

مشروع - نيري (Niitty) 2018 - 2020
<https://projects.tuni.fi/niitty/>
www.facebook.com/niittyhanke/

رئيسة المشروع إرميلي نيمينن (Irmeli Nieminen).
 البريد الإلكتروني: irmeli.nieminen@tuni.fi
 الخبراء أنا أيكاسالو (Anna Aikasalo).
 البريد الإلكتروني: anna.aikasalo@tuni.fi
 الخبراء ياسمين كالجادين (Jasmin Kaljadin).
 البريد الإلكتروني: jasmin.kaljadin@tampere.fi



نيري (Niitty) - نموذج التدريب العائلي الموجه من خلال دعم الأقران للمهاجرين

متابعة الحمل لدى استشارات الأمة

المصادر ومعلومات إضافية:

مؤسسة الصحة والرفاهية (THL) 2013

دليل استشارات الأمة للنساء الحوامل. التوصيات بشأن فعالية استشارات الأمة للنساء الحوامل. دليل 29.

وزارة الشؤون الاجتماعية والصحية فحوصات الغربلة للجنين. مُتاح:
<https://stm.fi/seulonnat/sikioseulonnat>

الصور: www.pixabay.com

Raskauden seuranta äitiysneuvolassa



ماذا يقصد بـاستشارات الأمومة؟

استشارات الأمومة عبارة عن فعالية تُنظمها البلدية، لجميع أولئك الذين لديهم ترخيص إقامة في فنلندا.

في بعض المناطق فإن أولئك الذين بدون أوراق ثبوتية يتبعون إلى نطاق دعم استشارات الأمومة —> تواصلٍ بشجاعة مع الاستشارات في منطقتك وأسألي عن الأمر!

يتم في استشارات الأمومة متابعة حال الأم والجنين، ونسعى لتأمين صحة كليهما.

إذا تمت ملاحظة وجود مشاكل متعلقة بالحمل، فنقوم بتنظيم رعاية لها ومساعدة في أسرع وقت ممكن. يتم إرشادك عند الحاجة للذهاب إلى عيادة الأمومة.

يتم في استشارات الأمومة دعم العائلة كلها.

كما أنه يُرحب بالآباء أيضاً أثناء الزيارات لدى الاستشارات.



من الممكن الحديث في استشارات الأمومة عن كل الأمور



يتم في استشارات الأمومة والطفولة الحديث عن كل الأمور المتعلقة بالرفاهية.

كما أنه من الممكن الحديث عن الأمور المُقلقة. إذا لم تستطع الممرضة تقديم المساعدة، فسوف ترشدك للذهاب إلى خبير آخر!

تم في استشارات الأمومة والطفولة الحديث عن أمور منها

- * علاقة الارتباط الثانية ورفاهية الزوج
- * الأطعاء المعيشية ومدة تأثيرها على الحمل
- * وحمة نظر الأم الحامل بشأن الرفاهية
- * احتياجات الطفل حديث الولادة
- * المشاعر والتوقعات المتعلقة بالولادة
- * شبكات الدعم الخاصة بالعائلة
- * عناصر القوة لدى العائلة



وظيفة استشارات الأمومة بعد الولادة

عندما تذهبى من المستشفى بعد الولادة إلى البيت، فاتصل بمحضرة استشارات الأمومة. بإمكانكما الاتفاق بشأن متى ستأتي الممرضة في زيارة منزلية.

بإمكانك الاتصال بشأن جميع الأمور المتعلقة بالحمل والولادة والمعافاة بعد الولادة، مع ممرضة استشارات الأمومة حتى موعد الفحص اللاحق.

ينتقل الطفل إلى استشارات الطفولة، عندما تكون ممرضة استشارات الطفولة قد جاءت في زيارة منزلية أو ذهبت مع الطفل إلى استشارات الأمومة والطفولة عندما كان عمر الطفل أسبوعين تقريباً.

تم تنظيم فعاليات استشارات الأمومة والطفولة بأشكال مختلفة في مختلف بلديات السكن.

في بعض البلديات تكون ممرضة استشارات الأمومة واستشارات الطفولة هي نفس الشخص.



من المفضل الذهاب لزيارة استشارات الأمومة.

زيارة استشارات الأمومة مجانية بالنسبة للزيائـن.

جزء من ميزات الدعم لكيلا (Kela) (على سبيل المثال معونة الأمومة) مرتبطـة بزيارة استشارات الأمومة.



ننـكلـم عن الفترة التي يستغرقها الحمل بالأـسابـيع. يتم حـساب الأـسـابـيع في موعد أقصـاه يوم بدء الدورة الشـهـيرـية. التـارـيخ المتـوقـع لـلـولـادـة هو $0 + 40 + 0$ أي 40 أسبوعاً مـضـقاـفـاـ إـلـيـه صـفـرـ يـوـمـاـ.

تعـتـبر الـولـادـة أـثـنـاء الفـتـرة الطـبـيـعـيـة، إـذـا حـدـثـت أـثـنـاء أـسـابـيعـ الـحمل

$$6 + 41 - 0 + 37$$



الزيارات أثناء فترة الحمل

عندما تلاحظين أنك حاملاً، فتواصلِي مع استشارات الأمومة في مكان سكتك.

