فى صحة المرأة

للدكتور أحمد عمار
أستاذ الولادة وأمراض النساء
بجامعة فؤاد الأول

تقـــديم

هذا كتيب جمع بين دفتيه طائفة من المقـالات والأحاديث ينتظمها جميعا عنوان: «فى صحة المرأة». كنت قد دعيت الى كتابتها فى بعض الصحف أو القائها فى المذياع . ولم يكن فى نيتى أن أطالع القراء بها كتابا اذ هى لم تعد لهذا الغرض ، ولم يراع فيها أن تحيط بالموضوع احاطة شاملة . ولكن كثيرا ممن قرأهـا أو سمعها من أفاضـل الأصدقاء قد أحسن الظن بها ورغب الىّ فى أن أصونها من الضياع بجمعها فى كتاب . وقد واتتنى على ذلك بعض الظروف فلم أتوان عن انتهازها استجابة لرغبتهم وعملا على مرضاتهم .

فان أكُ بهذا قد أرضيتهم فحسبى رضـاهم . وان يك فى الكتاب نفع لقارىء أو قارئة فى ثقافة أو صحة فنعم مضاعف الجزاء .

الدكتور أحمد عمار

مقالات

نشرت فى الصحف

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى

قرآن كريم

« ويسألونك عن المحيض قل هو أذى فاعتزلوا النساء فى المحيض ولا تقربوهن حتى يطهرن » • لله در ابن الدحداح وابن حضير وابن بشر فقد سألوا النبى صلى الله عليه وسلم عما يتبع فى أمر النساء فى المحيض ، وقد كان العرب فى المدينة وما حولها يفعلون كما يفعل اليهود من افراطهم فى مجانبة النساء مدة الحيض فلا يجالسونهن ولا يؤاكلونهن ، حين كان النصارى لا يتحرجون من اتيان نسائهم فى الحيض. فكان الجواب أن نزلت هذه الآية الكريمة قصدا بين هذا وذاك . وأمر الله باعتزال النساء فى المحيض من حيث الجماع فحسب .

والمحيض والمحاض والحيض والطمث هو سيلان الدم من الرحم فى دورة منتظمة فيما بين سن البلوغ حول الثانية عشرة أو الثالثة عشرة وسن اليأس حول الخامسة والأربعين الى الخمسين • والمحيض مصدر كالمجىء والمبيت والمغيب • وتسمى المرأة حائضا • وطامثا • وعاركا • وفاركا • وضاحكا • وكابرا ودارسا . ودورة الحيض تتكرر ما بين ثلاثة أسابيع وخمسة ومتوسطها نحو أربعة أسابيع وتعتبر طبيعية ما دامت على وتيرة واحدة أى كل ٢٥ يوما أو كل ٣٠ يوما مثلا وتسمى دورة حيضية منتظمة . أما مدة الحيض نفسه فتتراوح من ثلاثة أيام الى خمسة أو ستة ، وقد تزيد وقد تنقص . وأما كمية الدم الذى يفقده الجسم فى الحيض الطبيعى فتتراوح بين ٥٠ الى ١٥٠ سنتيمترا مكعبا من الدم وقد تزيد أو تنقص كذلك . والعبرة فى الحيض أن يكون على وتيرة واحدة فى المرأة الواحدة . أى متماثلا فى دورته وفى مدته وفى كميته ، مع اختلاف يسير لما تقتضيه

بعض المؤثرات الخارجية الطارئة مثل ارتفاع الحرارة أو التعب أو الانفعال النفسى أو تغيير بلد الاقامة مما يحدث اضطرابا فى الحيض مرة أو اثنتين ، ولكنه يعود الى سيرته الأولى من الانتظام بزوال هذه المؤثرات الطارئة . كما قد ينقطع الحيض انقطاعا تاما لمدة دورة أو دورتين فى النساء اللاتى يرغبن فى الحمل رغبة شديدة أو يخشينه خشية شديدة. وقد تكون دورات الحيض مختلفة كل الاختلاف فى عشرين امرأة مثلا وكلهن مع ذلك فى حالة طبيعية .

ولعل القارىء لا ينسى أننا نتحدث عن الحيض الطبيعى فيما أسلفنا أما غير الطبيعى ففيه الأعاجيب . فمن حيض منقطع انقطاعا تاما . الى حيض شديد مخيف يخيل الى من يراه أنه قد استنزف نصف دم المرأة كما يحدث فى بعض الأورام الليفية أو بعض الأكياس المبيضية . الى حيض يخرج من الرحم كل شهر ولكنه لا يظهر خارج الأعضاء التناسلية وهو ما نسميه « الحيض المختفى » وينشأ من انسداد فى طريق سيلان الدم من الرحم كانسداد فى غشاء البكارة ، أو انسداد فى المهبل أو عنق الرحم مسبب عن عيب خلقى أو اصابة أو عمل جراحى مخطىء .

أما ما يصاحب الحيض من الأعراض ولا سيما الألم فقد أفردنا له مقالا خاصا يراه القارىء تحت عنوان « عسر الحيض » .

ودم الحيض يخرج من الغشاء المخاطى الذى يبطن جسم الرحم ولا شأن فى ذلك لعنق الرحم مطلقا . ويخرج هذا الغشاء المخاطى نفسه مع الدم على صورة قطع صغيرة ممزقة سابحة فى دم الحيض . ثم يأخذ الرحم فى اعداد غشاء جديد للدورة الحيضية التالية ينمو من بقايا الغشاء القديم كما ينمو الزرع من جذوره بعد حصاده . فيزداد سمكه تدريجا وتنمو غدده وتفرز مادة مخاطية وتنتفخ الأوعية الدموية وتمتلىء بالدم . حتى

اذا حان موعد الحيض التالى تفجرت الأوعية الدموية فينزل منها الدم حاملا معه الغشاء الجديد كما تتفجر أنابيب الماء فى جدر حجرة مبطنة بالورق فيسيل منها الماء ويحمل معه هذه الغلالة من الورق التى كانت تكسو جدر الحجرة ثم تتكرر هذه الظاهرة العجيبة كل شهر الى أن يحدث الحمل فينقطع الحيض نحو تسعة أشهر الى أن يحل موعد الولادة ويستمر انقطاعه فترة أخرى — قد تطول وقد تقصر — فى أثناء الرضاعة ثم يعود الحيض الى الظهور فى دوراته هذه العجيبة .

ولعلى قد أثرت دهشة القارىء أو حفزته الى التساؤل عن سر هذه الظاهرة المتكررة وعن وجه الحكمة فيها . زعم الأقدمون أن دم الحيض يخرج من جسم المرأة ليطهره من عناصر فاسدة تراكمت به . وهو قول مردود لا يقبله العقل . والا فلم اختص الله سبحانه وتعالى جسم الأنثى به ؟ والرجل لا يحيض وهو مع ذلك فى كامل صحته . ثم ان للمرأة والرجل كليهما أعضاء وظيفتها افراز المواد الفاسدة من الجسم هى الأمعاء والكليتان والرئتان والجلد . ولعل ذلك الزعم هو الأصل فى مجانبة اليهود للمرأة فى الحيض اذ كانت فى نظرهم نجسة غير نظيفة . أما الدليل القاطع على فساد هذا الرأى فهو النظر فى محتويات دم الحيض على ضوء العلم . فهو لا يختلف عن الدم الطبيعى الا فى احتوائه على مقادير أكبر من أملاح الجير (الكالسيوم) وعلى مواد مخاطية لا توجد فى دم الدورة الدموية وفى انه لا يخثر أى لا يتجمد اذا ما حفظ فى وعاء أو أنبوبة اختبار . وبيان السبب فى ذلك يقتضى بحثا ليس مجاله هذا المقال . وانك لتسمع أحيانا من العامة أن رجلا مات مسموما لأن زوجه دست له دم الحيض فى طعامه . وهو ضرب من الخيال اذ أن دم الحيض لا يحتوى على أية مادة سامة للانسان أو ضارة به . على انه قد تكون به مادة سامة لبعض النبات فالمشاهد أن الأزهار المقطوفة تسرع الى

الذبول اذا قامت الحائض على أمر ترتيبها وتعهدها كما أن هناك نباتا مائيا اسمه (Lupinus Albus) وهو نبات ينمو فى الماء فى ترف وسخاء . اذا أضيفت قطرات قليلة من دم الحيض الى ماء اناء به هذا النبات فان نموه يقف فى سرعة ملحوظة .

والحقيقة فى أمر الحيض أن الرحم يعد نفسه اعدادا عظيما فى بطء وأناة لاستقبال ضيف عزيز يرجو أن يحل بساحته وما هذا الضيف الا بيضة يكون قد تم لها التلقيح فتجد التربة صالحة مهيأة فتحل بها على الرحب والسعة (وهذا هو الحمل) فاذا لم يقبل هذا الضيف فى موعده المرتقب فان الرحم ينبذ ما أعده ويدفعه الى خارجه (وهذا هو الحيض) ثم يأخذ فى اعداد العدة من جديد لعل الحمل يحدث فى الشهر الذى يليه .

وهكذا نرى الرحم فى مشغلة دائمة بهذا الاعداد الى أن يتاح له الحمل فينقطع الحيض ، تماما كما تعد وليمة لضيف تنتظره فى موعد معين ثم تأتيك منه برقية فى اللحظة الأخيرة ينبئك فيها أنه لن يستطيع الحضور وربما يستطيع ذلك بعد شهر . فيفسد عليك ما أعددته فتتلفه . ثم تعد وليمة أخرى فى الموعد التالى ولكن ضيفك ذا التيه والدل يعتذر من جديد وأنت دائب على اعداد ولا تملك هذه حتى يأذن الله فيوافيك ضيفك .

وعلى هذا فالحيض اقرار من الرحم بأنه أخفق فى استقبال البيضة الملقحة أو بمعنى آخر اعتراف بأن الحمل لم يحدث بعد .

هـذا هو الحيض أما « الاستحاضة » فهى نزول دم من الرحم فى غير أوقات الحيض المنتظمة . وهى عرض لأمراض كثيرة تصيب جهاز المرأة التناسلى . وليس مجاله هذه الكلمة .

والأذى هو المكروه . والمقصود هنا ان الجماع فى المحيض أمر مكروه كما يدل عليه باقى الآية الكريمة . لأنه ضرر يصيب المرأة والرجل جميعا ، ضرر متعدد الوجوه متشعب النواحى .

فأما فى المرأة فمن المسلم به من الناحية الطبية أن مقاومة المرأة للأمراض تنقص الى حدها الأدنى فى أثناء الحيض فتكون أكثر تعرضا للعدوى اذا ما دخلت جراثيم الأمراض المهبل أو عنق الرحم . وهو أمر كثير الحدوث فى الجماع . اما فى غير أوقات الحيض فان هذه الجراثيم لاتستطيع الاعتداء على الجسم نظرا لشدة مقاومته .

وهو أذى للمرأة لأن الأعضاء التناسلية تكون محتقنة فى الحيض . فاذا أضيف الى هذا ما ينشأ عن الجماع من الاحتقان الشديد فقد يؤدى ذلك الى نزف ولا سيما اذا كان بالأعضاء التناسلية أورام أو التهابات .

وهو أذى للمرأة لأنها تكون فى الحيض مضطربة الأعصاب . والجماع يحدث من الانفعال النفسى ما يزيد فى هذا الاضطراب وربما منع ذلك نزول الحيض فتختل الدورة الحيضية بعد ذلك .

وهو أذى للمرأة لأنه قد يصدها عن الاختلاط الجنسى لما يحدثه أحيانا من الاشمئزاز والنفور النفسى . وانى لأعرف نساء كرهن الجماع كراهية دائمة منذ أول عهدهن به ليلة العرس لما استقر فى أذهانهن من أنه عمل حيوانى غير مهذب لفعلة نابية عن الذوق السليم أتاها أزواجهن . وهى صدمة نفسية يعرفها علماء النفس .

وهذا الأذى بعينه هو ما قد يصيب الرجل عند أداء الجماع فى الحيض ويزيد فى مقداره ما يصاحب الحيض من القذر وكريه الرائحة أحيانا .

وهو أذى للرجل لأنه يعرضه لالتهاب مجرى البول اذا ما تسرب

بعض دم الحيض اليه حاملا معه جراثيم الأمراض وقد يؤدى ذلك الى امتداد الالتهاب الى المثانة والحالبين والكليتين .

وهو أذى للرجل لأن الجماع فى أثناء الحيض اسراف فى الجماع من جانب الرجل فى وقت مقطوع فيه بعدم حدوث الحمل — وهو كما تعلم الغرض الأسمى من الجماع — ووجه الأذى هنا انه يجعل الرجل ذا الحيوان المنوى الضعيف ، المحدود الحيوية والعدد ، غير قادر على احداث الحمل فى وقته المناسب بعد الحيض . والحيض على كل حال يمكن اعتباره فترة استجمام للرجل أيا كانت قوته يكون بعدها أشد رغبة فى الجماع ، وأكثر اقبالا عليه .

وبعد فانى أسأل الله أن يهديك أيها القارىء الى الخير ، ويصرفك عن الشر ، وأن يعصمك من الزلل ، وينزهك عن الأذى .

وَنُقِرُّ فِي الْأَرْحَامِ مَا نَشَاءُ إِلَىٰ أَجَلٍ مُسَمًّى

قرآن كريم

هل تريد أيها القارىء الكريم أن أدلك على طريق من أيسر الطرق للايمان بالله وبعظيم قدرته وبديع خلقه ؟.

اذن فألق نظرة فى علم الأجنة : انظر الى البيضة ذات الخلية الواحدة كيف تصير علقة ذات خلايا عدة ، ثم تصير العلقة مضغة ذات خلايا أكثر عددا .

وانظر كيف تصير هذه المضغة بعد ذلك جنينا صغيرا قد فصلت خلاياه الى طبقات ثلاث يخرج من كل طبقة منها مجموعة من الأنسجة متشابهة أول الأمر حتى اذا تم نموها واستواؤها واتخذت سمتها صارت مختلفة أشد الاختلاف ، ثم انظر كيف يتدرج هذا الجنين فى بطء وفى اتساق عجيب ، فيمر فى هذه السلسلة المنتظمة التى تمثل تطور الخليقة فى سلم الارتقاء الذى يشمل جميع الكائنات الحية ، حتى اذا ما تهيأ له كامل نموه وتكوينه صار هذه الآلة الرائعة ذات الأذن المصغية والعين المبصرة والقلب النابض والعقل المدبر والأطراف المتحركة برأه بارىء الكائنات وأبدعه بديع السموات والأرض فتبارك الله أحسن الخالقين .

بل انظر كيف يرث هذا المخلوق من الصفات والملامح والألوان ما يرث على نهج ثابت لا يتغير وطبقا لقوانين الوراثة التى كشف عنها العلم الحديث . نصفها عن أبيه ونصفها الآخر عن أمه ، ولكن منها ما يسيطر على الآخر فيخفيه ، ثم انظر كيف تتماثل هذه الصفات والملامح والألوان فى الأخوة الذين يحملهم هذا الرحم المرة بعد المرة ، مما يحير العقول ويخلب الألباب .

أما خلق الذكر والأنثى وكيف أن الله جلت قدرته يهب لمن يشاء ذكورا

ويهب لمن يشاء اناثا فهو عجب من العجب ، وان العلم — على ما بلغ من دقة البحث والاستقصاء -- لم يصل الى كنه ذلك بعد ، ولا يزال سره غامضا أشد الغموض . قال قوم من العلماء ان المسئول عن تقرير الجنس هو الزوج ولقد استطاعوا أن يتبينوا نوعين من الحيوانات المنوية نوعا صغيرا ونوعا أكبرحجما ، ينتجأحدهما الذكور والآخر الاناث . وقال قوم بل ان هذه الحيوانات على نوعين يختلفان اختلافا كهربيا ينجذب أحدهما الى القطب الكهربى السالب والآخر الى القطب الكهربى الموجب ، وأن أحد هذين النوعين ينتج الذكور والآخر الاناث . ترى هل يبلغ العلم من التقدم فى المستقبل مبلغا يدرك به التحكم فى نوع الجنين ؟.

ولن ينقضى عجبنا اذا ما نظرنا بعد ذلك فى أمر التوائم وعن طريق مَن من الزوجين يكون حدوثها . فان التاريخ ليسجل فى معجماته الطبية أن هناك أسرا يتوارث اناثها ولادة التوائم على أجيال متعاقبة مما لا يدع مجالا للشك فى أن عاملا كامنا فى البيضة هو الذى يسبب انتاج التوائم ومنها التوائم الثنائية والثلاثية والرباعية . ولكن اسمع قصة ذلك الفلاح الروسى « واسيلف » فلقد أنجب سبعة وثمانين ولدا كلهم توائم من زوجين اثنتين أنجبت زوجه الأولى أربع مرات فى كل مرة أربعة توائم وسبع مرات فى كل مرة ثلاثة توائم وست عشرة مرة فى كل منها توأمان ، وأنجبت زوجه الثانية مرتين فى كل منهما ثلاثة توائم وست مرات فى كل منها توأمان .

أما كيف تحدث التوائم فان ذلك يكون بخروج بيضتين فى وقت واحد من المبيض بدلا من واحدة كما يحدث عادة ، أو بيضة واحدة من كل من المبيضين وهو أمر غير مألوف ، أو من بيضة واحدة انقسمت الى حويصلتين بعد تلقيحها . وتأتى التوائم الثلاثة من بيضتين انقسمت احداهما الى حويصلتين وبقيت الأخرى كما هى ، ويندر أن تأتى من بيضة

واحدة انقسمت الى ثلاث حويصلات مستقلة . وعلى هذه القاعدة يمكن تفسير التوائم الرباعية والخماسية . ولعلك تذكر أيها القارىء الكريم توائم كندا الخمسة الذين تنشر الصحف صورهم الجميلة بين حين وآخر . ومن الطريف أن نعلم أن التوأمين ان كانا ذكرا وأنثى فلا يشملهما غشاء واحد أبدا بل يكون كل منهما فى غشاء بذاته أما اذا جمعهما غشاء واحد فلابد أن يكونا من جنس واحد وأن يكونا من بيضة واحدة . ترى هل يقوم قانون منع اختلاط الجنسين فى الأرحام ؟.

وأما التوائم الملتصقة فهى توائم لم يتم انفصالها فى أثناء تكوينها انفصالا تاما فتبقى على درجة من الاتصال تزيد أو تنقص على حسب ظروف خلقها ونموها ، ومن الأمثلة على هذا النوع من التوائم توأما سيام المعروفان .

وأما الأجنة الشاذة التكوين التى ترى من أنواعها كل عجيب فلا يتسع المقام للحديث عنها فى هذه الكلمة .

والحمل العنقودى أو كما يسميه الأطباء الحمل الحويصلى من غرائب ما تحمل الأرحام كذلك . وهو نوع من الحمل يفسد فيه الجنين فيستحيل الى ما يشبه عناقيد العنب . عناقيد مكونة من حويصلات صغيرة مستديرة سابحة فى سائل دموى أحمر اللون تملأ فراغ الرحم . وسبب هذه الاستحالة هو انحلال فى أهداب التغذية التى تحيط بالجنين وكثرة فى خلايا هذه الأهداب ، فتزداد بغير ضابط وفى سرعة عجيبة ، فيصير حجم الرحم أكبر مما يكون عليه فى الحمل الطبيعى ويصبح أكثر رخاوة . ويصيب الأم نزف رحمى متقطع يتفاوت مقداره من قطرات قليلة الى نوبات نزف بالغ الشدة حتى ليكون أحيانا شديد الخطر على حياتها ، وياليت الأمر يقف شره عند هذا الحد بل ان هذه الخلايا فى سرعة نموها تنقلب الى حالة عدوان على الرحم الذى حملها وغذاها ، فتتسرب الى جدره ، ثم تغزو الجسم من طريق

الدورة الدموية وتستقر فى مواطن بعيدة عن الرحم كل البعد كالرئتين وتكون نوعا من الأورام الخبيثة كالسرطان يودى بحياة الأم .

