

ما هي مؤشرات المخاض؟

لقد حلمت بمحيء هذا اليوم وتوّقعت الوصول إلى هذه الفترة بعد الحمل بطفلك لمدة تسعه أشهر. لذا، من الممکن أن تقلقی ولا تعرّفی أنك دخلت في مرحلة المخاض! هل حان الوقت لأخذ حقيبة المستشفى والذهاب إلى غرفة الولادة؟ لكي تعرّفی جیداً، ابحثی عن هذه المؤشرات التي تشير إلى المخاض:

1. خروج القليل من الدم. تعرف أیضاً بعبارة "العرض الدموي". يحدث هذا النزيف الخفيف قبل فترة الولادة بدقاائق 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 أیضاً 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 الماء في الجنين. السائل في الغالب صاف في اللون ولكن قد يتغير لونه إلى اللون الأبيض والأخضر. يمكن أن يتمزق كيس الماء في أي وقت. إذ يمكن أن يتمزق قبل أن تشعري بأي تقلصات وقد يتسرّب السائل أثناء التقلص. إن كنت تشعرين أنك هزيلة ولا تعرفي إن كانت السوائل بول أو تسرب بسيط من سوائل الكيس الأمنيوسي، فمن الأفضل الاتصال بطبيب لكي يفحصك على الفور. و لكن، في حالات قليلة جداً تتسرّب 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 ويستقبل الرضيع الجديد!
5. التقلصات العاديّة. 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، تركّزت في أسفل البطن، أو لا تزداد سوءاً مع مرور الوقت، قد تكون كاذبة. حاولي أن تتجولي - هل الألم ينحسر قليلاً؟ إن كان كذلك، فليس حقيقة. التقلصات الحقيقية هي الانقباضات العاديّة، و لكنها تزيد

وضوحاً خلال فترة المخاض وترتكز في منطقة الحوض.

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