

ما هي مؤشرات المخاض؟

لقد حلمت بمجيء هذا اليوم وتوقعت الوصول إلى هذه الفترة بعد الحمل بطفلك لمدة تسعة أشهر. لذا، من الممكن أن تقلقي ولا تعرفي أنك دخلت في مرحلة المخاض! هل حان الوقت لأخذ حقيبة المستشفى والذهاب إلى غرفة الولادة؟ لكي تعرفي جيداً، ابحثي عن هذه المؤشرات التي تشير إلى المخاض:

1. خروج القليل من الدم. تعرف أيضاً بعبارة "العرض الدموي". يحدث هذا النزيف الخفيف قبل فترة الولادة بدقائق أو حتى ساعات.
2. ظهور نوع من المخاط أو الغشاء السميك. هذا الغشاء يمكن أن يسقط على مرحلة واحدة أو بطريقة متجزئة. فيظهر عندما تدخلين إلى الحمام.
3. تمزق الكيس الأمنيوسي (يعرف أيضاً بكيس الماء). إن تمزق الكيس الأمنيوسي، فسوف تلاحظين على الفور لأن السوائل سوف تتدفق منك. تمزق الأغشية هو انسياب السائل أو تدفقه بقوة من المهبل بعد تمزق كيس السائل المحيط بالجنين. السائل في الغالب صافي اللون ولكن قد يتغير لونه إلى اللون الأبيض أو الأخضر. يمكن أن يتمزق كيس الماء في أي وقت. إذ يمكن أن يتمزق قبل أن تشعرين بأي تقلصات وقد يتسرب السائل أثناء التقلص. إن كنت تشعرين أنك هزيلة و لا تعرفين إن كانت السوائل بول أو تسرب بسيط من سائل الكيس الأمنيوسي، فمن الأفضل الاتصال بطبيب لكي يفحصك على الفور. و لكن، في حالات قليلة جداً تتسرب السوائل بشكل بطيء قبل الولادة. في هذه الحالات، ستحتاجين لفحوصات مفصلة عند عيادة طبيبك أو في المستشفى.
4. الاحساس بطاقة مفاجئة و الحاجة إلى تنظيف المنزل لكي يشع و يستقبل الرضيع الجديد!
5. التقلصات العادية. التقلصات هي عندما يحدث انقباض وانبساط في عضلات الرحم حيث يستعد الرحم لإخراج الجنين. من الصعب جداً التمييز بين التقلصات الكاذبة و التقلصات الحقيقية. إذا كانت الانقباضات غير منتظمة، تركزت في أسفل البطن، أو لا تزداد سوءاً مع مرور الوقت، قد تكون كاذبة. حاولي أن تتجولي - هل الألم ينحسر قليلاً؟ إن كان كذلك، فليست حقيقية. التقلصات الحقيقية هي الانقباضات العادية، و لكنها تزيد

وضوحاً خلال فترة المخاض وترتكز في منطقة الحوض.

لا تقلقي و تحلّلي كثيراً! و لكن، إن كنت في المراحل الأولى من المخاض، ارفعي سماعة الهاتف و اتصلي بطبيبك!