إلى أجل مسمى

تبقى الأجنة فى الأرحام مدة متوسطها ٢٨٠ يوما أو تسعة أشهر شمسية وأسبوع تبدأ من أول يوم لآخر حيض ، وحقيقة الأمر أن الحمل لا يحدث عند بدء الحيض ولكن بعد ذلك بنحو أسبوعين فتكون مدته الفعلية نحو ٢٦٥ يوما . ونحن اذ نقول هذا فانما نعنى متوسط مدة الحمل وقد لا تجد حالتين اثنتين ضمن مائة والدة تتفق مدتا حملهما تماما . وقد تقصر مدة الحمل فتسمى الولادة معجلة وقد تطول فتسمى الولادة مؤجلة . وينشأ عن الولادة المعجلة مولود لم يتكامل نموه فيكون أمله فى الحياة بعد ولادته منقوصا ويواجه الحياة فى صحة معتلة . أما الولادة المؤجلة فأهمية البحث فيها من ناحيتين : الأولى من الوجهة الطبية الشرعية لتحقيق صحة بنوة المولود ، ويمكن معرفتها بازدياد طوله اذ يجاوز ٥٠ سنتيمترا وبواسطة الأشعة السينية (أشعة اكس) التى تظهر مراكز التعظم فى عظام خاصة يعرفها الأطباء ، والثانية من حيث ما ينشأ عنها من عسر فى الولادة بسبب ازدياد فى صلابة عظام رأس الجنين يجعل مروره فى قناة الحوض وقت الولادة صعبا أو مستحيلا . ولهذا ينبغى عندما نشك فى أن الحمل قد جاوز أجله أن نتأكد بالفحص مرة أو مرتين كل أسبوع من أن رأس الجنين مازال محتمل المرور فى فتحة الحوض . وربما اقتضى الأمر التحريض على الولادة بوسائل صناعية فى الوقت الملائم .

أما لماذا تبدأ عضلة الرحم فى الانقباض لتخرج الجنين الى هذه الحياة الدنيا فأمر لا يزال سره غامضا . وبعبارة أخرى : ماكنه تلك الاشارة التى

يتلقاها الرحم فيأخذ فى الانقباض بشكل تلقائى لا سلطان لأحد عليه الى أن تتم الولادة ؟! ذلك علمه عند الله .

قال فريق من العلمـــاء ان الذى يحـــرض على الولادة هو تراكم ثانى أوكسيد الكربون فى الدم حتى يصل الى مقدار ينبه المركز العصبى الذى يهيمن على عضلة الرحم فيدفعها الى الانقباض . وقال فريق آخر ان تراكم مادة البتيوترين فى الدم هو الذى يحرض عضلة الرحم على العمل . وقال آخرون بل هو مجرد تمدد هذه العضلة وما تعانيه من الشد بسبب نمو الجنين المطرد . وقال غيرهم انه ضغط رأس الجنين على مجمع أعصاب الرحم عند عنقه . وقال فريق آخر انه شيخوخة المشيمة بسبب استحالة فى نسيجها بحيث لا تستطيع تغذية الجنين تغذية كافية فيصير الجنين كأنه جسم غريب عن الرحم فيأخذ الرحم فى طرده .. ويقول آخرون غير هذا وذاك .

فاذا لم تتوافر هذه الأسباب أو بعضها فى الوقت المناسب تأخرت الولادة عن موعدها وطالت مدة الحمل حتى لقد تبلغ ٣٣٠ يوما وهى أقصى مدة سجلتها المعاجم العلمية وأجازها الثقات من العلماء .

وبهذه المناسبة نقول ان ماروى عن الامام الشافعى رضى الله عنه من أنه لبث فى بطن أمه ثلاث سنين فتفسيره فى ضوء العـــلم أن أمه — طيب الله ثراها — حملت به على فترة انقطاع فى الحيض كانت قد طالت حتى جاوزت السنتين فحسبت المدة كلها حملا فى امامنا العظيم .

المرأة بعد الأربعين

قد يبدو عنوان مقالنا فى هذه المرة على شيء من الغرابة ، لأن القراء قد ألفوا من الكتاب حينما يعرضون للمرأة فى القصص والوصف والشعر والغزل ، أن يعرضوا لها فى صباها وشبابها حيث لا تزال فى ربيع الحياة رطبة العود ، غضة الاهاب واهية الخصر ، مصقولة النحر ، هيفاء القد ، ملساء الخد ، ونراهم يذهبون فى وصفها كل مذهب ويشبهونها بكل جميل فى الطبيعة من الطير والزهر وغير ذلك .

ولقلما انصرف الكتاب أو العلماء الى هذا الجانب من حياة المرأة فى دور كهولتها بعد الأربعين . بل لعلهم ان عرضوا له فانما ليصوروا فيه الأرض القاحلة لا تزكو بثمر أو شجر ، والصحراء المقفرة لا خضرة فيها ولا ماء ، والليل المظلم البارد لا ضوء فيه ولا دفء ، والدار الموحشة لا أنيس بها ولا سامر . ثم نراهم يتحدثون عن سن اليأس فى المرأة حين تسرع بها الخطى نحو الخامسة والأربعين أو الخمسين ، فيبدر الى الذهن أن هذه هى سن الذبول والخمول واليأس من سرور الحياة وبهجتها . والحقيقة ألا يأس هناك ولا قنوط الا من وظيفة واحدة من وظائف المرأة ، هى فى الواقع عبء كانت تحمله فى فترة حياتها الخصبة ، فتخففت منه بعد هذه السن ، ونعنى به عبء التناسل ، وما يقترن به من وعكة الحيض وتعب الحمل وألم الولادة ومشغلة الرضاعة . وحسبك هذه السلسلة الطويلة وما يلازمها من الضيق والهم والقلق والانزعاج . وهذه الحلقة المفرغة التى لا تكاد المرأة تنتهى من أحد أدوارها حتى تدخل فى دور آخر .

ومن الحق أن نقول ان المرأة بعد الأربعين تكون قد قاربت الانتهاء

من أداء رسالتها من انتاج النسل فتستطيع بعد ذلك أن تفرغ لنفسها ولزوجها ، وأن تقوم بقسط أوفر من الحياة العامة وبنصيب أوفى من الشئون الانسانية ، والأمثلة أمامنا كثيرة على نساء سبقن الرجال فى ميادين الخير والعمل الصالح ، وذلك راجع الى نضوج المرأة العقلى الذى يكون قد اكتمل وبلغ أوجه ، والى اتساع دائرة معرفتها ، وحسن درايتها بأخلاق الرجل ، والى خلوها من الحيض والحمل والولادة والرضاعة وما تقتضيها من الاحتجاب والنقه .

قلنا ان سن اليأس هى السن التى ينقطع فيها الحيض فلا يعود يظهر مرة كل شهر تقريبا . وكذلك لا يكون بعدها أمل فى الحمل ، لأن المبيضين ينقطعان عن العمل فلا يخرج منهما ذلك الافراز الداخلى الذى يهيمن على الرحم فيسبب نزول دم الحيض فى انتظام دورى . أما السن التى تبلغ عندها المرأة سن اليأس فتختلف اختلافا عظيما فى النساء : فمنهن من ينقطع حيضها فى سن مبكرة جدا حول الثلاثين أو قبل ذلك ، ومنهن من تبلغ الستين ومازال حيضها منتظما ، ولكن هذه الحالات نادرة فى كلا الطرفين ، وتبلغ المرأة سن اليأس فى معظم الأحوال فيما بين الخامسة والأربعين والخمسين من عمرها ، ومادامت المرأة دون سن اليأس فحملها ممكن . وانى لأذكر أن خالى رحمه الله كان يكبر والدتى بخمس وأربعين سنة على ما ذكر لى هو ، وكان رجلا على جانب من التعليم يعرف ما يقول ، وكان هو بكر والديه وأمى صغراهما ، فاذا قلنا ان أمه ولدته وهى فى نحو الخامسة عشرة فلابد أن تكون ولدت أمى حول الستين . وفى حالات نادرة جدا يحدث الحمل بعد سن اليأس كما جاء فى بعض المعاجم الطبية الصحيحة من أن امرأة انقطع حيضها فى سن الخمسين أنجبت ولدا عندما بلغت التاسعة والخمسين . والمشاهد أن النساء تتأخر بهن سن اليأس فى حالات الأورام الليفية بالرحم .

وانقطاع الحيض فى هذا الدور من حياة المرأة له طرائق ثلاث :

الأولى أن يكون على صورة مباغتة حاسمة ، أى أن الحيض لا يظهر فى موعد نزوله ذات مرة ، فلا تراه المرأة بعد ذلك مدى الحياة . والثانية أن تقل كمية دم الحيض تدريجا المرة بعد المرة ، وكذلك تطول الفترات بين حيض وآخر تدريجا الى أن يقف نزوله آخر الأمر . والثالثة أن يأتى الحيض على هيئة نوبات نزف قد يكون شديدا بالغ الشدة فى فترات متباعدة كأنها دورات الحيض ، الا أنها متباعدة عن بعضها البعض ، غزيرة فى كميتها . وهذا النوع الثالث كثيرا ما يسبب الانزعاج لشدته ، كما أن الطبيب يرقبه بعين الحذر اذ قد يكون عرضا لأورام خبيثة يبدأ ظهورها فى هذه السن .

ويصطحب انقطاع الحيض بأعراض أخرى كثيرة فى سن اليأس ، ولكن من النساء من تمر بهذا الدور من أدوار حياتها مرا رفيقا هينا لا تشعر معه بشىء من هذه الأعراض البتة . وأهم هذه الأعراض وأكثرها مضايقة للمرأة ، فورات حرارية تأتى على صورة نوبات تحس المرأة فيها بارتفاع فى الحرارة وسخونة فى الوجه والرقبة والصدر ، فى موجة حرارية كأن ماء ساخنا قد صب على رأسها صبا . ثم يصحب ذلك عرق واحساس باختناق وضيق . وتمكث هذه النوبات فترات قصيرة ، ولكنها قد تطول فى بعض الأحيان ، وقد تعاود المرأة فى أوقات قريبة بضع مرات كل يوم ، كما انها قد تكون مرة واحدة كل بضعة أيام . وسبب هذه النوبات اختلال عصبى فى الدورة الدموية ينشأ من توقف المبيضين عن العمل .

ومن أعراض سن اليأس اضطراب فى الحالة العصبية والنفسية ، يبدو أكثر وضوحا اذا كانت المرأة حادة المزاج قبل ذلك ، فهى قليلة الرضى عمن حولها من أهل بيتها ، ضيقة بما يأتون وما يدعون ، كثيرة الهم ، سريعة الغضب . وقد يؤدى بها هذا الاختلال أحيانا الى أمراض عقلية ،

ولكن هذا نادر لحسن الحظ . ومن الأعراض العصبية كذلك : الصداع وآلام الأطراف وخمولها، والاحساس بالضيق فى المرىء عند ابتلاع الطعام.

ومن الأعراض ما يتصل بالقناة الهضمية على هيئة اختلال فى شهوة الأكل أو خمول فى عمل الأمعاء يفضى الى الانتفاخ والامساك .

أما الرغبة الجنسية ، فانها تقل فى أغلب الحالات . ولكن هذه القلة تحدث تدريجا ، وقد تستغرق سنين طويلة بعد سن اليأس ، كما انها قد تزداد ازديادا واضحا يفسر لنا ميل بعض النساء الى الزواج والتحبب الى الرجال فى هذه السن . ولعل الشاعر كان قد تعلق بواحدة من هؤلاء حين قال :

تعشقتها شمطاء شاب وليدها وللناس فيما يعشقون مذاهب

ويبدو على الجسم ميل الى السمن وقد يكون ذلك موضعيا ، أى لا يشمل الجسم كله . والبطن من الأماكن المحببة لتراكم الشحم فى جدرانه ، مما يدعو أحيانا الى الاشتباه فى وجود أورام بالبطن . ومن طريف ما يحدث للمرأة فى هذه السن ، أن تعتقد أحيانا أنها حامل ، ولا سيما اذا كانت عاقرا أو قليلة الولد ، بحيث يصعب على الطبيب اقناعها بأنها غير حامل ، وهو ما نسميه « بالحمل الكاذب » . ويزيد فى اقتناعها بوجود الحمل تجمع الشحم فى جدران البطن وتغير حالتها النفسية حتى انها لتشعر بحركة الجنين على حد اعتقادها وكذلك يزداد حجم البطن بانتفاخه بغاز يتجمع فى الأمعاء ، ثم يأتيها مخاض وهمى ، عندما تحسب أن الحمل قد بلغ نهايته ، فتحس آلاما شديدة فى البطن تشبه آلام الولادة . وقد يلتبس الأمر حتى على الطبيب . ولكن فحص بطنها تحت تأثير المخدر ، يضع الأمر فى نصابه فى سهولة تامة .

أما الأعضاء التناسلية ، فانها تضمر ويصغر حجمها تدريجا ويشمل ذلك الأعضاء التناسلية الظاهرة والمهبل وعنق الرحم والرحم والمبيضين ،

وترق الأغشية المخاطية التى تبطن هذه الأعضاء ، كما يقل افرازها وتصبح أكثر تعرضا للالتهابات لا سيما المهبل نظرا لفقدانه افرازه الواقى المفيد الذى يقتل جراثيم الأمراض اذا ما استطاعت دخوله .

أما علاج أعراض سن اليأس فكثيرا ما تكون هذه الأعراض هينة يسيرة تمر بها المرأة فى يسر وسهولة . بل ان من النساء من لا تكاد تشعر بها اطلاقا ، ولكنها حين تشتد وطأتها فان علاجها يكون فى أساسه باعطاء خلاصة المبيض بمقادير مناسبة يعرفها الطبيب لكى تعوض الجسم ما فقده منها . وكذلك بالمليينات والمسكنات الخفيفة التأثير ، وقد تنفع أحيانا خلاصة الغدة الدرقية ، وهنا نحذر النساء من تعاطى المسكنات القوية خشية ادمانهـا . وكثيرا ما ينفـع الرّوح عن النفس بتغيير المسكن أو بلد الاقامة .

على أن المرأة بعد أن تجتاز هذه الفترة القلقة من حياتها ، تعود سيرتها الأولى من الصحة الكاملة ، وتطيب لها الحياة ماشاء الله لها من طول العمر .

العقم فى الرجال والنساء

يكاد العقم يكون أكثر ما يشغل بال المرأة أثناء حياتها الزوجية ويسترعى اهتمامها . وانه ليكفى أن يطلع المرء على ذلك العدد العظيم من النساء اللاتى يترددن على المستشفيات العامة يشكين العقم ليقتنع بأهمية هذا الموضوع . ولا غرو فالتناسل وظيفة طبيعية من وظائف الانسان ، والأمومة عاطفة قوية من عواطف المرأة .

والعقم هو عدم القدرة على انتاج الولد ، ويحدث فى نحو ١٠٪ من الأزواج ولا تسمى المرأة عاقرا أو عقيما الا بعد مضى ثلاث سنوات على الأقل من حياتها الزوجية دون أن ترزق بأولاد ، على أن تتوفر لها فرصة معقولة للاختلاط الجنسى . فمثلا زوجة البحار أو التاجر الجائل فى البلاد أو ذى الحرفة التى تقتضى غيبته عن زوجه فترات طويلة ، مثل هذه الزوجة لا تسمى عاقرا حتى بعد مضى ثلاث سنوات فى الحياة الزوجية . واذا علمنا أن الحمل يحدث من التقاء الحيوان المنوى بالبويضة وأن هذه تخرج من أحد المبيضين مرة واحدة فى الشهر أدركنا أن الحمل موكول أمره الى المصادفة وانه لا يحدث حتما بالسرعة التى يتلهف عليها كثير من الأزواج . ولقد دلت الاحصائيات على أننا لو زوجنا مائة شاب صحيحى البنية والخصوبة ، مائة شابة صحيحات البنية والخصوبة ، لرأينا أن الحمل يحدث فى بضع حالات قليلة فى الشهر الأول وفى معظم الحالات خلال السنة الأولى وتبقى حالات لايحدث الحمل فيها الا خلال سنوات بعد ذلك . ولذلك ينبغى أن ينتظر الأزواج باطمئنان حدوث الحمل الى أن يتاح لهم .

والعقم يصيب الرجال كما يصيب النساء ، ومن المقدر ان ٣٠٪ من حالات العقم سببها من الأزواج و ٧٠٪ سببها من الزوجات . وعلى ذلك لايكون الفحص عن سبب العقم تاما الا اذا شمل الزوجين معا . وليعلم القارىء أن البحث عن سبب العقم يقتضى دراسة طويلة قد تستغرق زمنا حتى يصل الطبيب الى معرفته وكثيرا ما تتردد السيدة على عيادات الأطباء فى سرعة وعجلة آملة أن تظفر فى زيارة واحدة بذلك العلاج السحرى العجيب الذى يشفيها من العقم فى الحال . فاذا لم يتحقق لها ذلك عند أحد الأطباء التمست غيره وهكذا حتى تأتى على قائمة الأطباء دون جدوى فتنصرف الى ما يسمونه « الوصفات البلدية » أو الى التنجيم والشعوذة وما شابه ذلك بلا فائدة . وسنرى الآن كيف ان العقم مسألة متشعبة النواحى ، متعددة الأسباب ، وانه قد يكون هناك أكثر من سبب واحد للعقم فى أحد الزوجين أو فى كليهما .

أسباب العقم فى الرجال

١ — الأمراض العامة المنهكة للصحة مثل البول السكرى وادمان شرب الخمر . وهذه الأسباب اما أن تمنع الرجل من القيام بوظيفته الجنسية تماما أو تؤثر فى حيوية الحيوانات المنوية أو فى غددها .

٢ — كبر السن : لما يحدثه من الضعف العام والضمور فى الغدد .

٣ — الأمراض الموضعية التى تمنع من تأدية الوظيفة التناسلية على وجهها الصحيح : مثل الناسور البولى والسيلان المزمن لما يحدثه من انسداد المسالك التى يمر فيها السائل المنوى . والأمراض التى تحدث تلفا أو ضمورا فى الغدد التى تفرز السائل المنوى (الخصيتان والحويصلتان المنويتان والبروستاتا) .

