

كيف يؤثر الحمل على الجهاز الهضمي؟

تعرف فترة الحمل ، منذ بدايتها حتى الولادة ، على انها مرحلة دقيقة وحرجة بعض الشيء ، وحيث يجب على كل امرة حامل ايلاء اهمية كبيرة للعناية بنفسها وبالجنين منذ اليوم الأول لهذه المرحلة.

وتعتبر فترة الحمل مليئة بالمتاعب والإرهاق ، لكنها بالوقت نفسه من أجمل المراحل التي تعيشها كل امراة وبداية شعورها بالأمومة ، مما يجعلها تتحمل كافة المشاكل التي تصيبها وأعراض الحمل . يعد الجهاز الهضمي من أكثر أجهزة الجسم تأثراً بالحمل ، يتمثل ذلك بالقيء والغثيان والأعراض التي تحدث للحامل.

تبدأ مشاكل الجهاز الهضمي بالظهور من الشهر الأول للحمل ، وذلك بسبب تغيير الهرمونات ، مثل الإستروجين والبروجستيرون ، لذا ، يعاني الجهاز الهضمي من بعض الأعراض طوال هذه الفترة تقريباً.

كيف يؤثر الحمل على الجهاز الهضمي؟

القيء

تصيب مشكلة القيء ما يقرب حوالي 22 إلى 55% من النساء الحوامل . تصاب الحامل بالقيء خلال الأسابيع الأربع الأولى من الحمل . قد تمتد هذه المشكلة إلى الأسبوع العاشر تقريباً .

ويختفي هذا العرض ، بمعظم الحالات ، في الأسبوع الثامن عشر الى الأسبوع العشرين ، كما تلعب كذلك التغيرات الهرمونية دور كبير بالإصابة بالقيء المفرط ، بحالات حمل التوأم والحمل العنقودي ، بالإضافة الى ذلك ، يصاحب القيء حدوث ألم في البطن.

الغثيان

يصيب الغثيان نسبة 50 إلى 90% من النساء في فترة الحمل ، وخاصةً في الأشهر الثلاث الأولى من الحمل . ترتفع فرص الإصابة بالغثيان في حال الحمل الأول والحمل بسن صغيرة ، كما انه يصيب المدخنات والبدينات أكثر من غيرهن.

يسمى غثيان الحمل بالغثيان الصباحي ، لأنه يحدث بمعظم الحالات في

الصباح وبعد الاستيقاظ من النوم ، لكنه من الممكن ان يحدث بأي وقت آخر من اليوم.



القرحة الهضمية

تزداد الإصابة بالقرحة الهضمية لدى النساء الحوامل ، نتيجة التدخين وشرب الكحوليات وتناول المسكنات والاضطرابات النفسية ، بالإضافة إلى الإصابة السابقة بالقرحة الهضمية .

تشابه أعراض القرحة الهضمية خلال فترة الحمل مع أعراض القرحة في الأيام العادية ، وهي تشمل الشعور بعسر الهضم وحدوث ألم في المعدة والغثيان والقيء ، وقد يتطور الأمر لحدوث نزيف في الجهاز الهضمي ، بالنسبة للحالات المزمنة.

الإمساك

تصاب نسبة تصل إلى 28% من النساء خلال فترة الحمل بالإمساك ، بسبب نقص هرمون موتيلين وبطء حركة القولون والأمعاء . كما يؤدي تناول مكملات الحديد لزيادة فرص الإصابة بالإمساك خلال هذه المرحلة .

لا يشكل الإمساك أي مشكلة على الجنين وهو يصاحب حدوث البواسير وانتفاخ وغازات في البطن ، وحيث يجب معالجة هذه المشكلة تحت استشارة الطبيب المختص ، بما ان أغلبية المصابات محظورة ولا يجب استخدامها خلال الحمل.



الإسهال

يصيب الإسهال تقريبا نسبة 34% من النساء الحوامل ، وهو يحدث بسبب الميكروبات المعدية ، خاصة ميكروب السالمونيلا والطفيليات والفيروسات ، بالإضافة للتسمم الغذائي والدوائي . ويعود السبب خاصة أن معدة المرأة تكون أكثر حساسية من أي وقت آخر أثناء الحمل ، لذلك ، يمكن أن تتناول الأدوية المضادة للإسهال ولكن بالتأكيد تحت إشراف الطبيب.

الحموضة

تتعرض نسبة 45 - 80 % من النساء الحوامل الى مشكلة الحموضة في

المعدة وارتجاع المريء . يصاب بهذه المشكلة أكثر من 50% من النساء خلال فترة الثلث الثاني من الحمل ، كما تتعرض المرأة الى لارتجاع الحمضي نتيجة بقاء حركة المعدة والتقلبات الهرمونية وضعف انقباض العضلة العاصرة.

