولادة وذلك عن طريق استخدام الوسائل الطبيعية لتخفيف الألم أثناء الولادة مثل التدليك أسفل البطن والظهر ، الكمادات الدافئة أو الباردة ، أخذ حمام أو دش ، تمرينات التنفس والأوضاع المريحة، المسكنات السمعية الموسيقية و التخيل 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 هى تقييم تأثير الوسائل الطبيعية المختلفة لتخفيف الألم على محصلة الولادة وحالة حديثى 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 ابريل ٢٠١١ وذلك لمعرفة تأثير التدليك أسفل البطن والظهر ، الكمادات الدافئة أثناء الولادة.

العينة :

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

وتشمل مواصفات عينة الدراسة على:

- ١- السيدات التى 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 بالنساء والتوليد
- ٥- ذات الحمل المفرد وان تكون السيدة في الحالة النشطة للولادة ، عنق الرحم من ٣-٤ سم

الاعتبارات الأخلاقية:

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

تشمل طرق جمع المعلومات الخاصة بالبحث على:

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

٥- مقياس ليكرت لتقييم رأى الأمهات واتجاهاتهن فى تقبل الوسائل الطبيعية لتخفيف 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 لتخفيف 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 لتخفيف 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 لتخفيف الألم (التدليك والكمادات الدافئة) لم يتعرضن للمشكلات 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 أبحار لحديثي الولادة وذلك عند أول وعشر 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 لتخفيف الألم أثناء الولادة.
- تقوم الممرضات بقسم النساء والولادة بتقديم برنامج تثقيف صحى شامل للامهات فى مرحلة ما قبل الولادة لكى يتعرفن على الطرق الطبيعية المختلفة لتخفيف الألم والغير دوائية للتعامل مع الآم الولادة.
- أهمية الكتيبات المبسطة العربية والتي 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.