٤ — أسباب متعلقة بالحيوان المنوى : وهذه تكوّن الغالبية العظمى لعقم الرجال . وتكون اما نقصا فى عدد هذه الحيوانات أو انعدامها

بتاتا أو نقصا فى حيويتها وقدرتها على الحركة أو تشويها فى أشكالها .
وينبغى أن نعلم كمية السائل المنوى وان كان به خلايا دموية أو صديدية .
ثم عدد الحيوانات فى كل سنتيمتر مكعب من السائل وهل هى منتظمة الأشكال . فان كان بعضها مشوها فما نسبته الى الحيوانات السليمة .
ثم عدد الساعات التى تبقى فيها متحركة فى الظروف الملائمة لحياتها .
ويقدر عدد هذه الحيوانات بنحو ٨٠ مليونا فى كل سنتيمتر مكعب وقد يزيد كثيرا عن ذلك . وربما أثار هذا العدد دهشة القارىء ولا سيما اذا علمنا أن التلقيح لا يحتاج الا الى حيوان واحد من هذه الملايين الكثيرة .
ولكنها الطبيعة تسرف فى الاحتياط بهذا العدد الضخم لكى تضمن بقاء النوع . ذلك لأن معظم هذه الحيوانات يهلك قبل أن يصل الى حيث البيضة تنتظر فى البوق (بجانب الرحم) . وليس مدهشا بعد ذلك أن نعلم أن عدد هذه الحيوانات اذا هبط الى أقل من ٥٠ مليونا لكل سنتيمتر مكعب أصبح الرجل عقيما على الأرجح . أما حيوية هذه الحيوانات فتتأثر بصحة الرجل بصفة عامة ، وكذلك بنوع غذائه وبعدد مرات الاختلاط الجنسى . وهذه نقطة بالغة الأهمية لأن معظم الأزواج يفرطون فى الجماع اذا ما استبطأوا حدوث الحمل فتكون النتيجة نقصا فى عدد الحيوانات المنوية وفى قدرتها على التلقيح وينشأ عن ذلك عقم سببه شدة الرغبة فى التناسل .

أسباب العقم فى النساء

من المعلوم أن الحمل يحدث بأن تخرج البيضة من أحد المبيضين مرة فى كل شهر فتذهب الى البوق (والبوق قناة ضيقة بين المبيض والرحم . بوق أيمن وبوق أيسر) وتبقى فيه الى أن يلتقى بها حيوان منوى واحد فيحدث ما يسمى التلقيح وهو بدء الحمل . ثم تمر هذه البيضة الملقحة

الى تجويف الرحم حيث تنغرس فيه وتنمو نموها الطبيعى . فاذا حدث ما يمنع خروج البيضة من المبيض أو ما يعوقها من المرور فى البوق الى الرحم ، أو ما يمنع الحيوان المنوى من الوصول الى البوق أو اذا كان الرحم مكانا غير صالح لنمو البيضة الملقحة ، حدث العقم .

وعقم النساء مطلق ونسبى . فالمطلق هو الذى لا يشفى كأن يكون هناك عيب خلقى فى الأعضاء التناسلية لا يمكن التغلب عليه . والنسبى هو الناشىء عن مرض قابل للشفاء ، وأسبابه كثيرة يمكن تقسيمها الى أسباب عامة وأسباب موضعية .

الأسباب العامة

١ — الحالة النفسية : تحدث أحيانا عند المرأة حالة نفسية تجعل الجماع غير ممكن لما تحدثه من التشنج فى عضلات المهبل . وربما كان ذلك ناشئا عن كره للزوج أو كره للعملية الجنسية .

٢ — الأمراض العامة المنهكة للصحة كما فى الرجال : على أن من هذه الأمراض ما يكون العقم معه نعمة ووقاية لصحة المرأة .

٣ — كبر السن : تتراوح الفترة الخصبة من حياة المرأة بين سن البلوغ (١٣ أو ١٤ سنة) وسن اليأس (حوالى ٤٥ سنة) حيث ينقطع الحيض والنسل . ومن المشاهد انه اذا بلغت المرأة سن الأربعين دون أن تحمل فان أملها فى الحمل بعد ذلك يصبح ضعيفا . أما النساء اللاتى قد حملن من قبل هذه السن فانهن يحملن بعد سن الأربعين الى أن يبلغن سن اليأس وقد يكون هذا فى سن الخمسين أو بعد ذلك .

٤ — اختلال افراز الغدد الصماء : قد يحدث العقم لا سيما الغدة الدرقية والغدة النخامية والمبيضان لأنها تعمل معا كمجموعة واحدة . فاذا اختلت وظيفة احداها اختل توازن المجموعة كلها ونشأ عن ذلك العقم .

٥ — البدانة المفرطة : هذا سبب ظاهر يعرفه كثير من النساء لأن البدانة فضلا عن تأثيرها فى خروج البيضة من المبيض فانها تدل على نقص فى افراز الغدد .

٦ — البرودة الجنسية : هى أن بالمرأة نقصا من حيث الاشتهاء الجنسى فلا تخرج البيضة من المبيض على ما يعتقد بعض العلماء .

٧ — التنافر التناسلى : هذا من المشاهدات العجيبة التى نراها أحيانا وهو أن يحدث العقم لزوجين مدة طويلة تنتهى بالطلاق ثم يتزوج الزوج بأخرى وتتزوج الزوجه بآخر فيحدث النسل فى الحالتين . ولقد حار الباحثون فى تعليل ذلك . ولكن السبب الحقيقى لا يزال بعيدا عن علمنا ولم يجاوز الحد النظرى . فلقد قيل انه تنافر بين الحيوان المنوى والبيضة بحيث لا ينجذب اليها فلا يتم التلقيح . وقيل أن كلا من الزوجين يكون خصبا ولكن الى درجة تزيد قليلا عن الحد الأدنى بحيث ان اجتماعهما لا ينتج الخصوبة الكافية للنسل ، ولكن اذا اتخذ كل منهما زوجا آخر قوى الخصوبة حدث الحمل بسهولة .

الأسباب الموضعية

الأسباب الموضعية كثيرة جدا لا يتسع لها المقام فى مقال كهذا ولا يعرفها بطبيعة الحال الا الطبيب المختص ويكفى هنا أن نقول ان أى مرض أو شذوذ خلقى فى الأعضاء التناسلية قد يحدث العقم .

عقم الطفل الواحد

هو عقم يحدث بعد أن تلد المرأة مرة واحدة . وسببه فى الغالب اصابتها بعد الولادة بحمى النفاس مما ينشأ عنه انسداد فى البوقين . وأحيانا يكون السبب ضمور الرحم ضمورا شديدا عقب الولادة . وهناك سبب آخر لهذا

النوع من العقم وهو العدوى بالسيلان لأنه قد يحدث التهابا فى البوقين يعقبه انسدادهما . وهذا يبين لنا أهمية علاج السيلان قبل أن يمتد شره الى البوقين . وعلى ذكر مرض السيلان نقول ان الزهرى قد يحدث العقم فى الرجال اذا أصاب الجهاز العصبى أو اذا أتلف الخصيتين ولكن هذا سبب نادر للعقم . وأكثر ما يحدثه الزهرى هو الاجهاض ، والاجهاض يمكن اعتباره فى الحقيقة نوعا من أنواع العقم لأنه عدم قدرة على النسل .

علاج العقم

يتضح لنا مما تقدم أن علاج العقم ليس بالأمر الهين الذى يمكن الاجابة عليه فى كلمة واحدة أو بوصف دواء واحد . لأنه لابد من معرفة السبب أو الأسباب التى تكلمنا عن بعضها ثم التوفر على علاجها . أما العلاج فيشتمل على النقط الآتية :

أولا : فحص الزوج وهل به مرض عام أو موضعى . ثم تحليل السائل المنوى بدقة .

ثانيا : فحص الزوجة من حيث الأمراض العامة والأمراض الموضعية .

ثالثا : تدرس حالة الزوجين من حيث قيامهما بالوظيفة الجنسية على وجهها الأكمل .

وسأذكر هنا بعض النصائح التى يحسن بالزوجين اتباعها :

١ — يحسن بالزوج أن يتجنب الافراط فى الاختلاط الجنسى بقدر المستطاع فان كان هناك افراط وجب أن يمتنع بتاتا مدة شهر أو اثنين . وخير وسيلة لذلك أن يقضى هذه الفترة بعيدا عن زوجه . ولقد شاهدنا حالات حدث فيها الحمل بمجرد العودة الى الحياة الزوجية بعد فترة انقطاع كهذه .

٢ — أفضل أوقات الاختلاط الجنسى لحدوث الحمل هو الأسبوع الذى يقع فى منتصف الدورة الحيضية تماما أى المدة بين حيض وآخر . فاذا بدأ الحيض فى أول يناير مثلا على أن يعود ثانيا فى ٢٨ يناير فان البيضة تخرج من المبيض فى اليوم الرابع عشر ويكون الأسبوع المتوسط الذى نوهناعنه هو من يوم ١٠ الى ١٨ يناير . ويلاحظ أن الجماع عقب الحيض مباشرة أو قبله مباشرة يكون عقيما فى الأغلبية العظمى من الحالات .

٣ — المأكل : ينبغى أن نبحث نوعه ولا سيما فى الطبقات الفقيرة ، أو الطبقات المترفة التى تتبع نهجا خاصا فى غذائها ابتغاء الرشاقة . فقد يكون سبب العقم نقصا فى بعض المواد الغذائية . وخير طريقة لذلك أن نسأل الزوجين أن يدونا ما يتناولانه من ألوان الطعام فى أسبوع أو اثنين لنطلع على ما قد يكون فيه من نقص فى النوع أو الكمية . وخير الأطعمة لهذا الغرض المواد الزلالية والقشدة والفاكهة فى ابانها والخضر . وكذلك الفيتامين الخامس هـ (E) فانه مسئول عن بعض حالات العقم اذا نقص مقداره فى الجسم .

وأختم كلمتى هذه بأن أقول انه مع التسليم بوجود حالات غير قابلة للشفاء ، الا أن أغلبها مستطاع علاجه اذا أخلص الزوجان فى الاهتمام بالأمر والأخذ بوسائل العلاج الناجعة .

عسر الحيض

عسر الحيض عرض يصيب كثيرا من النساء، لا سيما البنات قبل الزواج فيعوقهن عن مزاولة أعمالهن مدة الحيض أو بعضها . ويترتب على ذلك ضياع جانب من جهودهن تفقده الأمة من انتاجها . ومن الخير أن ينصرف اهتمام الطبيب الى العناية بعلاج هذا العرض البغيض ، لا لتخفيف وطأة الألم عن المصابات به فحسب ، ولكن لزيادة قدرة الأمة على العمل فى شتى نواحيه .

ومن المسلم به أن الحيض يكون فى طبيعته مصحوبا بقليل من الألم ، لأنه مقرون دائما بانقباض فى عضلة الرحم لتتمكن من طرد ما بداخله من الدم . ولكن احتمال هذا الألم يختلف كثيرا باختلاف النساء فمنهن من تحتمل عشرة أمثال ما لا تحتمله أخرى . ومن هنا يتبين أن من الصعب وضع تعريف لعسر الحيض أو للحد الذى نقول عنده أن هذا الحيض طبيعى وهذا مؤلم . ولكن القاعدة أن الحيض يكون أليما أو عسرا ، اذا كان فوق طاقة البنت أو المرأة . أو اذا ألزمها الفراش فمنعها من مزاولة عملها اليومى ، كل واحدة بحسب طبيعتها ومقدار ماتتحمله من الألم دون شكاة أو مضايقة شديدة .

قلنـــا ان عسر الحيض عرض وليس بمرض قائم بذاته . فالمرض مجموعة أعراض وعلامات ، وله مميزاته التى يعرفه بها الطبيب ، فيميزه عن غيره من الأمراض . أما العرض فليس الا مظهرا من مظاهر المرض . وقد تحدثه أمراض كثيرة مختلف بعضها عن بعض تمام الاختلاف ، ومختلفة فى علاجها تمام الاختلاف كذلك . والآن نستطيع أن ندرك أن الدواء

الذى يشفى الواحدة من ألم الحيض قد لا ينفع الأخرى . كما نستطيع أن ندرك أن تعاطى المسكنات كعلاج لعسر الحيض ان هو الا علاج عرضى يكون غير ناجع فى أغلب الأحيان ، ولابد من تعرف المرض الذى أحدث عسر الحيض . وهذا لا يكون — بداهة — الا بمعرفة الطبيب .

لماذا يحدث الألم

يتوقف حدوث الألم أثناء الحيض من الوجهة النظرية على عوامل أربعة : أولها أن عضلة الرحم مكلفة بالانقباض لكى تطرد الدم من فراغ الرحم . وانقباضها هذا يكون أكثر ايلاما كلما كانت هذه العضلة أضعف فى تكوينها ، كما تتألم عضلات الذراع الضعيفة اذا ما رفعت جسما ثقيلا عن الأرض ، وكلما كانت الذراع أقوى ، كان ألمها أقل عند رفع هذا الجسم الثقيل . وثانيها شدة امتلاء الأوعية الدموية التى تغذى الرحم بالدم ، وهو ما نسميه الاحتقان . وهذا يضغط على جدر هذه الأوعية فيؤلمها تماما كما يؤلمنا التجمع الصديدى (الخراج) لأنه يضغط على ما حوله من الأنسجة . وثالثها ان الجلط الدموية التى تتكون فى فراغ الرحم تتزاحم فى الخروج من قناة عنق الرحم الضيقة . وكلما زاد حجم هذه الجلط أو زاد ضيق قناة عنق الرحم زاد مقدار الألم . ورابعها عامل نفسى ينتاب المرأة أثناء الحيض فيجعلها أشد احساسا بالألم فى أى جزء من أجزاء جسمها . فمن كانت تشكو ألما فى أسنانها مثلا أو فى أذنها أو مفاصلها . فان ألمها يشتد أثناء الحيض .

أما من الناحية العملية التطبيقية فينقسم عسر الحيض الى نوعين رئيسيين هما : عسر الحيض الأولى أو الذاتى ، وعسر الحيض الثانوى أو الطارىء . وثمة نوع ثالث هو عسر الحيض الغشائى .

عسر الحيض الذاتى

يكون أكثر ما نجده فى البنات قبل الزواج ويسمى ذاتيا ، لأن الأعضاء التناسلية تكون عادة فى حالة طبيعية اذا أتيح لنا فحصها • ويتميز هذا النوع بأنه ألم يبدأ عنـد بدء الحيض ويستمر فترة تختـلف من بضع ساعات الى يوم أو اثنين ثم يأخذ فى الزوال قبل نهاية الحيض • ويكون على هيئة مغص حاد متقطع أى يذهب ويجىء • وقد يكون مصحوبا باسهال • ونجده بوجه عام فى أربعة أنواع أو نماذج من البنات :

١ — فمن المريضات به هذه الفتاة المثقفة ، الصحيحة الجسم • الكثيرة القراءة ، المحبة للعزلة • وهذه تكون عادة كثيرة الاهتمام بذاتها • دائمة التأمل فى حالتها الصحية « مركزية التفكير » على حد تعبير علماء النفس • هذه الفتاة تشكو كثيرا عسر الحيض وعلاجها أن ينصرف اهتمامها وتفكيرها الى دائرة أوسع من دائرة جسمها ، وذلك بأن تزاول نوعا من أنواع الرياضة البدنية ، أو تشغل بعمل يلهيها عن نفسها بعض الشىء •

٢ — ومنهن الضعيفة البنية ، المفرطة النحافة ، الفقيرة الدم ، الشاكية الامساك . هذه يزول عنها ألم الحيض بعلاجها بأنواع المقويات ، وبالتغذية الحسنة ، وبالملينات •

٣ — ومنهن من تكون غددها الداخلية مختلة غير متناسقة العمل مع بعضها البعض • وهذه تكون فى الغالب سمينة مترهلة ، محدودة الذكاء بليدة الحس ، قليلة الانتاج ، ناقصة الأنوثة ، قليلة كمية الحيض ، بعيدة مابين الحيضتين • ويكون علاجها بتنشيط الغدد المختلفة بعد أن تتعرف عليها •

٤ — ومنهن ذات الرحم الصغير الحجم الطويل العنق الشديد الانثناء على ذاته • وهذا لا يعرفه بطبيعة الحال الا الطبيب بعد الفحص • والعلاج انما يكون بتنشيط وظيفة المبيضين ، حتى يتكامل نمو الرحم فيتخذ شكله

الطبيعى . وكلما كانت المريضة صغيرة السن ، كان العلاج أنجع . ويكون العلاج عظيم الفائدة قبل سن الحادية والعشرين ، محدود الفائدة بعد هذه السن .

عسر الحيض الطارئ أو الثانوى

يكون أكثر ما نجده فى النساء بعد الزواج والحمل والولادة ، لأنه ينشأ عن مرض عضوى يصيب الأعضاء التناسلية ، كالالتهابات والأورام ونحو ذلك . ويتميز هذا النوع بحدوثه قبل الحيض بفترة قد تكون بضعة أيام ، ثم يخف عند بدء الحيض ولكنه قد يصاحبه طول مدته . وهو يختلف عن النوع الذاتى فى أنه ألم عميق غامض متصل . ويمكن القول بصفة عامة ، أن المريضة بهذا النوع من عسر الحيض تكون فى الحقيقة معتلة الصحة من ناحية أعضائها التناسلية طول المدة بين حيضة وأخرى ، ولكن اعتلالها يكون أكثر وضوحا قبل الحيض وفى أثنائه . ومن الواضح أن علاج هذا النوع لا يكون الا بعد الفحص الطبى الدقيق لمعرفة السبب ثم علاجه بمختلف الوسائل . وكثيرا ما يحتاج الأمر الى عمل جراحى لاستئصال ورم أو كيس ، أو اصلاح انحراف فى الرحم ، أو غير ذلك .

عسر الحيض الغشائى

هذا نوع من عسر الحيض قائم بذاته لا يدخل ضمن التقسيم السابق لتفرده بمميزات خاصة به وهو يصيب البنات أو النساء العواقر (اللاتى لم يلدن) ويتميز بأن ألمه بالغ الشدة ، حتى لقد يصل بالمريضة به أحيانا الى حد محاولة الانتحار . وكذلك بأنه يصطحب بخروج جسم من الرحم مستطيل الشكل على هيئة السمكة الصغيرة ، وقد يكون هذا الجسم

على هيئة قطعتين تخرجان من الرحم الواحدة بعد الأخرى . أما سبب الألم الشديد فانقباض فى عضلة الرحم لكى تطرد هذا الجسم ، اذ يمر ببطء فى قناة عنق الرحم الضيقة . وعندما يتم خروجه يزول الألم تماما . وأما هذا الجسم فهو الغشاء الذى يبطن الرحم ، ينفصل من جدرانه كتلة واحدة (وليس على أجزاء صغيرة كما يحدث فى كل حيض طبيعى) وينطوى على نفسه ، فيكون على الشكل الذى وصفناه ويتوهم كثير من النساء أنه جنين صغير أجهض به . وقد يتوهمن ، أن الحمل كان توأميا اذا خرج هذا الغشاء على شكل قطعتين . ويزيد فى توهمهن ، أن الحيض كثيرا ما يتأخر عن موعده فى هذه الحالات . فيزعمن أنهن مصابات باجهاض متكرر آيته الألم الشديد وخروج ذلك (الجنين) المستطيل الشكل الأبيض اللون . ومنهن من تطيل النظر اليه ، فتحسب أن له رأسا وعينين ويدين ورجلين ... والنساء يرتحن عادة الى هذا الزعم . لأن الاجهاض حمل لم تتكامل أشهره ، وهو على كل حال خير من العقم المطلق .

أما علاج هذا النوع من عسر الحيض ، فبطىء . ويكون باصلاح الاختلال فى افراز المبيضين . ولكنه كثيرا ما يخفق أو يكون قليل الفائدة . وقد يحتاج الأمر الى استئصال الرحم كله . وهو علاج يحمل فى طياته — كما ترى — اعتراف الطب بعجزه حين يلجأ الى استئصال العضو اذا عز شفاؤه .

علاج عسر الحيض

لقد أدرك القارىء الآن أن علاج عسر الحيض لا يمكن أن يخضع لعقار واحد أو لنوع واحد من الطباب ، وذلك لتباين الأسباب التى تحدثه . ويمكن أن نقول فى كلمة واحدة : أن علاج عسر الحيض هو علاج سببه . ولكن هناك بعض قواعد تنطبق على معظم الحالات ويمكن الاستعانة بها لتخفيف ألم الحيض الى أن يتسنى علاج سببه وهى

١ — مزاولة الرياضة البدنية : تنفع معظم حالات عسر الحيض كالمشى والسباحة والألعاب الرياضية والخروج الى الهواء الطلق .