يتم زيارة استشارات الأمومة 11 مرة تقريباً أثناء فترة الحمل:
في أسبوع الحمل 8 - 10 الزيارة الأولى لدى الممرضة
في أسبوع الحمل 13 - 18 فحص طبي شامل (يقوم بإعداده الممرضة والطبيب)
في أسبوع الحمل 22 - 24 زيارة الممرضة (تحصلي على شهادة الأمومة لكيلا)
في أسبوع الحمل 26 - 28 الزيارة لدى الممرضة
في أسبوع الحمل 30 - 32 الزيارة لدى الاستشارات أو تقوم الممرضة بزيارة إلى المنزل
في أسبوع الحمل 35 - 36 استقبال الطبيب
في أسبوع الحمل 37 - 41 استقبال الممرضة كل 1 - 2 أسابيع

يُولد الطفل في المستشفى

تقوم الممرضة بزيارة إلى المنزل بعد 1 - 7 أيام من الولادة بعد الولادة بـ 5 - 12 أسبوعاً، يكون الفحص اللاحق لدى الاستشارات.

يتم أثناء فترة الحمل الذهاب لدى استقبال الطبيب مرتين تقريباً.



الاستعداد العائلي

التحضير العائلي عبارة عن فعالية جماعية، تشارك فيها العديد من العائلات التي تنتظر ولادة الطفل. يتم تنظيمه لجميع أولئك الذين ينتظرون طفلهم الأول. من الممكن اعتبار التحضير للولادة كجزء من التحضير العائلي، حيث أنه من الممكن تنظيمه في مستشفى الولادة على سبيل المثال.
يتم أثناء التحضير العائلي مراجعة أمور منها تلك الأمور المتعلقة بالحمل والولادة ورعاية الطفل.
من الممكن أن يشرف على التحضير العائلي ممرضة الاستشارات العائلية أو خبير آخر.
فعالية مجموعة الوالدين تستمرة بعد الولادة



الزيارات المنزلية

الزيارة المنزلية تعني أن ممرضة استشارات الأمومة تأتي إلى بيت العائلة للحديث وتقديم التوجيهات المتعلقة بالطفل وبرعاية الطفل وبشأن الأمومة والأبوة وبشأن الأمور المتعلقة برفاهية الوالدين.

تتم الزيارات إلى المنزل في نهاية فترة الحمل وبعد ولادة الطفل.



نقوم من خلال الفحص بالموجات فوق الصوتية باستيضاح مخاطر الأمراض الخطرة بالنسبة للجنين.

يُعرض على النساء الحوامل مُختلف الفحوصات، حيث أنه يتم بمساعدتها استيضاح ما إذا كان هناك خطر لأن يُصاب الجنين بأمراض أو متلازمات معينة خطيرة. سوف تحصل على معلومات أدق عن الفحوصات من استشارات الأمومة لديك، ولكن غالباً ما يتم تقديم هذه الفحوصات التي تُعرف بفحوصات الغربلة كما يلي:

1. غربلة شذوذ الكروموسومات، أي بمساعدة ما يُعرف بـ "الغربلة المشتركة" (عينة دم وفحص بالموجات فوق الصوتية أثناء أسبوع الحمل (13 - 9 ما يُعرف بـ "الفحص التكوبني بالموجات فوق الصوتية" أثناء أسبوع الحمل 18 - 24، بإمكاننا حينئذ تقييم أعضاء الجنين كالمخ والقلب.
- 2.

المشاركة في الفحوصات طوعية. إذا ظهر أمر مُقلق من خلال الفحوصات، فسوف يتم إرشادك لإجراء فحوصات تكميلية.



ما هي الأشياء التي تتم متابعتها في استشارات الأمومة ولماذا؟



ضغط الدم

ضغط الدم المرتفع بقدر زائد عن الحد من الممكن أن يشير إلى حالة ما قبل تسمم الحمل، حيث أنه من الممكن أن يشكل خطراً على الأم وكذلك على الجنين إذا لم يعالج.

فحص البول

يُفحص من البول السكر والبروتينات. إذا كان هناك سكر في البول، فمن الممكن أن تكون قدرة الألم ضعيفة على تحمل السكر، ويجب علاج ذلك. من الممكن أن يشير ذلك إلى مرض السكري أثناء الحمل. البروتينات التي تظهر في البول من الممكن أن تُشير إلى حالة ما قبل تسمم الحمل.

الوزن

زيادة الوزن الملائمة تُشير إلى رفاهية الألم والجنين. أساليب الممرضة كم قدر الزيادة في الوزن الملائمة بالنسبة لك. يتوجب أن يزداد الوزن في المتوسط تقريرًا 8 - 12 كيلو جرام.



الهيموجلوبين وعينات الدم

يتم فحص من خلال عينات الدم من الألم في بداية الحمل أمراض معدية وفصال دم مُعينة. من الممكن عند الحاجةأخذ فحوصات الدم فيما بعد أثناء فترة الحمل ..

يُفحص الهيموجلوبين من خلال عينة الدم من طرف الإصبع. الهيموجلوبين المنخفض يُشير إلى الأنemia أي فقر الدم. يساعد في ذلك تناول إضافة الحديد.

نمو الجنين ووضعيته داخل الرحم

يتم تقييم نمو الجنين من خلال تحسس الجنين من فوق البطن. بذلك تستوضح وضعية الجنين. يتوجب أن تكون رأس الجنين إلى الأسفل قبل الولادة.

يتم تقييم نمو الجنين أيضًا بقياس ارتفاع قاع الرحم بشرط القياس من فوق البطن.



الأطياع المعيشية وحال الألم وأحوال الوالدين

يتم الحديث عن حال الألم وعن الأطياع المعيشية في كل زيارة! أبلغ عن مشاعرك بأمانة. بإمكان الممرضة تقديم الدعم لك ولزوجك طوال فترة الحمل.

