مخاوف المخاض والولادة

ندخل غرفة الولادة لمعرفة مخاوف المخاض والولادة وما إذا كانت تستحق القلق!

لا أحد قال أن عملية الولادة سهلة.

ومع العديد من السيناريوهات المحتملة المختلفة التي يمكن أن تحدث، هناك احتمال الحصول على بعض المفاجآت مهما خططت ليومك العظيم. لذلك فمن الطبيعي أن تكوني خائفة بعض الشيء، سواء إذا كان هذا طفلك الأول أو الثالث. ولكن لا تقلقي، نحن هنا لمساعدتك على تخطي هذه المرحلة!

هل سأصل إلى المستشفى في الوقت المناسب؟

الخبر السار هو أن فترة المخاض تستمر حوالي ثماني ساعات. لذلك، إحصائيا، هذا يعني أن فرصك في ولادة طفلك على جانب الطريق السريع في مكان ما ضئيلة جداً. هذا لأن للطفل مشوار طويل قبل وصوله إلى أسفل قناة الولادة. سيكون هناك الكثير من علامات التحذير التي توجّه لك الانذارات للذهاب إلى المستشفى مثل التشنج الشديد، آلام الظهر، التقلصات الثابتة، وتمزّق الأغشية.

هل سيمكنني تحمّل الألم؟

نحن نعلم أن تخيل كل هذا الألم هو بالتأكيد مخيف للغاية. ولكن تذكري: خلق جسمك للقيام بذلك ولتحمّل الألم. عندما تدخلين مرحلة المخاض، سوف تعمل هرمونات الاندورفين وتتأهب لكي يتولّى جسمك الألم كما لم يسبق له مثيل من قبل. وبطبيعة الحال، في حالة أن الألم وصل إلى مرحلة يكون فيها أكثر من اللازم وفترة المخاض تستمر لساعات أطول من المتوقع، يمكنك طلب الحصول على إبرة بنج إذا كنت في حاجة إليها.

هل سيتمزّق جسمي؟

لا بد من أن بعض التمزق سيحدث إذا كانت الولادة طبيعية عن طريق المهبل. سوف ينتهي بك المطاف في نوعين من التمزّق: التمزق من الدرجة الأولى أو من الدرجة الثانية. يعتبر التمزق من الدرجة الأولى (أو التمزق السطحي) صغير جدا ويتطلب بضع الغرز. في حال كان تمزّق من الدرجة الثانية، فهو تمزّق أعمق قليلا، ويصل إلى العضلات

تحت الجلد.

هل سأتألم من إبرة البنج؟

ربما أخذت فكرة أن إبرة البنج مؤلمة ومرعبة. في حين أن بعض الامهاتٍ يتذكرن أنها ضخمة ومؤلمة، البعض الآخر يقلن انها ليست شيئاً مخيفاً. الإبرة ستوضع في ظهرك، وربما لن تريها على أي حال. إن كنت قلقة حول الوجع المرفق مع الإبرة، معظم الامهات يوافقن الرأي بأنهن بالكاد شعرن بها.