٢ — الاستحمام بالماء الدافىء : يخفف من الاحتقان الذى يصيب الأعضاء التناسلية فى فترة ما قبل الحيض . وليكن يوميا قبل النوم فى الثلاث أو الأربع الليالى التى تسبق الحيض . ويمكن وضع قليل من مسحوق الخردل فى ماء الاستحمام بمقدار ما يؤخذ بين أصبعى السبابة والابهام فهذا يساعد على تخفيف الاحتقان بواسطة تحويل الدم من الأعضاء التناسلية الى سطح الجسم .

٣ — الملينات : مثل المانيزيا بمقدار ملعقة كبيرة قبل النوم فى نفس الأيام التى تسبق الحيض ، وهى تفيد فائدة الاستحمام فى تخفيف احتقان الأعضاء التناسلية .

٤ — المقويات : كالحديد وخلاصة الكبد وما اليها ، تنفع الضعيفات المصابات بفقر الدم .

٥ — المسكنات : هذه لا تنصح بمداومة تعاطيها ، لأنها تكسب المرء عادة سيئة ضارة بالجسم ، ولأن تأثيرها يتناقص تدريجيا فيحتاج المدمن عليها الى مقادير أكبر وأكبر الى أن تفقد فائدتها فى تسكين الألم فتلجأ المريضة الى تجربة نوع آخر من هذه المسكنات ، وهذا يفقد تأثيره بدوره كذلك وليحذر النساء استعمال حقن المورفين فى مثل هـذه الحالات خشية تعودهن على تعاطيه ولا بأس من تناول قرص أو اثنين من البلادينال أو البلافولين أو ما جرى مجراهما لتخفيف شدة انقباض عضلة الرحم عند الضرورة .

وبعد ، فلا تهونى يا سيدتى من شأن عسر حيضك ، فقد يكون الانذار الأول لمرض ذى بال تتولينه بالعلاج قبل أن يستطير شره . ولا تعتمدى على دواء جربته صديقتك ، فلقد علمت أن العـلاج الحاسم لا يكون الا بعلاج أصل العلة ، بعد أن يتبين الطبيب أمرها فيتم لك الشفاء .

التحكم فى الحمل . دواعيه ووسائله

أود أن أرد عن الأذهان بادىء ذى بدء خطأ يقع فيه كثير من الناس اذ ينظرون الى الحمل نظرة خوف وارتياب أو يزعمون أنه لا يتفق ومقتضيات الحياة المتحضرة أو أنه يفسد جمال الجسم واعتدال القد . وانك لتجد هذا الخطأ شائعا بين المترفين وذوى اليسار ومن أفاء الله عليهم نعمة الصحة .

والحمل عمل صالح يصح به الجسم لأنه وظيفة طبيعية من وظائفه . بل انه يدرأ عن الجسم كثيرا من العلل التى يتعرض لها العوانس والعواقر كأورام الرحم الليفية واختلال وظائف المبيضين وآلام الحيض وانحراف الرحم عن وضعه الطبيعى . وكذلك فان الحمل والولادة لا يؤثران فى جمال القد أو شكل البطن أو استدارة الثديين لا سيما اذا التمس الوالدات الانتفاع بالعلم الحديث وما بلغه فن الولادة من تقدم . هذا الى جانب النعمة الكبرى التى جعلها الله قرة أعينهن وهى الأولاد .

ولست أعنى بما قدمت اباحة الحمل اباحة مطلقة ، فتوقيه أمر حسن فى بعض الحالات لأنه يمكن الأم من استرداد عافيتها تماما بين ولادة وأخرى ، ويحدد عدد الأولاد بما يناسب المستطاع فى أمر تربيتهم والانفاق عليهم عند ذوى الموارد الضيقة ولا عبرة بما يحتج به المتزمتون من ان اباحة موانع الحمل تدعو الى الاسراف فى استعمالها لأنه مع تسليمنا بوجاهة مايذهبون اليه الا أن تحديد النسل له ما يسوغه فى بعض الأحيان .

أما منع الحمل بصفة دائمة فانما يكون لمسوغ طبى تقتضيه صحة الأم كالسل الرئوى المتقدم وبعض أنواع الزهرى والبول السكرى الشديد الوطأة والأمراض العقلية وبعض أمراض القلب والكساح وبعض أمراض الكليتين والأمراض التى تنتقل بطريق الوراثة . ففى هذه الحالات يكون الحمل معناه تعريض الأم لخطر محقق يجب حمايتها من شره .

وسائل منع الحمل

لمنع الحمل وسائل عدة • تتفاوت فى درجة ضمانها ولكن ليس بينها ما يعتمد عليه اعتمادا كاملا محققا ويمكن تقسيمها الى :

(١) وسائل آلية •

(٢) الوسيلة الطبيعية أو « فترة الأمن » •

(٣) الاستعصام الجنسى •

(٤) التعقيم الجراحى •

الوسائل الآلية

تشتمل الوسائل الآلية على : الغلاف الواقى • غطاء عنق الرحم • الحاجز المهبلى • الغسل المهبلى • الأقراص المهبلية • الامناء الخارجى • الحلقة المعدنية وما كان على شاكلتها • وجميع هذه الوسائل لا يخلو من بعض العسر والضيق بدرجات متفاوتة •

١ — الغلاف الواقى : يصنع من المطاط الجيد عادة • ولا شك أن استعماله من أضمن الوسائل لمنع الحمل لولا ما يطرأ عليه أحيانا من التمزق وما يصاحب استعماله من تحديد اللذة الجنسية • ولا ضرر منه بتاتا على صحة الذكر أو الأنثى ما دامت العملية الجنسية تبلغ غايتها عند كليهما • ويخطىء من يعتقد أن استعماله يعرض المرء للأمراض العصبية فذلك لا يحدث الا اذا كان الاشتهاء الجنسى لا يصل الى غايته ثم يتكرر حدوث ذلك فترة طويلة من الزمن • ويخطىء كذلك من يعتقد أن السائل المنوى ذو فائدة للأنثى لأن غشاء المهبل لا يستطيع بحكم تركيبه أن يمتص شيئا من هذا السائل ، وما هذا السائل الا أداة تسبح فيهـا تلك الكائنات الصغيرة المسماة بالحيوانات المنوية •

٢ — غطاء عنق الرحم: يصنع من المطاط على شكل قدح القهوة. ويكاد يقرب فى فائدته من الغلاف الواقى بشرط أن يكون جيد الصنع ليس

به مسام تنفذ منها الحيوينات المنوية وأن يكون محكما على عنق الرحم • وألا يدخل فى تركيبه أية مادة معدنية والا فهو ضار بالجسم لما يحدثه من احتقان عنق الرحم • وأن يكون قاعه بعيدا قليلا عن عنق الرحم حتى لا يمنع المفرزات الرحمية من الخروج من الرحم • وينبغى عند استعمال هذه الأغطية أن تبقى فى مكانها بعد انتهاء الجماع فترة لا تقل عن أربع ساعات حتى تكون الحيوينات المنوية قد ماتت بسبب حموضة المهبل ثم تنزع من مكانها وتطهر بالغليان قبل استعمالها مرة أخرى • ويحسن ألا يعمل الغسل المهبلى مع استعمال هذا الغطاء لئلا يزحزح عن مكانه .

وطريق استعمال هذا الغطاء أن تجلس المرأة القرفصاء وتمسك الغطاء بأصبعيها جاعلة فوهته الى أعلا وتدخله فى المهبل مطبقا الى أن يصل الى عنق الرحم فتلبسه عليه كما يوضع الطربوش على رأس رجل علق من رجليه ورأسه الى أسفل • فتحيط حافة الغطاء السميكة بعنق الرحم وتلتصق به بأحكام نظرا لرطوبته •

٣ — الحاجز المهبلى : هو قرص مستدير من المطاط ذو حافة مرنة سميكة يدخل مطبقا بواسطة الأصبعين فى المهبل ثم يترك فيعود الى شكله المستدير ويبقى مكانه فيحجز السائل المنوى من التسرب الى عنق الرحم • وهو أقل ضمانا من الطريقتين السابقتين كما أنه يحد من اللذة شيئا ما • ويجب أن يبقى مكانه فى المهبل بعد الجماع لنفس المدة التى جاء ذكرها عند الكلام عن غطاء عنق الرحم للسبب عينه • ويطهر بالغليان بين كل مرة وأخرى •

٤ — الغسل المهبلى : هذه طريقة غير مأمونة العاقبة اذ أنه لا يمكن التأكد تماما من أن الغسل قد تناول كل ثنايا المهبل وتعاريجه وأخرج كل ما به من السائل المنوى • كما انه يجب عمله بعد الجماع مباشرة ولذلك ينبغى تجهيزه من قبل • وتستعمل لذلك الأحماض الضعيفة كحامض اللبنيك أو الخل أو حامض البوريك لكى تساعد على قتل الكائنات المنوية•

ومما يزيدنا ريبا فى هذه الطريقة أن من العلماء من يعتقد أن الحمل حينما يحدث فانما يكون بطريق اندفاع السائل المنوى فى فتحة عنق

الرحم مباشرة وليس بطريق استقرار هذا السائل فى المهبل أولا ثم تسربه تدريجيا الى عنق الرحم ، فلو صح هذا الرأى لكان شأننا فى الغسل المهبلى شأن من يبحث عن اللص فى دهليز المنزل بينما اللص قد نفذ الى احدى الغرف الداخلية يؤدى عمله فيها باطمئنان .

٥ — الأقراص والعجائن المهبلية : مكونة من الأحماض الضعيفة التى أشرنا اليها فى الغسل المهبلى مضافا اليها مواد تحدث فقاقيع تفتح ثنايا المهبل لكى تتغلغل الأحماض الى كل أجزائه فتقتل الكائنات المنوية . وهى تستعمل قبل الجماع مباشرة . ونظرا لسهولة استعمالها فهى محببة الى الناس ولكنها لا تضمن منع الحمل بمقدار ما تضمن الربح للعاملين على رواجها .

٦ — الامناء الخارجى : هذا طريق لا ينبغى أن يعتمد عليه فى منع الحمل اذ أن بعض السائل الذى يشبه السائل المنوى قد يخرج من الذكر أثناء الجماع فيحدث منه الحمل . كما أن مداومة استعماله ضارة بالصحة لما يترتب عليها من الاختلال العصبى والنفسى وما يعقبها أحيانا من الاحتقان فى الأعضاء التناسلية فى الذكر والأنثى .

٧ — الحلقات المعدنية وأشباهها : هى حلقات مرنة أو مسامير أو دبابيس مصنوعة من الذهب أو البلاتين أو غير ذلك . تدخل فى الرحم بواسطة الطبيب وتترك فيه بصفة دائمة . ولقد ذكرت هذه الطريقة هنا لكى أحذر الناس من استعمالها بتاتا لأنها بالغة الضرر ويكفى أن أذكر ضمن ما تحدثه من المضاعفات التهاب الرحم المزمن والأمراض العصبية .

الوسيلة الطبيعية أو «فترة الأمن»

هذه وسيلة طبيعية من وسائل منع الحمل قد تبلغ فى فائدتها مرتبة أحسن الطرائق الآلية التى سبق ذكرها . وهى وسيلة لا مشقة فيها ولا مضايقة . وأساسها أن الحمل يحدث عند خروج البويضة من أحد مبيضى المرأة وهذا يحدث مرة واحدة فى كل دورة حيضية فى منتصف المدة بين حيضة وحيضة . فاذا كانت الدورة الحيضية ٢٨ يوما مثلا خرجت البويضة فى اليوم الرابع عشر (حاسبين من أول يوم من أيام الحيض)

وكان هذا اليوم أكثر الأيام ملاءمة لحدوث الحمل وكذلك اذا وقع الجماع خلال الأربعة الأيام السابقة لهذا اليوم لأن الحيوان المنوى يستطيع البقاء حيا فى بوق المرأة حتى تأتيه البويضة فيلقحها . كما يجوز أن يحدث الحبل اذا وقع الجماع خلال الأربعة الأيام التالية لهذا اليوم لأن البويضة تستطيع البقاء صالحة للتلقيح تنتظر وصول الحيوان المنوى . وعلى هذا الأساس تكون فترة حدوث الحمل من اليوم العاشر الى اليوم الثامن عشر . وتكون باقى أيام الدورة الحيضية بمثابة فترة أمينة للجماع دون حدوث الحمل . وهذه القاعدة صحيحة فى أغلب النساء . ولكن هناك نساء لسن ذوات دورات حيضية منتظمة وهناك نساء لسن على انتظام تام فى موعد خروج البويضة من المبيض . كما ان هناك نساء تحظى كل دورة من دوراتهن الحيضية بأكثر من بويضة واحدة .

الاستعصام الجنسى

هو الامتناع عن مزاولة الجماع . وهو أمر قد يضيق به الشباب والأصحاء . والامتناع الجنسى غير ضار فى ذاته الا أن يكون هناك عوامل تثير العاطفة الجنسية فعندئذ يكون ضارا بالجسم لما فيه من كبت للعاطفة . ولذلك فلا نشير به كوسيلة حميدة من وسائل منع الحمل .

التعقيم الجراحى

هو اجراء جراحى يمنع حدوث الحمل مدى الحياة . ولا يلجأ اليه الطبيب الا بعد دراسة وافية لظروف كل حالة على حدة . ولابد من قيام سبب دائم واضح يسوغ منع الحمل . وللتعقيم الجراحى وسائل أحسنها ربط البوقين أو بتر جزء من كل منهما حتى نقطع الطريق الذى تسلكه البويضة أو الحيوان المنوى فلا يكون بينهما لقاء ومن ثم لا يحدث الحمل .

وبعد فلعلى أيها القارىء لم أشبع رغبتك فى الاهتداء الى وسيلة أكيدة لمنع الحمل ولكن عذرى عندك ان ما أدركه العلم فى هذا الباب لا يزال بعيدا عن حد الكمال .

يَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ إِنَاثًا وَيَهَبُ لِمَنْ يَشَاءُ الذُّكُورَ

قرآن كريم

ليس فى قدرة الطب فى عهده الحاضر أن يتنبأ بنوع الجنين قبل ولادته ، رغم ما يبذله العلماء من جهد لتحقيق هذه الغاية . ولقد كان أول ما خطر لبعضهم أن زعموا أن أحد المبيضين تنتج بويضاته الذكور وأن الآخر تنتج بويضاته الاناث. ثم قرنوا هذا الزعم بالحقيقة المقررة ، وهى أن أحد المبيضين يفرز بويضة واحدة فى منتصف الدورة الحيضية والآخر يفرز بدوره بويضة أخرى فى منتصف الدورة التى تليها. وهكذا يتناوبان افراز البويضات فى هذا النظام الدقيق. أى أن المبيض الواحد يفرز بويضة واحدة كل دورتين حيضيتين أى كل شهرين تقريبا، فلو صح ما زعمه هؤلاء الزاعمون من أن أحد المبيضين ينتج الذكور والآخر الاناث أمكننا التحكم فى نوع الجنين فى بساطة تامة . فمثلا اذا كان آخر مولود أنثى فان أول دورة حيضية بعد الولادة تكون بويضتها بداهة من المبيض الآخر أى الذى ينتج الذكور. فيكون التلقيح فى هذه الدورة منتجا للذكر وفى الدورة التى تليها للأنثى وهكذا . ولكن تبدد هذا الحلم الجميل ، اذ ثبت فساد هذا الرأى بما لا يقبل الشك .. لأننا اذا استأصلنا أحد المبيضين من جسم المرأة — وهو مما يلجأ اليه الجراح فى كثير من الأحوال — فان المبيض الآخر ينتج الذكور والاناث جميعا .

ثم رأى بعض العلماء ان نبضات قلب الجنين تكون أسرع فى الأنثى منها فى الذكر ، وهذا صحيح .. غير أننا اذا علمنا أن عدد هذه النبضات يتراوح فى الدقيقة الواحدة بين ١٢٠ و ١٦٠ نبضة ، وانها بجانب ذلك تتأثر بعوامل طارئة كثيرة ، أدركنا وجه المشقة فى الاستدلال بهذه العلامة على نوع الجنين .

ثم ظن بعض الباحثين أن نوع الجنين انما يتقرر من نوع الغذاء الذى تتناوله الحامل أو مما اذا كانت البويضة عند تلقيحها حديثة العهد بالخروج من المبيض أو مضى عليها بعض الوقت منذ خروجها هذا .. كل هذه احتمالات لم يؤيدها البحث الصحيح .

والآن تلوح فى الأفق العلمى بارقة أمل لتحقيق هذه الأمنية . ويسرنى أن أسجل هنا أن صاحب الفضل الأول فى هذا البحث الجديد هو أحد الزملاء المصريين اسمه الدكتور نجيب رياض اذ كشف فى أوراق البردى أن أسلافنا المصريين القدماء كانوا يعرفون نوع الجنين من بول الحامل بعد استخدامه فى انماء بذور القمح والشعير فى تجربة سهلة ميسورة فهداه هذا الى تجربة استخدام هذا البول فى الحيوان بدلا من النبات ، بحقن بول الحامل فى بعض صغار ذكور الحيوان كالأرانب والجرذان ثم فحص خصاها تحت المجهر (الميكروسكوب) لمعرفة نوع التغير الذى طرأ على خلاياها . وخرج من بحثه هذا بأنه يستطيع أن يقطع برأى فى معرفة نوع الجنين . وسنده العلمى أن الجنين الذكر يفرز مادة خاصة (هرمونا) تختلط بدم الحامل فتنفرز فى بولها فتؤثر فى خصى ذكور الحيوان فتستحثها الى نمو مبكر يظهر واضحا تحت المجهر .

أما عن امكان تحويل الجنين من ذكر الى أنثى أو العكس ، فان هذا غير مستطاع لأن الذكورة أو الأنوثة صفة أصيلة كائنة فى الجنين منذ أول تكوينه أى منذ أن اتصل الحيوان المنوى بالبويضة وهو ما نسميه التلقيح . والبويضات كلها على نوع واحد . أما الحيوان المنوى فعلى نوعين . وهما وان كانا شقى خلية واحدة ومتماثلين تماما فى الشكل وفى نصيب كل منهما من تلك القطع الصغيرة التى تنحل اليها نواة الخلية الأولى الا أن أحدهما مذكر الصفة والآخر مؤنثها .

فان أردت الدخول فى الأمر بشىء من التفصيل فاعلم أن الخصية تحوى

ملايين من الخلايا ، مدخرة لكى تنقسم كل منها عند الاقتضاء الى قسمين يسمى كل منهما عندما يتكامل تكوينه حيوانا منويا . وقبيل انقسام هذه الخلية تتحول نواتها المستديرة الى ما يشبه الحبل الطويل المتعرج . ثم يتقطع هـذا الحبـل الى أربع وعشرين قطعـة متساوية تسمى الكروموسومات . كل منها يشبه العصا الصغيرة . ثم تنشق كل عصا من هذه العصى الصغيرة الى شقين متساويين يذهب كل منهما الىأحد طرفى الخليـة ، ثم تنقسم الخليـة نفسها الى قسمين يصير كل منهما حيوانا منويا ، ويحوى كل منهما عـددا متساويا من هـذه الشقائق . ولكن قطعة واحدة من هـذه القطع الأربع والعشرين هى المنوطة بالنوع أى بالذكورة والأنوثة . وعندما تنشق الى شقيها يكون أحدهما مذكر الصفة يجعل الحيوان المنوى الذى يحتوى عليه مذكرا . والشق الآخر مؤنث الصفة يجعل حيوانه المنوى مؤنثا .

