

علامات تدل على موعد الولادة الطبيعية

تنشغل الحامل بالتفكير كثيراً بموعد ولادتها في الأشهر الأخيرة من الحمل وخصوصاً إذا إنها ولادتها الأولى وتضع كل امرأة حامل عدد من الأسئلة أمامها وتطرحها على نفسها باستمرار وتواصل التفكير بالأمر والقلق حوله.

تتعد تساؤلات الحامل بما يتعلق بموعد الولادة مثل كيف ستحصل الولادة، متى يحين موعدها وكيف تعلم بعلامات الولادة؟ يوجد حل بالنسبة لكافة هذه التساؤلات وتساعدك على التهيؤ للولادة الطبيعية بطريقة أفضل وبعيداً عن القلق والتوتر والجهل خصوصاً. كما عليك أن تعيشي الفترة الأخيرة من الحمل بكامل الراحة والطمأنينة بعيداً عن القلق والخوف والتوتر، الأمور التي تصعب عليك الحمل والولادة وتؤثر على صحتك النفسية والجسدية وبالتالي تنعكس على صحة الجنين.

بالنسبة لكل أم حامل للمرة الأولى وقد اقترب موعد الولادة وحيث تعيش في مرحلة من الضياع والتساؤلات العديدة نقدم لك أبرز العلامات التي تدل على موعد الولادة الطبيعية. فتمتع الولادة الطبيعية بالكثير من الإيجابيات وهي تساعدك على الابتعاد عن خطر التدخل الجراحي خلال الولادة القيصرية وتمتع بفترة تعافي قصيرة مقارنة بالولادة الجراحية كما أنها تساعدك على الحصول على النشاط والتحرك بطريقة أفضل بعد الولادة وبالتالي تساعدك عن الابتعاد عن اكتئاب ما بعد الحمل.

تتمثل أهم العلامات التي تشير على موعد الولادة بالشعور بتقلصات متقاربة وشديدة في أسفل الظهر والبطن، ظهور إفراز بني اللون ومن الممكن أن يكون مصاحب بالقليل من الدماء، الشعور بأن رأس الجنين أتخذ موضعه الى الأسفل، الإحساس بثقل وزن الجنين وأنه أصبح في أسفل البطن، الضغط الكثيف على المثانة، التبول كثيراً، نزول ماء بسبب إنكسار كيس الماء وحيث تعد هذه العلامة الإشارة الأهم على بلوغ وقت الولادة. عند الشعور بكافة هذه العلامات فعليك إبلاغ طبيبك بالأمر على الفور والتوجه الى المستشفى لتحديد وقت الولادة.