NHS SCOTLAND

هل تعانين من مشاكل قلبية؟

هل يمكنك الحمل؟

اطلبي المشورة!

SOCN SCOTTISH OBSTETRIC CARDIOLOGY NETWORK

ما يجب أن أعرفه

أغلبية النساء اللاتي يعانين من مشاكل قلبية يقدرن تجاوز مدة الحمل في حالة صحية جيدة. ولكنك قد تتعرضين أنت وطفلك لمخاطر، حسب طبيعة حالة قلبك.

فالحمل يضغط على وظائف قلبك. إذ يضطر القلب بذل مجهود أكبر في خلال مدة الحمل، حتى في المراحل المبكرة. بل إن الضغوط الإضافية في وقت الولادة قد تُرهق قلبك والدورة الدموية بدرجة أكبر.

ويجب أن تتجنبي الحمل غير المخطط له. فهذا يمنحك الوقت لمناقشة المخاطر المحتملة مع اختصاصي رعايتك الصحية.

ما المخاطر؟

مع كل حالة حمل مخاطر قليلة باحتمال حدوث مشاكل أو مضاعفات للأم أو الجنين. وتكون المخاطر قليلة للغاية في معظم الحالات، إلا أن أي مشاكل قلبية قد تزيد احتمالات حدوث مشاكل في أثناء الحمل والولادة، أو بعد الولادة. وستتوقف المخاطر على طبيعة حالة قلبك وشدتها.

فالحمل يُعتبر من المخاطر الكبيرة فقط في عدد ضئيل جدًا من الحالات. في هذه الحالات، قد تُنصحين بتجنب الحمل.

لذا يجب التحدث مع اختصاصي رعايتك الصحية للنظر فيما تعنيه مشكلتك القلبية في حالتك. "وهذا يُسمَّى "الإرشاد قبل حدوث الحمل".

إذا كنتِ تفكرين في استخدام خدمات المساعدة على الحمل (العلاج بالتخصيب)، تأكدي من اتصال مقدمي الخدمة بطبيبك اختصاصي القلب للحصول على مشورة حول حالة قلبك قبل البدء في أي علاج.

كيف يعرف اختصاصيو الرعاية الصحية المخاطر؟

يستطيع اختصاصيو الرعاية الصحية الحصول على المعلومات والتوجيهات من الدراسات الكبيرة التي تُجرَى على النساء اللاتي يعانين من مشاكل قلبية وخضعن للمراقبة في أثناء حملهن. وتُصنَّف في أحيان كثيرة المخاطر المرتبطة بالحمل وفقًا للتصنيفات المعدلة لمنظمة الصحة العالمية (mWHO).

ماذا يدور في جلسات "الإرشاد قبل حدوث الحمل"؟

يكون النقاش في كثير من الأحيان بسيطًا، لاسيما إذا كانت حالة قلبك خفيفة أو غير خطيرة. وقد تحتاجين في بعض الأحيان عمل اختبارات مثل رسم القلب ECG، أو تخطيط صدى القلب echocardiogram، أو اختبار بعمل تمارين لتقييم مخاطر حدوث أي مضاعفات. كما ستساعد هذه الاختبارات على التقرير إذا كان ضروريًا تقديم أي علاج آخر لتقليل مخاطر الحمل على قلبك.

ويجب أن يأخذ طبيبك أو الاختصاصيون الصحيون الآخرون في الحسبان تاريخك الصحي وأي حالات صحية أخرى تعانين منها أو تعاني منها أسرتك في تاريخها الصحي. وقد تُنصحين بمراعاة عوامل أخرى يمكن أن تساعد في تقليل المخاطر عليك وعلى طفلك، مثل الامتناع عن التدخين أو تقليل الوزن.

ما العوامل التي يمكن أن تزيد المخاطر؟

تعتمد المخاطر المحتمل تعرضك لها في وقت الحمل على بضعة عوامل:

- وظيفة البطين (وظيفة غرف الضخ بالقلب)
- أي تسريب من صمامات القلب أو زيادة في سمكها، أو وجود صمام قلب ميكانيكي
- مستويات الأكسجين
- إذا كنت تعانين من ارتفاع ضغط الدم الرئوي (ارتفاع ضغط الدم في الأوعية الدموية التي تقوم بإمداد الرئة)
- أي مشاكل في دقات القلب تعانين منها أو عانيت منها
- الأعراض التي تظهر عليك قبل الحمل
- الأدوية التي تتعاطينها
- أي أوضاع طبية أو عوامل أخرى مرتبطة بأسلوب الحياة، مثل التدخين

من يجب أن أطلب منه معلومات إضافية؟

يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات من طبيبك الممارس العمومي GP، أو الممرض بعيادة الأسرة المسجلة بها، أو ممرض القلب، أو اختصاصي القلب، أو القابلة، أو طبيب الولادة. وقد يحيلونك إلى اختصاصي للحصول على "المشورة قبل حدوث الحمل".