ومن هنا يظهر لنا فى وضوح أن التذكير والتأنيث أمر مقرر منذ تلقيح البويضة بأحد هذين النوعين من الحيوان المنوى . ولا سبيل الى تغيير نوع الجنين بعد ذلك . أما اذا استطاع العلم فى المستقبل أن يفصل نوعى الحيوان المنوى أحدهما عن الآخر دون أن يتناولهما بسوء فعندئذ نستطيع التحكم فى نوع الجنين . وسبحان من يهب لمن يشاء اناثا ويهب لمن يشاء الذكور .

أحاديث

ألقيت من دار الإذاعة

١ ـ الحامل . مأكلها وملبسها ورياضتها

طلبت الى دار الاذاعة أن أحدث النساء حديثا قصيرا من ركن المرأة كل أسبوعين . فرأيت أن يكون حديثى هذا الأول مقصورا على تبيان أهمية الفحص الطبى للحوامل . وعلى ما ينبغى أن تعرفه كل حامل من حيث المأكل والملبس والرياضة .

والحمل حالة طبيعية من حالات الجسم وليس حالة مرضية كما يعتقد البعض . ولهذا لا داعى للخوف بتاتا من الحمل متى كان الجسم فى حالة ملائمة من الصحة ، ولكنى أبادر فأقول ان فترة الحمل تقتضى العناية واليقظة أكثر من أى وقت آخر . ومن هنا نشأت هذه القاعدة الذهبية وهى أن تزور الحامل طبيبها مرة كل شهر .

وأقول بكل أسف ان هناك كثيرات يعتقدن أن الحاجة الى الطبيب لا تكون الا وقت الولادة اذا حدث ما يدعو الى معونته . والواقع أن استدعاء الطبيب فى هذا الوقت يكون بمثابة مواجهته بالأمر الواقع وبعد فوات الفرصة . ذلك أن معظم كوارث الولادة يمكن اتقاؤها لو أننا اطلعنا على الحالة من قبل ورسمنا لها طريقها المناسب . فمثلا فى حالات ضيق الحوض قد ننصح باجراء العملية القيصرية عند بدء الولادة أو قبل ذلك فنضمن سلامة الولادة والمولود جميعا . بحيث أن كل ساعة تمضى بعد بدء الولادة الى أن تعمل العملية تحمل معها خطرا عظيما على الوالدة . وخطأ آخر يقع فيه بعض الحوامل الحريصات على الحمل فانهن يخفين حملهن حتى على ذوى قرباهن . ولا يسمحن مطلقا للطبيب بفحصهن خوفا من الاجهاض على حد اعتقادهن . والحقيقة أن الأمر على العكس تماما لأن الفحص الطبى قد يكشف عن كثير من الأسباب التى تحدث الاجهاض ومعظمها قابل للعلاج اذا تداركناه فى الوقت الملائم .

اذن ستزور الحامل طبيبها فى انتظام طول مدة الحمل • فيتأكد من سلامة الجنين ، ومن اطراد نموه. ويرى ان كانت هناك عوارض أو علامات تنذر بالاجهاض أو تهدد صحة الحامل فيعمل على علاجها • ويعلم وضع الجنين . ودرجة اتساع الحوض أو ضيقه . ويقدر يوم الولادة فتستعد له الحامل حتى لاتفاجأ به مفاجأة قد تكون غير سارة . ويجرى مايراه ضروريا من تحليل الدم والبول وغير ذلك • ثم يزودها بمايراه من النصح فى كل ما يعود عليها وعلى حملها بالخير والسلامة •

الملبس : ليست للملبس أهمية خاصة فى الثلاثة الأشهر الأولى من الحمل . ولكن ينبغى بعد ذلك تجنب الملابس الضيقة لا سيما الأحزمة والأربطة وما شابه ذلك ، فهى تعوق نمو الجنين ، وقد تسبب الاجهاض. هذا فضلا عن مضايقتها الحامل وسوء تأثيرها على الهضم . ويجب الامتناع بتاتا عن لبس الأحذية العالية الكعب لا سيما فى النصف الثانى من الحمل لأنها تسبب آلام الظهر وتزيد فى تقوس الجزء الأسفل منه فيضيق البطن بما فيه من حمل ثقيل •

أما المأكل :فيكون عاديا فى الحالات الطبيعية • أى متى كانت صحة الحامل جيدة • وكان بولها خاليا من الزلال • ويحسن الاكثار من الفاكهة والخضر لأنها تحتوى على الفيتامينات المطلوبة لجسم الحامل وللجنين . ولأنها سهلة الهضم • ومنظمة لعمل الأمعاء • ولا بأس من الاكثار من شرب الماء • ويحسن الاقلال من المواد الزلالية فى النصف الثانى من الحمل والامتناع عنها بتاتا اذا كان بالبول زلال • أما ترتيب الأغذية بحسب نسبة ما تحتوى عليه من المواد الزلالية فهو : أولا البطارخ . وتليها الكبد والكلية والقلب . وتليها اللحوم البيضاء أى لحوم الطيور ثم اللحوم الحمراء أى لحوم البقر والضأن . ثم سمك البحر . ثم سمك النهر (مثل سمك النيل) . وعندما يراد الاقلال من المواد الزلالية يحسن أكل السمك مرتين أو ثلاث مرات فى الأسبوع مثلا . وأقل من السمك فى نسبة المواد الزلالية البيض والجبن . وأقلها اللبن اذ يحوى ٤٪ فقط .

وبهذه المناسبة نقول ان من الأخطاء الشائعة اكثار بعض النساء من شرب اللبن ظنا منهن أنه يساعد على ادرار لبن الرضاعة . وقد لا يكون اللبن أحد الأغذية المحببة اليهن فيكرهن أنفسهن على شربه . وفى هذا ضرر للمعدة والأمعاء يعقبه سوء تغذية الجسم أى على الضد مما يقصدن اليه . والواقع أن شرب اللبن مع فائدته للحوامل لا يزيد فى افراز اللبن من الثديين أكثر من أى سائل آخر . فالماء يساعد كذلك على افراز اللبن بنفس المقدار . وعلى ذلك يحسن أن يترك الأمر الى رغبة الحامل فى شرب اللبن أو الامتناع عنه . بغض النظر عن الحمل فى ذاته .

وهناك خطأ آخر يقع فيه نساء الجيل الحاضر اللاتى يبتغين النحافة عن طريق اتباع نهج خاص لتحديد كمية الطعام (رچيم) قد يكون أحيانا غاية فى القسوة . فانه مع التسليم بجواز ذلك أحيانا كوسيلة للرشاقة الا أنه بالغ الضرر أثناء الحمل . لأن الجنين يحتاج الى مقادير متزايدة من أملاح الجير لنمو عظامه . ومن أملاح الفوسفور لنمو جهازه العصبى . والى الفيتامينات لنمو جسمه بصفة عامة ووقايته من بعض الأمراض كالكساح . كما أن الاقلال الكثير من الطعام يعرض الحامل للضعف العام فلا تستطيع القيام بمجهود الولادة . ولقد شاهدت حالات صداع مستمر بعد الولادة نشأ عن نقص فى أملاح الجير والفوسفور نتيجة لاتباع هذه الطرائق الضارة .

وخطأ ثالث على عكس ذلك . فهناك نساء يقعن فى الخطأ من طرفه الآخر . أى انهن يكثرن من الطعام فوق ما تحتمله الشهية ظنا منهن أن الغذاء المعتاد يسد حاجة الجسم فحسب ولكنه لا يكفى حاجة الجنين . وهذا خطأ . لأن الطبيعة قد احتاطت لذلك فأعدت زيادة فى شهية الأكل فى النصف الثانى من الحمل . وعلى ذلك ينبغى أن يكون الأكل بمقدار ما تسمح به الشهية العادية أثناء الحمل . على أن الجنين لا يحتاج من العناصر الضرورية لنموه الا الى مقادير صغيرة لايكاد يحسب لها حساب .

فليقتصد النساء مدة الحمل فى الطعام لئلا يحملن جهازهن الهضمى مشقة افراز فضلاته .

ويحسن الامتناع عن أكل المواد الحريفة لأنها تسبب تهييجا للمعدة والأمعاء وقد تسبب الاجهاض أو الولادة المبكرة .

وأما الرياضة : فتحتاج الحامل منها الى رياضة يومية لتجديد نشاط الجسم . وتنشيط الدورة الدموية لنفسها وللجنين . وأفضل رياضة لها المشى فى حذاء قصير الكعب لمدة تختلف على حسب الاستعداد الفردى . والقاعدة هى انه مادام المشى لا يبلغ درجة التعب أو الاجهاد فهو مباح ومفيد . ويحسن أن يكون فى جو معتدل . أى فى وقت ملائم من أوقات النهار .

وفى النساء اللاتى اعتدن مزاولة أنواع سهلة من الرياضة كالسباحة أو الرقص لا بأس من استمرارهن فى مزاولتها أثناء الحمل . لا سيما فى النصف الأول منه . على أن تكون باعتدال وألا تحدث تعبا شديدا ، وبشرط ألا يكون قد حدث لهن اجهاض سابق . فان لم تتوفر هذه الشروط وجب الامتناع عن هذه الرياضات والاكتفاء بالمشى اليومى . أما الرياضة العنيفة كحمل الأثقال والألعاب البهلوانية ولعب الكرة . والرقصات المسرحية وما شابهها فيجب الامتناع عنها بتاتا طول مدة الحمل.

ولا يفوتنى هنا أن أذكر هذه الحقيقة وهى أن درجة تعرض الحوامل للاجهاض مسألةاستعداد خاص . فمنهن من تسقط من مسكنها بالطابق الثالث فتكسر بعض عظامها ويبقى مع ذلك حملها سليما . وعلى العكس من ذلك قد نرى الاجهاض يحدث من تناول مسهل قوى أو من حمل جسم ثقيل أو من انزلاق القدم على سطح أملس أو من افريز الطريق . فيحسن بالسيدات أن يكن أميل الى القصد منهن الى الاسراف فى الرياضة فى أثناء الحمل .

ولا بأس قبل أن أختم كلمتى هذه من أن أذكر أن من الحوامل من تعتقد خطأ أنها اذا أوت الى فراشها وأرادت أن تدور من أحد جنبيها الى الجنب الآخر فعليها أن تجلس أولا قبل أن تستطيع الاضطجاع على جنبها الآخر . والا تغير وضع الجنين . وهذه خرافة لا أساس لها من الحقيقة ويكفى مجرد ذكرها للقضاء عليها .

٢ ـ الحامل . القناة المهبلية . البول . الثديان

كان حديثى فى المرة السابقة عن بعض ما ينبغى على الحامل أن تعرفه من أمر رياضتها وملبسها وملبسها . واليوم أتحدث عن نواحى أخرى يجدر بالحامل أن تكون على شىء من الدراية بها .

قىء الحمل : يحدث عادة فى الصباح عندما تنهض الحامل من فراشها ولهذا سمى قىء الصباح . وقد يكون مجرد غثيان أى ميل للقىء . ويكون عادة فى الشهر الثانى والثالث وبعض الشهر الرابع ثم ينقطع فيما بقى من مدة الحمل . وهو لا يصيب الا نحو ٥٠٪ من الحوامل . أى ان نصف الحوامل يجتزن مدة الحمل بأكملها سالمات منه . وفى هذا مايدل على أن الحمل فى ذاته لا يؤثر فى المعدة تأثيرا عضويا خاصا . والسبب فى حدوث هذا القىء فى الغالبية العظمى حالة نفسية أو عصبية تستولى على الحوامل منشؤها اعتقادهن أن القىء عرض من أعراض الحمل كانقطاع الحيض . أى ان الحامل لا تكون حاملا فى رأى نفسها ورأى أهلها الا اذا حل بها هذا القىء . أما فى حالات قليلة فيكون سبب القىء تسمم ناشىء من الحمل فعلا . ولكن هذه الحالات نادرة لحسن الحظ . وأقول لحسن الحظ لأنها حالات شديدة تقتضى علاجا حاسما سريعا . وقد يدعو الأمر فيها الى التخلص من الحمل بوساطة عمل جراحى سريع محافظة على صحة الحامل وابقاء عليها من التلف .

وقىء الحمل الذى يحدث فى الصباح هو فى الحقيقة اجراء وقائى من جانب الجسم . لأن الحامل حينما تنتقل بغتة من الوضع الأفقى الذى تكون فيه أثناء النوم الى الوضع الرأسى عندما تنهض من فراشها فان المخ يحدث به نقص فى كمية الدم التى يرسلها القلب اليه . وما القىء الا مناورة بارعة الغرض منها انقباض فى عضلات الصدر فيزداد الضغط داخل

الصدر ويترتب على ذلك دفع مقدار أكبر من الدم يكون بمثابة نجدة سريعة لاسعاف المخ .

وقيء الحمل لا يؤثر عادة فى تغذية الحامل ولذلك يحتفظ جسمها بحالته الصحية الطبيعية فلا يعتريها هزال أو نقص فى الوزن . وعلاجه يتوقف فى جوهره على مبلغ تأثير الطبيب على المريضة وعلى مبلغ ثقتها به . وبعبارة أخرى فالعلاج يكون عن طريق الايحاء أو الاقناع . وللطبيب فى هذا وسائل شتى : فقد يلجأ الى تغيير محل اقامتها . أو الى نقلها الى أحد المستشفيات . أو الى السماح لها بأكل كل ما تشتهيه أيا كان نوعه . أو على العكس ، الى حرمانها بتاتا من الطعام لمدة يوم أو يومين . أو الى تهديدها باجراء عملية الاجهاض ان كانت شديدة الرغبة فى الحمل وهكذا . وقد ينفع أن تمكث الحامل نحو عشر دقائق نصف جالسة قبل مغادرتها الفراش فى الصباح وذلك بوضع وسادتين أو ثلاث تحت الرأس حتى لا يفاجأ الرأس بالوضع الرأسى كما قدمنا . ولا بأس من تناولها قدحا كبيرا من الشاى الساخن محلى بقليل جدا من السكر وهى على وضعها هذا لكى يذهب عنها الملل . ثم تثنى رأسها بين ركبتيها لفترة قصيرة قبل نهوضها من الفراش فاذا ماسلمت من قيء الصباح بقيت سالمة منه طول يومها فى أغلب الحالات . أما العلاج بالدواء فلا ندخل فى تفصيله هنا . ولكنه يكون باعطائها مسكنا للمعدة وملينا للأمعاء . وخلاصة المبيض وأملاح الجير وغير ذلك حسبما يراه طبيبها المعالج .

وينبغى على الحامل أن تتجنب كل طعام لا تجد فى نفسها اقبالا عليه عند النظر اليه . وأن تأكل ما تشتهيه أو ما يمر بخاطرها من ألوان الطعام على أن يكون ذلك بكميات قليلة على فترات كثيرة متقاربة . والمشاهد بصفة عامة فى هذه الحالات أن المعدة ترتاح الى الأطعمة السهلة الطهى والى السوائل الشديدة البرودة أو الشديد السخونة . كما أن ما يناسب الواحدة قد لا يناسب الأخرى . وعلى كل حامل أن تعرف بنفسها ماذا تأكل وماذا تترك .

ولن أدخل هنا فى علاج النوع التسممى ولكنى أكتفى بأن أقول انه يتميز عن النوع العصبى بعلامات أربع وهى : نقص واضح فى وزن الجسم أى هزال شديد • ونقص شديد فى كمية البول مع ظهور الزلال فيه • وازدياد فى النبض الى ما فوق المائة النبضة فى الدقيقة بصفة مستمرة • وظهور الصفراء فى العينين • فاذا ظهرت هذه العلامات أو بعضها وجبت استشارة الطبيب دون ابطاء •

والآن نتحدث قليلا عما يصيب المعدة بعد أن تنقضى فترة قىء الحمل • فقد تتأثر حموضة المعدة فى كثير من الحالات بالزيادة أو النقص • وقد يؤثر هذا فى حالة الأسنان فى أثناء الحمل • ولا بأس من غسل الفم بمحلول قلوى مثل بيكربونات الصودا بمقدار ملعقة صغيرة فى نصف كوب من الماء فى الصباح والمساء • وفى الشهر الثامن من الحمل يكون الرحم قد بلغ أقصى ارتفاعه فى البطن فيصير قريبا من المعدة ويزحمها فلا تسع من الطعام ما كانت تسعه من قبل • ولهذا يحسن أن تكون وجبات الطعام قليلة فى مقدارها كثيرة فى عددها • أما فى الشهر التاسع فان الرحم يهبط فى البطن قليلا عندما يتخذ رأس الجنين مكانه فى الحوض فيخف عن المعدة ما كانت تعانيه من الضيق •

الامساك : شديد الضرر بالحوامل وهو كثير الحـدوث مدة الحمل لأن الرحم كلما ازداد حجمه عرقل حركة الأمعاء • ويكفى لتجنب الامساك فى الحالات العادية قليل من الرياضة اليومية والاكثار من أكل الفاكهة والخضر • ولا بأس من تناول الملينات الهادئة كزيت البارافين أو المانيزيا أو مسحوق العرقسوس كلما دعا الأمر اليها • فاذا لم تفلح فينبغى عرض الأمر على الطبيب لأن المسهلات القوية قد تسبب الاجهاض • أما الحقن الشرجية فيحسن الاقلال منها الا عند الضرورة القصوى • لأن مداومة عملها تحدث احتقانا بالرحم وقد يؤدى ذلك الى الاجهاض • قلنا ان المسهلات القوية والاكثار من الحقن الشرجية قد تسبب الاجهاض ونضيف الى ذلك أن الامساك نفسه قد يسبب الاجهاض كذلك ، ولاسيما فى الجزء

الأول من الحمل . ومن مضار الامساك أنه يعطل افراز الفضلات المتخلفة عن الطعام فتبقى فى الأمعاء مدة طويلة فيمتص الجسم منها مواد مؤذية يرى بعض العلماء أنها السبب فى تسمم الحمل أو على الأقل مشتركة فى احداثه .

الاهتمام بأمر البول : لا بد من مراقبة البول للاطمئنان على وفرة كميته . وللتحقق من خلوه من الزلال . وينبغى القيام بفحصه مرة كل شهر فى السبعة الأشهر الأولى من الحمل . ثم مرة كل أسبوع أو أسبوعين بعد ذلك الى تمام الحمل . وفحص البول يدل على كفاية الكليتين اذ تقومان أثناء الحمل بعمل اضافى هو افراز فضلات الجنين . وظهور الزلال فيه نذير من النذر الأولى لتسمم الحمل . وتسمم الحمل يتخذ مظاهر مختلفة : منها القىء التسممى الذى سبقت الاشارة اليه . ومنها النزف الرحمى فى الثلث الأخير من الحمل . ولكن أشدها خطرا على حيـاة الحامل تشنجات الحمل (وهو ما نسميه الأكلامسيا) . ولهذا وجبت علينا اليقظة التامة حتى نأمن شر هذه الكوارث العظيمة — أما كمية البول فيجب الاهتمام بأمرها بحيث اذا شوهد نقص مفاجىء فيهـا وجبت استشارة الطبيب فى الحال لأن هذا نذير آخر باقتراب الخطر .

