ما هي فرصك للحمل بعد سن الأربعين؟

هل بلغت سنّ الأربعين وتتساءلين عن نسبة فرص الحمل ؟ و ما هي فرصك للحمل بعد سن الأربعين؟ بالتأكيد ان كنت اصبحت في هذا السن ، ستخطر على بالك هذه الأسئلة وسيكون لديك القليل من المخاوف.

ما هي فرصك للحمل بعد سن الأربعين؟

في حال كانت المرأة لا تعاني من مشاكل صحية مزمنة فيمكن أن تكون فرص الحمل لديها في سن الأربعين موفقة وعادية ، بالإضافة الى إن كانت الدورة الشهرية لديها لا تزال منتظمة. مع تقدم المراة في السن ، تكثر مشاكل الرحم ولخبطات الدورة ولكن ان كانت تعيش حياة صحية طبيعية ، فإن فرص حملها توازي فرص حمل الامرأة بعمر صغير.

قد لا يكون الحمل في عمر الأربعين سريعاً ولكنه ليس مستحيلاً وهذا يتعلق بصحة البويضات لدى المرأة.

ما هي مشاكل الحمل بعد سن الأربعين؟

أما بالنسبة لمشاكل الحمل في سن الأربعين ، فقد يكون الحمل طبيعياً وبعيداً عن المشاكل الصحية ، لكن من ناحية أخرى هناك بعض الصعوبات التي قد تواجهها الحمال في هذا العمر ، ومن بينها تحرك المشيمة عن الرحم والنزيف المهبلي والذي قد يسبب بالولادة المبكرة.

بالإضافة الى ذلك، خلال الحمل في سن كبير ، قد يصاب الجنين بسكري الحمل أو بأمراض تنفسية مع الولادة كما قد يصيب الجنين بمتلازمة داون.

بعد تخطي المرأة عمر الأربعين ، من الممكن ان يعرّض الحمل في هذا السن المرأة والجنين إلى بعض المخاطر . لكن مع تطوّر الطب والتكنولوجيا الطبية ، أصبح الحمل فيعمر متقدم أكثر أماناً من قبل ولكنه لا يخلو من الصعوبات والمخاطر.

ما هي مخاطر الحمل بعد الأربعين؟

لا تعاني جميع النساء اللواتي تخططن للحمل في هذا السن وما بعد من الصعوبات نفسها ، وحتى أن بعضهن تحملن بشكل طبيعي ودون حدوث أي مشاكل واضطرابات.

لكن يوجد بعض المشاكل التي قد تواجه المرأة لدى التخطيط للحمل بعد سن الأربعين والتي عليها أن تأخذ حذرها منها. فيسبب إنخفاض معدّل انتاج البويضات بجسم المرأة بزيادة فرص مشاكل العيوب الخلقية لدى الجنين ومشاكل الكروموسومات ويرفع من نسبة الإجهاض.

كيف تتحضرين للحمل بعد الأربعين؟

زيارة الطبيب

يشمل التخطيط للحمل في هذا السن ، زيارة الطبيب والخضوع للفحوصات الروتينية واللازمة مثل فحص معدّل ضغط الدم والسكري والخصوبة ، لأن الطبيب يمكنه ان يكشف أي مشكلة صحية تؤثر سلباً على الحمل واعطاء الحل والعلاج المناسب لحالتك.

ان كنت تتناولين دواء لحالة مرضية مزمنة ، مثل قصور الغدة الدرقية ، عليك إجراء فحص دم قبل التخطيط لحدوث الحمل من اجل التأكد من ان حالتك الصحية هي جيّدة. في اي حالة مرض مزمن ، ستحتاجين للقيام باختبارات دورية طوال فترة الحمل وحتى قد يحتاج طبيبك لتغيير جرعة الدواء مع الوقت.

اتباع نظام غذائي صحي

يتطلب التخطيط للحمل بعد سن الأربعين اتباع نظام غذائي صحي وسليم . تحضر الأغذية الصحية الجسم وتقوّيه من اجل استقبال الجنين كما تمد الطفل بعد الولادة بالأغذية المناسبة.

ومن الضروري ايضاً ان تحافظ المراة الحامل على وزن صحي ، ومراقبة نفسها دائمًا ان كانت تعاني من زيادة أو نقص الوزن ، فقد يتأثر فرص حدوث الحمل سلبي بالوزن غير السليم . في حال حدث الحمل ، قد يعرّض سوء التغذية والوزن غير السليم صحة الجنين لأخطار صحية عديدة.

توقّع الحمل بتوأم

بعد سن الأربعين ، تزداد فرص المراة إنجاب التوائم أو التوائم الثلاثية ، خصوصًا ان خضعت لتقنية الـIVF ، التي تزيد فرص الحمل.