هل يجب أن أمتنع عن تناول أدويتي؟

العديد من الأدوية المصروفة طبيًا آمنة في وقت الحمل، إلا أن بعضها قد يضر الجنين. لذا يجب أن تناقشي هذا الأمر مع اختصاصي رعايتك الصحية قبل محاولة الحمل. في بعض الحالات، قد تُنصحين بالامتناع لمدة معينة عن تعاطي أدويتك قبل حدوث الحمل للتأكد من كيفية استجابة قلبك.

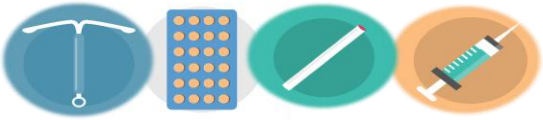
لا تمتنعي عن تعاطي أي أدوية إلا بنصيحة من اختصاصي رعاية صحتك.

يجب أن تتناول النساء اللاتي تحاولن الحمل 400 ميكروجرام من حمض الفوليك مرة في اليوم لتقليل مخاطر شلل الحبل الشوكي (وهو مرض قد يتسبب في عدم نمو العمود الفقري والحبل الشوكي للجنين على النحو الصحيح).
قد تحتاج بعض النساء أيضًا تناول فيتامين د.

أين يمكنني العثور على معلومات حول وسائل منع الحمل؟

يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات من طبيبك الممارس العمومي GP، أو قابلتك، أو الممرض المتخصص، أو اختصاصي القلب، أو طبيب الولادة، أو من خدمات الصحة الجنسية المحلية.

قد لا تلائم بعض أشكال وسائل منع الحمل النساء اللاتي يعانين من مشاكل قلبية معينة. في العموم، فإن وسائل منع الحمل الطويلة المفعول التي يمكن رد مفعولها، مثل حقن البروجسترون أو الوسائل الموضوعة تحت الجلد، هي وسائل آمنة وموثوق فيها ويتحملها الجسم بصورة جيدة. ترد معلومات إضافية حول الحمل على الموقع **www.socn.scot.nhs.uk**



قد أكون حاملًا - فماذا يجب عمله؟

يجب أن تخبري طبيبك الممارس العمومي أو قابلتك أبنك تعانين من مشاكل قلبية في أقرب وقت ممكن. وهذا لأن حملك قد يحتاج مراقبة فريق اختصاصي بالمستشفى.

إذا لم تكوني متأكدة من أنك تريدين مواصلة حملك، يجب طلب المشورة من فريق رعايتك الصحية في أقرب وقت ممكن. إذ يمكن اللجوء إلى وسائل منع الحمل في الحالات الطارئة في مدة تصل إلى خمسة أيام بعد الجماع بدون وسيلة لمنع حمل.

ما الجهات الأخرى التي يمكنني طلب المشورة منها؟

يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات والمشورة والإرشادات من الشبكة الاسكتلندية لأمراض القلب والتوليد Scottish Obstetric Cardiology Network.

الموقع: www.socn.scot.nhs.uk
البريد الإلكتروني: nss.socn@nhs.scot
تويتر: @S_O_C_N

Crystal Mark 23628
Clarity approved by Plain English Campaign

ماذا ينبغي أن أسأل؟

ما المخاطر المرتبطة بحملي وفقًا للتصنيفات المعدلة لمنظمة الصحة العالمية (mWHO)؟

هل يمكن أن يؤثر الحمل على حالة قلبي الراهنة؟

ما وسائل منع الحمل الآمنة في حالتي؟

هل سأخضع لمتابعة مختلفة عما تخضع له الحامل بلا مشاكل قلبية؟

هل تزداد احتمالات إصابة طفلي بقصور في القلب، أو وراثته مشكلة قلبي؟

هل يمكنني أن ألد ولادة طبيعية، أم سأضطر أن ألد ولادة قيصرية؟

ماذا يجب عمله كي يكون حملي صحيًا قدر الإمكان؟

إذا أصبحت حاملًا، من يجب أن أخبره؟

إذا اخترت ألا أحمل، هل هناك طرق بديلة ليكون عندي أطفال؟