ويحسن هنا أن نسرد فى ايجاز هذه النذر أو مانسميها بحق علامات الخطر التى ينبغى على كل حامل أن تعرفها معرفة تامة لكى تسرع الى طبيبها عند ظهور واحدة منها : الامساك الحاد المفاجىء . النقص المفاجىء فى كمية البول . زلال البول . الصداع الشديد . اضطراب النظر . ألم حول الصدر أو ألم فيما يسميه العامة « فم المعدة » . تورم الرجلين أو جدران البطن .

العناية بالثديين : هذا أمر واجب فى أثناء الحمل لما سيقومان به بعد الولادة من ارضاع الطفل الى مدة تناهز السنة . ولهذا ينبغى أن نعدهما للرضاعة فى الشهرين الأخيرين من الحمل . وذلك بتدليك الحلمتين بانتظام مرتين كل يوم . وخير الوسائل لذلك أن تغسل اليدان فى الصباح بالماء والصابون

ثم تدهن الحلمتان بالفازلين المعقم وتدلكان بأصبعى الابهام والسبابة جذبا الى الخارج بضع مرات لكل حلمة ، ثم تكرر هذه العملية قبل النوم مع دهن الحلمتين بماء الكولونيا بدلا من الفازلين • والتدليك يقوى جلد الحلمتين ويقيه من التشقق مدة الرضاعة ويزيد فى طول الحلمة القصيرة أو الغائرة ويسوى شكلها فتصير الرضاعة سهلة على الطفل مريحة للأم • وبذلك نتقى كثيرا مما يصاحب الرضاعة من الضيق والعناء • وكم من مرضع اضطرت الى تغذية طفلها تغذية صناعية لا عن نقص فى مقدار لبن ثدييها ولكن عن عدم قدرة على ارضاعه . ولا يخفى ما تقتضيه التغذية الصناعية من الجهد والنفقة ومن تعرض الطفل لأمراض كثيرة ما كان أغناه عنها لو اننا أعددنا الحلمتين بهذه الطريقة البسيطة • هذا فضلا عما قد يؤدى اليه تشقق الحلمة من تعرض الثدى للالتهاب أو اصابته بخراج يدعو الى تدخل جراحى •

٣ - اقتربت الساعة . أو فى انتظار الحادث السعيد

ما يزال حديثنا هذه المرة عن الحامل . ولكنه عن الحامل فى شهرها التاسع الأخير . حيث تكون قد قاربت الانتهاء من حملها وأشرفت على الولادة . وأخذ يداعبها الشوق الى رؤية هذا القادم العزيز المنتظر . لتضمه بين ذراعيها فرحة مسرورة ، ولتتلقى تهنئة الأهل والأصدقاء فى غبطة وسعادة .

والشهر التاسع : شهر كثير الأحداث . ففيه يهبط الرحم رويدا فى البطن عما كان عليه فى الشهر الثامن فيخف الضغط عن المعدة . وتشعر الحامل بنصيب أكبر من الراحة عند تناول الطعام . ولكنها حين تودع هذا العرض البغيض وهو سوء الهضم فانما لتستقبل عرضا آخر قد يسبب لها شيئا من الضيق وهو احساسها برغبة فى التبول فى فترات كثيرة متقاربة . ذلك لأن رأس الجنين يهبط فى فتحة الحوض شيئا فشيئا لكى يتخذ موضعه استعدادا للولادة فيضغط على المثانة فلا تسع من البول ما كانت تسعه فى حالتها الطبيعية فتزداد مرات التبول تبعا لذلك — ومن أحداث الشهر التاسع آلام فى البطن أو الظهر تنتاب الحامل بين حين وآخر . ولكنها آلام طارئة خفيفة لاتدعو الى شىء من القلق ولاتدل على بدء الولادة ، وهى قصيرة الأمد منشؤها انقباض فى جدر الرحم لكى يجدد دورته الدموية أو استجابة منه لحركة الجنين . وكلا الأمرين ذو فائدة لأنه يساعد على نمو الجنين — ومن احداثه كذلك صعوبة فى المشى سببها استرخاء فى أربطة مفاصل الحوض لأن الحوض عبارة عن حلقة عظمية مكونة من عدة عظام تمسك بعضها بعضا هذه الأربطة التى تلين وتسترخى استعدادا للولادة ، حيث يقتضى الأمر أن يتسع الحوض الى أقصى ما يستطيعه لمرور الجنين فيه وفى الأيام القليلة الأخيرة من الشهر التاسع يخرج من الرحم افراز مخاطى لزج به قليل من الدم يدل على اقتراب الولادة حين

يأخذ عنق الرحم المغلق فى التأهب للانفتاح والتمدد فيخرج منه هذا الافراز المخاطى المدمم . ووجود الدم فى هذا الافراز أمر طبيعى لا ينبغى أن تلقى الحامل بالا اليه .

معرفة يوم الولادة : لمعرفة يوم الولادة طرائق ثلاث : أولها أن تعد الحامل ٢٨٠ يوما أى تسعة أشهر وأسبوع من تاريخ آخر حيض ، وعلى وجه أدق من تاريخ أول الحيض فيكون هذا يوم الولادة بالتقريب . والطريقة الثانية أن تعد ٢٢ أسبوعا أو ١٥٤ يوما أو خمسة أشهر من تاريخ احساسها حركة الجنين للمرة الأولى . لأن الجنين يبدأ تحركه فى أواخر الشهر الرابع من الحمل . ومتكررات الولادة أعرف بحركة الجنين من الحوامل للمرة الأولى . اذ أن حركة الأمعاء لا سيما اذا كانت بها غازات قد تلتبس بحركة الجنين فى أولها عند قليلات الخبرة بالحمل . على أن حركة الجنين هـذه تزداد وضوحا كلما نما الجنين فتميزهـا الحامل فى سهولة . أما الطريقة الثالثة فيلجأ اليها الطبيب اذ يعرف مدى تقدم الحمل بازدياد حجم الرحم وارتفاعه فى البطن ومن ثم يقدر يوم الولادة . ويمكن من هذه الوسائط الثلاث ومقارنتها ببعضها البعض الوصول الى تحديد يوم للولادة هو أقرب ما يمكن الى الصواب . وفى الغالبية العظمى من الحالات يقع يوم الولادة اما قبل هذا اليوم المقدر بأيام قليلة أو بعده بأيام قليلة . وهناك طريقة أخرى يستعين بها الطبيب فى أواخر أيام الحمل لمعرفة يوم الولادة . وهى ما نسميه انحشار رأس الجنين فى الحوض ، اذ يحدث ذلك قبل الولادة بثلاثة أسـابيع فى الحوامل للمرة الأولى وثلاثة أيام أو أربعة فى متكررات الولادة . ولا بد من الاشارة هنا الى أن يوم الولادة حسب هذه الوسائط لا يكون صحيحا فى جميع الحالات لان مدة الحمل ليست واحدة فى جميع النساء . ثم أن الولادة قد تتعجلها قبل موعدها عوامل ومؤثرات مثل كبر حجم الجنين أو التوائم أو الزيادة فى كمية السائل الذى يحيط بالجنين . أو الانفعال النفسى أو الحركات العنيفة مما يحرض الرحم على الانقباض والبدء فى الولادة قبل أوانها

وهو ما نسميه الولادة المبكرة . وينشأ عن الولادة المبكرة مولود لم يتكامل نموه فيكون أمله فى الحياة بعد ولادته منقوصا ويواجه الحياة فى صحة معتلة . كما أن الولادة قد تتأخر عن موعدها فيبقى الجنين فى الرحم شهرا أو أكثر بعد مدة الحمل الطبيعية وهو ما نسميه الولادة المؤجلة . وأقصى مدة للحمل اعترفت معاجم الطب هى ٣٣٠ يوما أى أطول من المدة الطبيعية بخمسين يوما . وعلى ذلك ينبغى أن تستعد الحامل للولادة منذ أول الشهر التاسع حتى لا تفاجأ بها على غير انتظار . فان كانت تريد الولادة فى بلد غير الذى تقيم به فلتنتقل الى ذلك البلد منذ أول الشهر التاسع كذلك .

ما الذى يسبب الولادة ؟ : أو ما الذى يدفع الرحم الى العمل ليخرج الجنين الى هذه الحياة الدنيا أو بعبارة أخرى ما كنه تلك الاشارة التى يتلقاها الرحم فيأخذ فى الانقباض بشكل تلقائى لاسلطان لأحد عليه الى أن تتم الولادة . ذلك أمر لا يزال سره غامضا . قال فريق من العلماء ان الذى يحرض الرحم على الولادة هو تراكم ثانى أكسيد الكربون فى الدم حتى يصل الى مقدار ينبه المركز العصبى الذى يهيمن على الرحم فيدفعه الى الانقباض . وقال فريق آخر ان تراكم مادة البتوترين فى الدم هو الذى يحرض الرحم على العمل . وقال آخرون بل هو مجرد تمدد عضلات الرحم وما تعانيه من الشد بسبب نمو الجنين المطرد . وقال غيرهم انه ضغط رأس الجنين على مجمع أعصاب الرحم عند عنقه . وقال فريق آخر انه شيخوخة المشيمة بسبب استحالة فى نسيجها بحيث لا تستطيع تغذية الجنين تغذية كافية ، فيصير الجنين كأنه جسم غريب عن الرحم فيأخذ هذا فى التخلص منه . ويقول آخرون غير هذا وذاك فاذا لم تتوافر هذه الأسباب أو بعضها فى الوقت المناسب تأخرت الولادة عن موعدها . واذا توافرت قبل أوانها حدثت الولادة مبكرة .

اختيار غرفة الولادة : ينبغى أن تختار غرفة الولادة بحيث تكون بعيدة عن الضوضاء . منعزلة عن باقى غرف المنزل قدر المستطاع . وأن

تكون على حظ موفور من الضوء • حسنة التهوية • وأن تدخلها الشمس بعض ساعات النهار • وليكن ما بها من الأثاث بسيطا قليلا غير مزدحم • ولتكن خالية من الأبسطة والأستار السميكة لأنها تحوى الأتربة ، وربما تلوثت الولادة بسبب ذلك اذ أن الجرثومة التى نسميها (Streptococcus) أى الجـرثومة السبحية — وهى التى تسبب حمى النفاس — تستطيع الحيـاة فى الأتربة بضعة أيام • وليكن سرير الولادة ضيقا • وليكن موضعه بحيث يمكن المرور من حوله من جميع جهاته أو من ثلاث جهات على الأقل • والسبب فى اختيار السرير الضيق هو انه يتيح للوالدة عند الضرورة اذا نامت فيه بشكل مستعرض أن تكون قريبة من المولد عند أحد جانبى السرير ، ومن الطبيب الذى يقوم على تخديرها من الجانب المقابل • كما يحسن أن يكون السرير ثابتا قليل الاهتزاز — أما اذا فاجأتنا الولادة قبل أن نعد لها غرفة خاصة فينبغى ألا نلجأ الى اخلاء الغرفة التى يقع عليها اختيارنا مما بها من الأثاث بل نتركه حيث هو • وألا نحدث الكثير من الهرج فى كنسها وتنظيفها لئلا تثير بها الغبـار فيملأ جوها ويكون خطرا عظيما على الولادة اذ يعرض الوالدة لحمى النفاس • وخير ما نستطيع عمله أن ننظفها فى رفق وهدوء ، وأن نغطى ما بها من الأبسطة وقطع الأثاث الكبيرة بملاءات بيضاء نظيفـة — وان كان من أهـل المنزل مصـاب بالزكام أو الانفلونزا أو النزلات الصـدرية أو التهاب الحلق أو الحميات الحادة وجب ان يبقى بعيدا عن المنزل أو على الأقل بمعزل عن غرفة الوالدة لمدة عشر أيام أو أسبوعين بعد الولادة حتى لاتصاب بحمى النفاس • فاذا لم يكن هذا مستطاعا وجب أن تكون الولادة بأحد المستشفيات • وبهذه المناسبة أقول ان الولادة بالمستشفى أفضل وأنظف منها بالمنزل مهما توافرت به وسائل العناية • وفى كثير من مدن أوربا تجرى معظم الولادات طبيعية كانت أو عسرة فى المستشفيات • ولا شك أن هذا دليل على نضوج الوعى الصحى فى تلك البلاد •

معدات الولادة : لا تحتاج الولادة الا الى معـدات قليلة هى غاية فى البساطة • ولم يعد أمرها معقدا كما كان فى الماضى حين كانت تعد لها

قائمة طويلة من الأدوات والمطالب • ويكفى قطعتان من المشمع احداهما كبيرة لوقاية السرير بقدر المستطاع ، والأخرى صغيرة توضع على السرير بشكل عرضى • وطبقان من الصاج اللامع • وبعض القطن والشاش المعقم • وزجاجة من الكحول النقى وأخرى من صبغة اليود وثالثة من مطهر مثل الديتول • وحقن الأرجوتين والبتوترين • ثم قطرة تترات الفضة ١٪ ومسحوق ناعم أبيض (بودرة Talc) . وقطعة من خيط حريرى سميك يربط بها حبل السرة •

ما تتجنبه الحامل المشرفة على الولادة : يحسن أن تتجنب الحامل الغسل المهبلى قبل الولادة بأسبوعين أو ثلاثة أسابيع ، لأن السائل الذى يستعمل للغسل قد لا يكون معقما كما ينبغى فيلوث الرحم عند الولادة • كما يحسن أن تتجنب الاتصال الجنسى فى نفس هذه الفترة اذ أنه قد يعرضها للتلوث ، فضلا عن أنه قد يحرض على الولادة المبكرة . وكذلك الانفعال النفسى على شتى أنواعه • ويجدر بها كذلك أن تتجنب التعرض للبرد أو النزلات الصدرية أو المعوية حتى تستقبل الولادة فى قوة وصحة •

٤ ـ قرة العين أو ساعة الميلاد

انتهى بنا الحديث السابق الى حيث أكملت الحامل حملها • وأتمت اعداد حجرة ولادتها • وزودتها بكل المطالب والأدوات الصالحة • ولم يبق الا أن تدعو المولد أو المولدة عندما تبدأ الولادة • وان من الخير أن تعرف متى تبدأ هـذه الولادة حتى يكون دعاؤها فى وقته الملائم بلا افراط ولا تفريط •

علامات الولادة : أول هذه العـلامات افراز مخاطى لزج ممتزج بقليل من الدم • وهذا يحدث قبل الولادة بيوم أو يومين أى انه علامة مبكرة تشير الى اقتراب الولادة • والعلامة الثانية ألم فى البطن وأسفل الظهر مصحوب بتصلب الرحم • ولا بد من مصاحبة الألم لتصلب الرحم لكى نستدل على أن الولادة قد بدأت فعـلا • لأن مجرد آلام البطن أو الظهر تحدث فى الأشهر الأخيرة من الحمل ولا تدل على الولادة • ومجرد تصلب الرحم أو انقباضه يحدث فى نفس هذه الفترة ولكنه لا يكون مؤلما ولا يدل على الولادة كذلك • أما اذا اقترن التصلب بالألم فينبغى على الحامل استدعاء المولد • وطريقة التحقق من ذلك أن تضطجع الحامل فى سريرها وتنتظر حتى يحدث الألم فتضع راحتى يديها على بطنها فتحس أن رخاوة البطن قد زالت وحلت محلها صلابة واضحة تجعل البطن فى صلابة الحجر • ويستمر هذا التحجر نحو نصف دقيقة أو دقيقة ما تستمر الألم • فاذا زال الألم زال التحجر وعادت الى البطن رخاوته الطبيعية • ويمكنها التأكد مرة أخرى من هذه العلامة حين يعاودها ألم آخر فعندئذ يحسن استدعاء المولد • أما العلامة الثالثة فيعرفها المولد حين يحضر • بوساطة الفحص المهبلى • وهى أن عنق الرحم الذى كان مغلقا طول مدة الحمل يبدأ فى الانفتاح ثم يأخذ هذا الانفتاح فى الازدياد ببطء كلما تقدمت الولادة •

هل تلزم الوالدة الفراش منذ بدء الولادة ؟ : الجواب لا فى الحالات الطبيعية • بل يحسن أن تمشى برفق فى حجرتها أو تقوم بعمل سهل مسل كالتطريز وهى جالسة على كرسى مريح • والمشى يساعد على سرعة الولادة • ويحسن أن تعمل لها حقنة شرجية دافئة من الماء والصابون فى هذا الوقت قبل أن تصبح منهيا عنها اذا ما تقدمت الولادة خشية التلوث • كما يحسن أن تتناول وجبة سهلة الهضم من الطعام تساعدها على ماهى مقبلة عليه من عمل • أما فى الحالات غير الطبيعية كمجىء الجنين برجليه أو بمقعدته أو سقوط الحبل السرى أمام رأس الجنين فيجب على الوالدة أن تلازم الفراش بمجرد أن تبدأ الولادة محافظة على كيس الماء الذى يحيط بالجنين من الانفجار قبل أوانه • لأن بقاء هذا الكيس سليما — وهو ما نسميه جيب المياه — عظيم الفائدة فى توسيع عنق الرحم بدرجة متساوية من جميع جهاته •

هل يجب أن تتم الولادة الطبيعية فى أربع وعشرين ساعة ؟ : والجواب لا • لأن الولادة الطبيعية قد تستغرق يومين أو ثلاثة كما قد تتم فى فترة تقل كثيرا عن أربع وعشرين ساعة • والقاعدة هى أنه مادامت الوالدة بخير أى ليس بها علامات تدل على اقتراب الخطر • وما دام الجنين حيا فلاخوف مطلقا من طول مدة الولادة • على أن يكون الأمر تحت اشراف الطبيب فى كل حالة • فاذا خشى الطبيب على حياة الجنين أو ظهرت له علامات تدل على انحطاط قوى الوالدة أو تعرضها للخطر وجب عليه أن يسرع باتمام الولادة حسبما يرى • ويجدر بالوالدة أن تعلم أن كل ولادة تتم طبيعية لهى أفضل مائة مرة من ولادة يلجأ الطبيب مضطرا الى اتمامها بتدخل جراحى مهما بلغت مهارته • وكم من طبيب أخذته الشفقة فغلبه التهاون ازاء توسل أهل الوالدة فتداخل فى ولادة طبيعية ما كانت لتحتاج الا الى شىء من الانتظار • فلا يكونن بطء الولادة مصدر قلق للوالدة أو لأهلها ما دامت الأمور تجرى فى مجراها الطبيعى •

هل تعطى الوالدة حقنا لتقوية الرحم ؟ : الجواب لا فى الغالبية العظمى

من الحالات • سيقول أهل الوالدة ان فلانة قد حقنت عند ولادتها بمادة فولدت فى ساعة أو بعض ساعة • والجواب انها سعيدة الحظ اذ نجت من تمزق الرحم أو موت الجنين فى بطنها قبل ولادته • وهو أمر كثيرا ما نشهده فى المستشفيات العامة فى حالات حقنت بهذه العقاقير ابتغاء الاسراع فى الولادة • لأن الرحم المجهد لا ينبغى أن نستحثه على العمل بمثل هذه الوسائل • بل ينبغى على العكس أن نهيء له فترة استراحة يكون بعدها أقدر على القيام بعمله الشاق • أما الحالات التى تتطلب مثل هـذه الحقن فنادرة ويجب دائما أن يترك الأمر فيها الى تقـدير الطبيب المولد •

لماذا لا تتقدم الولادة ؟ : تسألنا الوالدة لماذا لا تنتهى ولادتها رغم جهودها هذه العظيمة المتصلة • وهل معنى هـذا أن ولادتها عسرة ؟ • والجواب على هذا أن كل دقيقة تمضى لها ثمرتها فى توسيع عنق الرحم والقناة التى سيمر فيها الجنين • ولا عبرة بأن الوالدة لا ترى لجهودها أثرا ظاهرا • لأن الأنسجة الداخلية تتسع وتسترخى تدريجا حتى لا تتمزق عند مرور الجنين فيها • ورب ولادة سريعة كانت أشد ضررا بالوالدة من ولادة بطيئة رفيقة بالأنسجة •

عدد مرات الفحص المهبلى : كثيرا ما يطلب الى المولد أن يجرى الفحص المهبلى بين حين وآخر ليرى مبلغ تقدم الولادة • والفحص المهبلى يحمل معه خطرا كامنا هو حمى النفاس مهما بلغت وسائل التطهير والتعقيم من الدقة • ويكفى أن نقول أن حمى النفاس من أخطر العلل التى تصيب النساء على الاطلاق • فلتكن مرات الفحص المهبلى قليلة ما استطعنا • ولا يحتاج الأمر عادة الا الى مرتين فى الحالات الطبيعية • مرة عندما يستدعى المولد أول الأمر ليتأكد من أن الولادة قد بدأت فعلا • ومرة أخرى عندما ينفجر جيب المياه ليتحقق من أن الحبل السرى لم يدفعه تيار الماء الى أسفل فيسقط فى المهبل فتتعرض حياة الجنين للخطر • وان لدينا من الوسائل الأخرى ما يدلنا دائما على حالة الوالدة والجنين وعلى مقدار تقدم الولادة دون أن نلجأ الى هذا الفحص المهبلى •

هل تعطى الوالدة مخدرا أثناء الولادة ؟ : منذ أن كشف عن العقاقير التى تحدث التخدير اتجه التفكير بطبيعة الحال الى استعمالها لتخفيف آلام الولادة . والألم فضلا عن أنه بغيض مكروه فان التعرض الطويل له يفضى الى صدمة عصبية تكون نتيجتها خمولا فى عضلات الرحم فتطول مدة الولادة تبعا لذلك . ومن هنا نشأت الحاجة الى المخدر لتخفيف هذه الآلام أو للقضاء عليها . غير أن المخدر فى ذاته يعطل سير الولادة لأنه يفضى الى خمول عضلات الرحم كذلك ، وعلى هذا فكلا الأمرين معطل للولادة . ولكن ينبغى أن يترك الأمر لتقدير المولد لأنه يعرف متى يكون المخدر مدعو الاستعمال . وعادة يكون هذا فى الجزء الأخير من الولادة أى عند خروج رأس الجنين من المهبل حين يبلغ الألم منتهاه . على أنه يحسن فى بعض الحالات اعطاء المخدر قبل ذلك بوقت طويل حين يكون خوف الوالدة من الألم عظيما الى درجة تمنعها من استغلال قواها العضلية ، وهنا يكون المخدر ذا فائدة اذ يلاشى هذا الخوف فيأخذ الرحم وباقى عضلات الجسم فى العمل كما ينبغى . أما أنواع التخدير فكثيرة ، يختار منها الطبيب ما يراه مناسبا لكل حالة .

تمزقات العجان : (العجان هو مابين فتحة المهبل وفتحة الشرج) . هذه التمزقات كثيرة الحدوث فى البكريات أى الوالدات للمرة الأولى . وهى على ضآلة أمرها من أهم مضاعفات الولادة اذا ما تركت بغير اصلاح لأنها تسبب السقوط الرحمى والسقوط المثانى والسقوط المستقيمى وما يقترن بهذه السلسلة من آلام وأعراض كثيرة ، وقد يكون ذلك بعد سنين طويلة من تاريخ الولادة . وهذه التمزقات فى ذاتها بسيطة غاية البساطة . وتحدث فى نحو نصف الوالدات للمرة الأولى وأقل من ذلك فى متكررات الولادة . ويكفى لاصلاحها غرز قليلة لا يستغرق عملها دقيقة أو اثنتين فنأمن شر هذه المضاعفات . أما السبب الأكبر فى اهمال أمر هذه التمزقات فهو ان المولد لا يريد أن يطلع أهل الوالدة على ما يظنه يسىء الى سمعته الفنية فيسترها لا سيما الصغير منها . والحقيقة أن المولد الماهر هو الذى يتبينها ويقوم باصلاحها وليس الذى يخفيها عن الأنظار

أو لا يفطن اليها • ونصيحتى للوالدات أن يسألن المولدة دائما عما اذا كان قد حدث تمزق بالعجان مهما كان صغيرا فيدعى الطبيب لاصلاحه فتعود فتحة المهبل الى ما كانت عليه قبل الولادة • وبهذا تتقى شر استرخاء العضلات الحوضية والسقوط الرحمى فى المستقبل •

وعلى المولد ألا يغادر منزل الوالدة الا بعد أن يتأكد تماما من سلامتها من النزف ومن الهبوط العام • ومن أن الرحم قد استعاد صلابته وانقباضه • كما ينبغى عليه أن يفحص المولود ليرى ان كانت به عيوب خلقية قد تمنعه من الرضاعة أو التبول أو التبرز • وأن يعيد فحص رباط الحبل السرى خوفا من نزف قد يهدد حياة المولود •

٥ - وبعد أن أنجبت

حديثنا هذا عن النفاس :

والنفاس هو الفترة التى تعقب الولادة وتعود فيها الأعضاء التناسلية الى حالتها الطبيعية التى كانت عليها قبل الحمل . وهى فترة تستغرق نحو ستة أسابيع أو أربعين يوما . ومن هنا نرى صدق ما يعبر عنه العامة بكلمة « الأربعين » فهى كلمة صحيحة كل الصحة . وفى هذه المدة يزول احتقان الجهاز التناسلى تدريجا وتنكمش أعضاؤه فيصغر حجمها ببطء كل يوم الى أن تعود كما كانت كأن لم يكن بها حمل أو احتقان أو كبر فى الحجم . وهذه آية كبرى من آيات الله يطول بنا الحديث اذا نحن حاولنا الدخول فى تفصيلها فتبارك الله أحسن الخالقين . والمرأة أحوج ما تكون الى الرعاية فى هذه الفترة بعد أن نهضت بهذا العبء العظيم فى أثناء الحمل وهذا الجهد المرهق فى أثناء الولادة . وحق لها أن تنال قسطا موفورا من الراحة والاستجمام مدة النفاس لكى تسترد عافيتها كاملة .

حزام البطن : ينبغى أن يكون حزام البطن عريضا يبلغ عرضه نحو نصف متر والا فهو قليل الفائدة لا خير فيه ، كما ينبغى أن يكون محكما حول البطن والظهر . أما فائدته اذا أحسن عمله فلا تتعدى فى الواقع مساعدة الأمعاء على القيام بوظيفتها فى الأيام القليلة الأولى التى تلى الولادة . لأنه يحفظ الضغط داخل البطن بعد أن خف هذا الضغط كثيرا نظرا لصغر حجم الرحم اذ أصبح فارغا بعد الولادة . وفائدة أخرى ضئيلة القدر لحزام البطن هى أن الوالدة تحس معه بشىء من الراحة . ويميل الرأى الحديث الى التهوين من شأن حزام البطن بل ان البعض لينصح بالاستغناء عنه ، لأنه يرى أنه يعطل حركة عضلات البطن بعد أن طال

الشد عليها طول مدة الحمل وأصبحت فى حاجة الى الحركة الطفيفة من كل ما يحدها — والرأى عندى أنه يحسن الاستغناء عنه بعد يومين أو ثلاثة من الولادة • أى بعد أن تكون الوالدة قد تناولت مليا يكفل للأمعاء الحركة والنشاط وبعد أن تكون قد استردت قوتها بعض الشىء • وبهذا تتيح لعضلات البطن الانقباض والتمدد فى كامل حريتها فتعود اليها قوتها بسرعة • أما اذا كانت الوالدة سمينة بالغة السمن أو كانت قد ألفت حزام البطن فارتاحت اليه فى الولادة السابقة فلا بأس من استعماله مدة أطول •

المأكل : يحسن أن يقصر الطعام فى اليومين الأولين على السوائل • البارد منها والساخن على السواء • مثل ماء الشعير وعصير الليمون وعصير الفواكه وما شابه ذلك كالشاى والقرفة وغيرهما • ولا بأس من تناول بعض الأطعمة الخفيفة اذا أحست الوالدة رغبة شديدة للطعام • وفى مساء اليوم الثانى أو صباح اليوم الثالث تعطى الوالدة مليا مثل البارافين السائل أو زيت الخروع • وبعد أن تتحرك الأمعاء تستطيع أن تتناول مرق الدجاج وقليلا من السمك وقليلا من الخبز والتفاح المطبوخ لمدة يوم واحد • وبعد ذلك يكون المأكل عاديا •

كم تبقى الوالدة فى الفراش بعد الولادة : هذا أمر كان العلماء فيه على خلاف كبير • فلقد كان البعض يسمح للوالدة بمغادرة الفراش بعد اليوم الثالث خوفا على الرحم أن يميل الى الخلف وهو لا يزال طريا رخوا كبير الحجم • وكان البعض الآخر يبالغ فى بقاء الوالدة فى فراشها مدة طويلة تزيد على الأسبوعين لكى يتيح لها فترة كافية للراحة بعد ما لقيته من العناء فى الحمل والولادة • ولكن الاحصاء قد دل على أن ميل الرحم الى الخلف يحدث بنسبة واحدة فى كلتا الحالتين أى اذا قصرت فترة الراحة فى الفراش أو اذا طالت ولكنه يكون أقل حدوثا اذا اتبعنا التوسط فى الأمر • كما أن بقاء الوالدة فى الفراش مدة طويلة يعوق وظيفة بعض الأعضاء كالأمعاء والدورة الدموية والعضلات لا سيما عضلات البطن

فتترهل وتسترخي . وأفضل سبيل هو أن تبقى الوالدة فى فراشها نحو ستة أيام أو سبعة . على أن يسمح لها بالحركة فى سريرها قبل ذلك . وليكن بدء مغادرتها الفراش الى كرسى واسع مريح فى نفس الغرفة ثم يباح المشى تدريجا بعد ذلك . هذا فى الحالات الطبيعية أما فى حالات تمزق العجان — وهو أمر كثير الحدوث فى الولادة — فينبغى البقاء فى السرير ضعف هذه المدة أى الى اليوم العاشر أو الثانى عشر . ثم يكون المشى بالتدريج بعد ذلك — وفى النساء ذوات الترف واليسار أو النساء اللاتى يكثرن الاهتمام بأمر قوامهن يمكن عمل التدليك بعد أسبوع واحد من الولادة . فهو ينشط العضلات كما ينشط الدورة الدموية ويساعد الأمعاء على العمل .

الآلام الرحمية بعد الولادة : هى عبارة عن نوبات مغص رحمى فى أسفل البطن تأتى فى فترات متقاربة . وهذه الآلام ناشئة عن انقباضات رحمية تؤدى الى صغر حجم الرحم بالتدريج ولهذا فهى مفيدة . لأن الرحم يعود بفضلها الى حجمه الطبيعى كما كان قبل الحمل وليس لها أية عواقب سيئة . أما اذا كانت بالغة الشدة غير محتملة فقد يكون سببها احتباس جزء من المشيمة أو الأغشية داخل الرحم أو تجمع كتلة من الدم المتجمد فيه وهنا يكون الرحم رخوا غير كامل الانقباض فينبغى اعطاء الوالدة أحد مركبات الأرجوتين لكى تساعده على الانقباض فيطرد ما بداخله . أما اذا كان الرحم تام الانقباض فيحسن تهدئة الآلام بالمسكنات الخفيفة كالاسبرين .

الغسل المهبلى بعد الولادة : من دواعى الأسف أن بعض المولدات لا يزلن الى الآن يزاولن الغسل المهبلى بعد الولادة ابتغاء تنظيف الأعضاء التناسلية الداخلية على حد اعتقادهن ، أو اظهارا لبالغ اهتمامهن بأمر الوالدة . وهن بذلك انما يعرضن الوالدات لخطر حمى النفاس ، لأننا لو سلمنا بطهارة السائل الذى يستعمل للغسل فى كل حالة — وهو أمر مشكوك فيه — فلا أقل من خطر دفع الجراثيم من المهبل حيث هى موجودة على الدوام الى الرحم حيث يجب أن يكون خاليا تماما منها . ومتى وصلت هذه الجراثيم الى الرحم فقد بلغت موطنا مثاليا فيه تنمو وفيه تكثر ، ومنه تثب لغزو أعضاء الجسم . فينبغى فى الحالات

الطبيعية تجنب الغسل المهبلى بتاتا . والاكتفاء بغسل الأعضاء التناسلية الظاهرة بسائل مطهر أو بمسحها برفق بقطعة من القطن المبلل بهذا السائل مرة واحدة من أعلى الى أسفل كلما دعا الأمر الى ذلك . أما فى بعض حالات الولادات العسرة أو التهابات الأعضاء التناسلية فقد يعمل الغسل المهبلى لأغراض أخرى يشير بها الطبيب وهو الذى يقوم به بنفسه — وبعد ثلاثة أسابيع من يوم الولادة لا خوف من الغسل المهبلى لأن عنق الرحم يكون مغلقا لا يسمح للسائل بالتسرب الى الرحم .

القاعدة الذهبية : القاعدة الذهبية بعد الولادة هى أن تزور الوالدة طبيبها المولد بعد ثلاثة أسابيع من يوم الولادة . ليتحقق من أن الرحم فى مكانه الطبيعى أى غير مائل الى الخلف . فان كان به هذا الميل الخلفى فهذا هو أنسب الأوقات لتصحيح موضعه وهو ما يزال رخوا يمكن تحريكه فى سهولة بوساطة اليد . والسبب فى ارجاء اصلاح الرحم الى ما بعد الولادة بثلاثة أسابيع هو أن فتحة عنقه تكون قد ضاقت الى ما يقرب من الاغلاق التام فلا يكون هناك خوف من تلوثه بادخال الجراثيم فيه عند اصلاحه . فاذا ما تم للطبيب اصلاح هذا الانثناء وأعاد الرحم الى مكانه الطبيعى فانه يحفظه فى مكانه هذا الجديد بحلقة معوجة صلبة يسميها الأطباء « فرزجة » يتركها فى المهبل الى ما بعد الأربعين الى أن يتم انكماش الرحم وانكماش رباطيه الأماميين فيشداه الى الأمام بصفة دائمة بعد ذلك . أما اذا أهمل اصلاح الرحم الى ما بعد الأربعين فقد فاتت فرصة اصلاحه ولم نغتنمها فيبقى فى مكانه هذا المعيب لا يزحزحه عنه الا ولادة أخرى أو اجراء جراحى يقتضى فتح البطن لتقصير رباطيه الأماميين . ورب سائل يقول وما سر هذا الاهتمام البالغ بموضع الرحم من الجسم ؟ وفى الجواب نقول انه فى ميله الى الخلف يسبب كثيرا من العوارض مثل ألم الظهر والرجلين واختلال فى دورة الحيض . وعوارض عصبية وهضمية مختلفة . هذا فضلا عن انه يجعل الأمل فى حدوث الحمل بعد ذلك محدودا . فالخير كل الخير فى اتقاء هذا الميل باتباع هذه القاعدة البسيطة وهى أن تتأكد من استواء الرحم فى موضعه فى الوقت الذى يمكن فيه اصلاحه ان كان به عوج .

٦ - على هامش الاجهاض

موضوع حديثنا اليوم نظرة عابرة فى الاجهاض : وتكاد مشكلة الاجهاض تكون أهم ما يعرض للمجتمع الآن من الوجهتين : التشريعية والدينية . فمن الناحية التشريعية يرى القانون أن ليس للمرأة أن تتخلص من حملها الا أن يكون فى استمرار هذا الحمل خطر على حياتها . لأن الجنين الذى تحمله المرأة ملك للدولة . وما الأرحام الا مصانع لانتاج البنين والبنات لا مناص للدولة من الاشراف عليها وعلى حسن أدائها لهذا الانتاج . وأما من الناحية الدينية فان الشرائع على اختلافها وتعددها تحرم الاجهاض لأنها تعده بمثابة قتل للنفس . ولأن فى اباحته حدا من التناسل الذى تحض عليه هذه الشرائع . وان مجال البحث فى موضوع اباحة الاجهاض أو تحريمه لواسع كثير المسالك . ففى اباحته تعرض لنقص فى الأنفس قد يكون خطرا على الأمة فى تعدادها وقوتها وما تبتغيه فى المحيط الدولى من العزة والمنعة . كما أن فى تحريمه خطر مزاولته سرا بطرائق ضارة تفضى الى الموت مرة ، والى الالتهابات المزمنة بالجهاز التناسلى مرات . ومشكلة أخرى لابد لنا من مواجهتها عند تحريم الاجهاض . تلك هى مشكلة الطفل غير الشرعى ماذا نفعل به . وكيف نكفل له تربية حسنة كريمة ، وليس من غرضى هنا أن أتعرض لبحث هذه النواحى من الاجهاض . وسأقصر الكلام على الاجهاض من الناحية الطبية فحسب . وأكتفى بتوجيه اهتمام الرأى العام والسلطات المسئولة الى النظر فى هذه المشاكل — مشاكل الاجهاض وتحديد النسل — التى يزداد خطرها يوما بعد يوم فى عصرنا هذا عصر المدنية الحديثة اذ أصبحت

فيه العنـــاية بأمر الأطفال والقيـــام على تربيتهم عبئا ثقيـــلا على كثير من الأسر .

وأنه ليكفى للتدليل على أهمية بحث موضوع الاجهاض أن أذكر أن الاحصاء قد أثبت أن من كل خمس حالات من الحمل تنتهى واحدة بالاجهاض . أى أن ٢٠٪ من جميع حالات الحمل تنتهى بالاجهاض . هذا فضلا عن الحالات الكثيرة من الاجهاض التى تتم سرا لا يستطيع الاحصـــاء أن يشملها . ومن المرجح أن نحو ثلث حالات الحمـــل تنتهى بالاجهاض .

والاجهاض طبيعى وجنائى وعلاجى : فالطبيعى هو ما يحدث من تلقاء نفسه دون محاولة احداثه . والجنائى هو ما يحدث من محاولة التخلص من الحمل بوساطة اجراء جراحى أو بوساطة العقاقير . والعلاجى هو الذى يشير به الطبيب حرصا على سلامة الحامل ويقوم باجرائه .

الاجهاض الطبيعى

والآن أتحدث فى ايجـــاز عن بعض ما يتعـــلق بالاجهاض الطبيعى أى الذى يحدث دون محاولة احداثه . وأود أن ألفت الأنظار الى أن من النساء من يعتقدن انهن أجهضن لمجرد أن الحيض قد تأخر قليلا عن ميعاده أى نحو خمسة أيام أو عشرة بعد هذا الميعاد . بل أن منهن من تؤكد انها ترى الجنين فعلا فى كل مرة ضمن ما يخرج من الرحم من الدم بعد تأخر الحيض . وحقيقة الأمر فى مثل هذه الحالات أن الحيض يكون قد جاء متأخرا واصطحب نزوله بجزء متماسك من الغشاء المبطن للرحم مستطيل الشكل لا يذوب فى الماء كما يذوب الدم فيبدو لمن يراه كأنه جنين . كما أن هناك نوعا من الحيض مصطحبا بألم شديد يخرج فيه غشاء الرحم كاملا غير متفتت كل شهر ، مثلث الشكل أبيض اللون ، وهو

أمر معروف للأطباء اسمه « عسر الحيض العشائى» . وهذا بداهة لبس باجهاض .

ومن أسباب الاجهاض ماهو تافه لا تفطن اليه المرأة كالامساك مثلا . فقد يكون الامساك سببا فى الاجهاض لما يحدثه المستقيم من الضغط على الرحم . ولما يحدثه الامساك من احتقان بالأعضاء التناسلية بصفة عامة . وكذلك المجهـود اليسير فى بعض النساء كرفع جسم ثقيل . أو انزلاق الرجل على سطح أملس . أو ضربة خفيفة على البطن وهكذا . والواقع أن استعداد الرحم لحمل الجنين والاحتفاظ به أمر فردى أى أنه يختلف باختلاف النساء . فمنهن من اذا زلت قدمها أثناء مسيرها أصابها الاجهاض . ومنهن من اذا سقطت من شرفة مسكنها العالى الى الأرض فأصابتها كسور فى عظامها بقى حملها سالما واستمر نموه طبيعيا الى نهايته . ومن هنا تظهر لنا فى وضوح أهمية استشارة الطبيب بمجرد الاشتباه فى وجود الحمل فربما استطاع أن يحول دون حدوث الاجهاض بنصيحة صغيرة اذا تبين أحد هذه الأسباب التافهة من أول الأمر .

ومن أسباب الاجهاض ما يكون معه هذا الاجهاض نعمة وبركة أراد الله بهما الخير لجسم الحامل ، ومن أمثلة ذلك : الحميات الحادة وأمراض القلب والصدر والكليتين والبول السكرى . والسبب المباشر فى حدوث الاجهاض هنـا هو أن الدم الذى يذهب لتغذية الجنين اما أن يكون غير صالح فى نوعه أو غير كاف فى مقداره . أو ان يحدث مايحرض الرحم على الانقباض فيطرد الجنين ، وعلى هذا فالاجهاض فى مثل هذه الحالات اجراء وقائى فى صالح الحامل لأن جسمها المعتل لا يكون على حال من الصحة يقدر معه على تحمل متاعب الحمل ومشقة الولادة .

على ان أهم سبب للاجهاض هو عيب خلقى كائن فى الجنين منذ بدء

تكوينه . وان الله فى بديع حكمته قد أوحى الى الطبيعة أن تتخلص من هذه الأجنة المعيبة قبل أن يتكامل نموها فتخرج الى هذه الحياة الدنيا مشوهة غير صالحة للحياة . وهو تبارك وتعالى فى واسع رحمته ولطيف قضائه لا يرضى للحامل أن تلد مولودا ناقص التكوين أو مبتور الأطراف أو مفقود الرأس أو العين . رفقا بالوالدين أن يولد لهما أمثال هذه المخلوقات المسيخة المشوهة الخلق . مثل ذلك كمثل المصنع ذى السمعة الطيبة لا يرضى أن يكون ضمن انتاجه سلعة سقيمة معوجة فيتلفها قبل أن تخرج منه للتداول فى الأسواق .

كيف يحدث الاجهاض

الاجهاض فى جوهره ولادة مصغّرة . أى ان عضلات الرحم تأخذ فى الانقباض لكى تفتح عنق الرحم شيئا فشيئا حتى يصير اتساعها كافيا لمرور الجنين . ثم يأخذ الرحم فى دفع الجنين لكى يجتاز عنق الرحم الى الخارج ، فاذا ما تم للرحم ذلك أخذ فى الانكماش والصغر حتى يعود الى حجمه الطبيعى أى الذى كان عليه قبل أن يحدث الحمل . ويستغرق ذلك من الوقت أقل مما يحدث بعد الولادة ، أى أقل من أربعين يوما . ويختلف الاجهاض عن الولادة فى أنه يكون مصحوبا بنزول دم منذ أوله ويستمر نزول هذا الدم الى أن ينتهى الاجهاض . وقد يكون مقدار هذا الدم غزيرا على هيئة نزف . وأحيانا يكون بالغ الشدة مما يدعو الى القلق على حياة الحامل اذا لم نتداركها بالعلاج السريع . أما مقدار الألم الذى يصاحب الاجهاض فهو عادة أقل مما يحدث فى الولادة . وفى الاجهاض قد يخرج جزء من الجنين ويبقى جزؤه الآخر فى الرحم مما لا يحدث فى الولادة . ولهذا ينبغى التحقق من أن الرحم قد أصبح فارغا تماما بعد الاجهاض . لأن احتباس أى جزء من الجنين أو من أغشيته داخل الرحم بسبب استمرار النزف وتبقى عنق

الرحم مفتوحة فيتعرض الجزء المحتبس للتعفن وتنمو عليه الجراثيم فتصاب الحامل بحمى بالغة الخطر كحمى النفاس تماما • وينبغى كذلك بعد الاجهاض أن نراعى أقصى ما نستطيع من قواعد التطهير والتعقيم كما سبق أن نوهنا به فى حديث سابق عن النفاس • وأن نتجنب الغسل المهبلى الى أن تعود فتحة الرحم الى حالتها الطبيعية أى تصير تامة الاغلاق •

وقد يعجز الرحم فى بعض الحالات عن اتمام الاجهاض فيبقى الجنين كله أو بعضه داخله عدة أيام • وقد يدعو الأمر الى تدخل الطبيب لكى يستخرج الجنين من الرحم باجراء جراحى ، ويكون هذا التدخل ضروريا اذا كان هناك نزف يخشى منه على صحة الحامل أو اذا أخذت حرارتها فى الارتفاع مما يشير الى تعفن الجنين وتلوث الرحم بالجراثيم ، أو اذا خاب أملنا فى قدرة الرحم على اتمام الاجهاض من تلقاء نفسه •

ويجدر بالحامل ألا تلقى بالا الى التفكير فى سبب اجهاضها وقت حدوثه • وليكن ذلك بعد أن تعود الأعضاء التناسلية الى حالتها الطبيعية • أى بعد نحو ثلاثة أسابيع أو أربعة • حين تذهب الى طبيبها لتعرف السبب الذى أدى الى الاجهاض • وسيكون هذا موضوع حديثنا المقبل ان شاء الله •

٧ - أسباب الإجهاض

أسباب الاجهاض اما عامة أو موضعية • والمقصود بكلمة موضعية أن السبب كائن فى الأعضاء التناسلية بحيث اذا ما توليناه بالعلاج الملائم فان الحمل يستمر الى نهايته والأسباب العامة كثيرة لا يمكن سردها جميعا فى حديث قصير كهذا ، ولكنى أجملها اجمالا بغير تفصيل مكتفيا بذكر أكثرها أهمية • فمنها ما هو خير وبركة على جسم الحامل كما سبق أن أشرت اليه فى حديثى الماضى • كالحميات الشديدة وأمراض القلب والصدر والبول السكرى • وهنا ينشأ الاجهاض من نقص فى كمية الدم الذى يصل الى الجنين أو من نقص فى نوعه وقد يكون مجرد ارتفاع درجة الحرارة كما يحدث فى الحميات سببا فى تحريض الرحم على الانقباض فيطرد الجنين • وقد يكون السبب هذه المواد السامة التى يكون الجسم مثقلا بها فى الحميات فيحملها الدم الى الجنين فتقتله فيحدث الاجهاض نتيجة لذلك •

ومن الأسباب العامة ماهو تافه لا تفطن اليه الحامل أو لا تستطيع أن تتجنبه كرفع جسم ثقيل أو مزاولة رياضة عنيفة . أو انزلاق الرجل فى أثناء المشى ، أو اضطراب عصبى ، أو مؤثر نفسى شديد كالحزن أو الغضب ، أو صدمة عاطفية . وانى لأعرف حاملا كان يصيبها الاجهاض فى ميعاد ثابت كل مرة •.لأنها كانت لشدة خوفها الاجهاض ترى فى نومها كأنها اجهضت فيحدث الاجهاض فعلا فى صباح اليوم التالى • وهذا يبين لنا ما يمكن أن تفعله المؤثرات النفسية فى الحمل • ولا غرو بعد ذلك اذا علمنا أن الأمم الرشيدة تستعين بالموسيقى وبالصور الجميلة فى مراكز رعاية الطفولة للترفيه عن الحوامل المترددات على هذه المراكز صرفا للهم عنهن ومجلبة للسرور اليهن •

ومن الأسباب ما يتصل بنوع الغذاء الذى تتناوله الحامل • فقد

يكون الغذاء معيبا منقوصا من احـدى نواحيه . فالحامل تحتاج الى مقادير كافية من الأملاح المعدنية كأملاح الجير والفوسفور . والى مقادير كافية كذلك من الفيتامينات ولاسيما ما نسميه فيتامين (E) أو الفيتامين الخامس لضمان استمرار نمو الجنين .

ومن الأسباب ما يتصل بوظائف الغدد الداخلية وهى ما نسميها « الغدد الصماء » أى الغدد التى ليست ذوات قنوات تسير فيها افرازاتها . ولكنها تبعث بافرازاتها هذه فى دوام وبطء الى الدم مباشرة بطريقة يمكن تشبيهها بالارتشـاح . والمعروف أن النقص فى وظائف بعض هـذه الغدد الصماء قد يسبب الاجهاض . كالغدة النخامية وهى غدة مكانها فى قاع الجمجمة . والمبيضين ومكانهما فى أسفل البطن . والغدة الدرقية ومكانها فى أسفل الرقبة ، والعلاج الملائم فى هذه الحالات يكون بداهة باعطاء الجسم من افراز هذه الغدد ما يعوضه عن هذا النقص .

أما الزهرى فكم له من مآسى وكوارث أثناء الحمل . على أنه داء ماكر طويل الأناة . فهو يصبر على ضحاياه حتى يبلغ الحمل نصفه الثانى أى بعد الشهر الرابع . ثم تفعل سمومه فعلها فى الجنين فيموت ويحدث الاجهاض . وهنا ألفت نظر المستمعات الى أنه لا داعى لاتهام الزهرى أو الاشتباه فيه عندما يحدث الاجهاض مبكرا أى فى الثلاثة الأشهر الأولى من الحمـل ولا داعى للبحث عنه فى دم الزوجين لمـا يتطلبـه ذلك من نفقة ومشقة . وينبغى فى مثـل هـذه الحالات أن نوجه اهتمامنا الى البحث عن سبب آخر يفسر لنا هذا الاجهاض المبكر . أما الاجهاض المتأخر فمن أهم أسبابه الزهرى . وهنا ينبغى فحص دم الزوجين فى عناية ودقة اذ قد يكون الزهرى كامنا متخفيا فى أحدهما . وفى الزهرى قد يولد الجنين حيا ولكنه يموت فى الأشهر الأولى بعد ذلك من نزلات صدرية أو معوية . وفى هذه الحالات لا بد من علاج الزوجين قبل أن يحدث حمل آخر . ثم متابعة ذلك بعلاج الحامل مدة الحمل كله . لأن العلاج هنا موجه الى الجنين وانسجته فى أدوار نموها عن طريق أمه لكى تكفل له السلامة من شر هذا الداء الوبيل .

ومن الأسباب العامة للاجهاض المتأخر سبب كشف عنه العلم منذ سنوات قليلة • أمره من أعجب العجب • ذلك أنه قد ثبت أن دم الانسان على نوعين من حيث احتوائه على مادة خاصة أو خلوه منها • وهى مادة أطلق عليها العلماء اسم (عنصر الـ R h.) • وأن نحو ٨٥٪ من الناس بحتوى دمهم على هذه المادة و ١٥٪ دمهم خال منها • وهذا يشمل الذكور والاناث على السواء • فاذا كان الزوجان من نوع واحد أى كان دمهما حاويا هذه المادة أو خاليا منها كان الجنين من نفس النوع فلا يناله سوء أثناء الحمل • أما ان كانا مختلفين بأن كان دم الزوج محتويا على هذه المادة ودم الزوجة خاليا منها فان الجنين ينشأ مماثلا فى دمه لأبيه فيكون مختلفا عن دم أمه • فيحدث من هذا الاختلاف أن يتكون فى دم الأم عنصر مضاد لدم الجنين يقضى على كرياته الحمراء فيموت الجنين قبل أن يولد وتجهضه أمه • وكلما تكرر الحمل بعد ذلك كانت النتيجة أسوأ • لأن هذا العنصر المضاد الذى يتكون فى دم الأم يزداد فى كل مرة ويتراكم فيكون أشد فتكا بكريات الجنين الحمراء • فيحدث الاجهاض مبكرا فى كل مرة عن المرة التى سبقتها • أما علاج هذه الحالة العجيبة فلا يزال فى دور البحث لم يستكمله العلم بعد ، ولقد كانت هذه الحالات تعالج الى وقت قريب على أنها حالات من الزهرى المختفى • وكانت نتيجة العلاج بطبيعة الحال غير مرضية •

أما الأسباب الموضعية للاجهاض فهى كثيرة غاية الكثرة كذلك • وسأكتفى هنا بذكر أكثرها أهمية •

فالالتهابات الرحمية المزمنة من أهم أسباب الاجهاض ولاسيما فى أشهر الحمل الأولى ، لأن غشاء الرحم الملتهب يصبح تربة غير صالحة لتغذية الجنين ونموه ، وينشأ الالتهاب الرحمى اما عن اصابة بالسيلان طال أمدها فأزمنت • أو عن مزاولة الاجهاض فى مرات سابقة • أو عن ولادة سابقة أعقبتها حمى النفاس • والعلاج المناسب هنا هو استئصال هذا الغشاء بما نسميه « عملية الكحت » لكى تتيح للرحم أن يتكون له غشاء جديد صالح لبقاء الحمل فيه •

ومن الأسباب الموضعية تمزقات عنق الرحم • فهى تجعل الرحم غير محكم الاغلاق مدة الحمل وبقاء الرحم مغلق العنق شرط أساسى لاحتفاظه

بالحمل الى نهايته . وعلاج هذه التمزقات يكون بأجراء جراحى لاصلاحها .

وميل الرحم الى الخلف كثيرا ما يسبب الأجهاض المبكر أى فى الثلاثة الأشهر الأولى . ذلك لأن الرحم اذا كان وضعه طبيعيا أى مائلا الى الأمام عندما يبدأ الحمل فانه يستطيع فى سهولة أن يخرج من تجويف الحوض ويرتفع الى فراغ البطن الواسع الفسيح حيث يستمر نموه الى نهاية الحمل بغير ما ضغط على جدرانه . أما اذا كان وضعه معوجا أى مائلا الى الخلف فقد يعجز عن الارتفاع الى البطن فيبقى فى مأزقه هذا الضيق لا يستطيع النهوض منه . وكلما ازداد حجمه بالحمل ازدادت حاله سوءا فى هذا الحوض الضيق فيتعرض للاجهاض من شدة ما يعانيه من الضغط . وقبل حدوث الاجهاض تشكو الحامل عوارض بولية نظرا لضغط الرحم على المثانة ومجرى البول . وهى عوارض ينبغى أن تسترعى العناية الفائقة . أولها ازدياد فى عدد مرات التبول . يعقبه ألم أثناء التبول . ثم احتباس بولى يدعو الى القلق أحيانا . وآخرها احتباس بولى مصحوب بما يسميه الأطباء « سلس البول » ، أى تبقى المثانة ممتلئة بالبول ولا يخرج منها الا ما يفيض عن سعتها بغير ارادة المريض . ولعل المستمعات مازلن يذكرن النصيحة الذهبية التى نوهنا عنها فى حديث سابق عن النفاس . وهى أن تزور الوالدة طبيبها بعد ثلاثة أسابيع من يوم الولادة . لكى يتحقق من أن الرحم ليس به ميل الى الخلف . فان كشف وجود هذا الميل قام باصلاحه آنئذ لكى لا تتعرض الوالدة فيما بعد للاجهاض الذى نحن بصدده الآن .

ومن أسباب الاجهاض كذلك الأورام الليفية بالرحم . وهذه الأورام تعوق حدوث الحمل فى الغالبية العظمى من الحالات . فاذا ما حدث الحمل فانما ينتهى عادة بالاجهاض لأن هذه الأورام تزحم فراغ الرحم فلا يبقى به متسع للحمل .

وأكياس المبيض وأورامه تعوق الحمل كذلك . فان حدث الحمل فانه ينتهى بالاجهاض فى أغلب الحالات لما تحدثه هذه الأكياس من الضغط على الرحم من الخارج فلا يستطيع النمو والارتفاع فى البطن .

هذه أهم أسباب الاجهاض ذكرناها مبسطة فى ايجاز شديد . وسيكون موضوع حديثنا المقبل باذن الله الاجهاض الجنائى والاجهاض العلاجى .

٨ - الإجهاض الجنائى والإجهاض العلاجى

الاجهاض الجنائى هو أن تلجأ الحامل الى الاجهاض اما بنفسها أو بواسطة غيرها • سواء أكان الحمل مشروعا أم غير مشروع • وتختلف الطرائق المستعملة لاحداث الاجهاض باختلاف ظروف الحامل . ولكنها فى أغلب الأحوال شديدة الخطر على صحتها وقد تكون شديدة الخطر على حياتها . وكم من حبلى بذلت حياتها ثمنا لما حسبته أمرا يسيرا أقدمت عليه فى استخفاف وجرأة . وكم من حبلى أصبحت حليفة لالتهابات بالجهاز التناسلى طال ازمانها سنين طويلة • وأعقبت ما أعقبت من المضاعفات والعلل — ومن الحق أن نقول ان من أنجع الوسائل لمحاربة الاجهاض الجنائى وما يتبعه من بلاء وشر تحديد النسل بالوسائل العلمية المشروعة • وان كانت بعض الهيئات الدينية لا تزال تعارض فيه • ولقد بلغ من تقدير بعض الأمم المستنيرة لأخطار الاجهاض الجنائى أن انتهجت سنة اباحة الاجهاض لكل حبلى لا تريد استمرار حملها فى مستشفيات خاصة تنفق عليها الدولة لكى تضمن اجراء الاجهاض حسب الأصول الطبية • ولكى تتخلص من الأولاد غير الشرعيين • وانى اذ أقول هذا فانما أقوله لا لأنى أحبذ اتباع هذا النهج أو أتحمس له ولكن لأدل على خطر الاجهاض الجنائى • ولست فى حاجة الى أن أقول ان تشريعنا فى مصر لا يبيح اجهاض الحوامل الا أن يكون ذلك اجهاضا علاجيا أى محافظة على صحة الحامل •

وأول الطرائق لاحداث الاجهاض الجنائى تعاطى العقاقير • وان منها ما هو مشهور معروف للناس ولكنها كلها سامة عظيمة الضرر اذا ما استعملت بمقادير يمكن أن تحدث الاجهاض • بل انها فى أغلب الأحوال تورد الجسم موارد التلف والهلاك دون أن يصيب الحمل سوء •

ومن هذه الطرائق الاعتماد على العنف فى احداث الاجهاض • كالضرب

على البطن أو الضغط عليها بحجر أو غير ذلك من الوسائل الوحشية التى يلجأ اليها بعض الجهال من العامة . وانا لنسمع عن جرائم تعذيبية يرتكبها بعض غلاظ القلوب من الآباء أو الأخوة حين تدفعهم ثورة الغضب للشرف أو خشية العار الى ارتكاب جرائمهم هذه المنكرة . ويأليتها تجديهم نفعا أو تبلغ بهم غايتهم .

ومن الطرائق ادخال أجسام غريبة الى الرحم لكى تفتح عنقه وتهيج عضلاته فتنقبض فتطرد الجنين . وللنساء فى هذا الباب أفانين وأعاجيب . كتعلهن فى اختيار الأزياء والقبعات ، فمنها الأجسام الصلبة ، المدبب منها والمقوس والمعوج . ومنها الأجسام الرخوة من أعواد النبات وابر التطريز ، وهذه الطريقة أدهى وأمر مما سبق ذكره . فهى اذا ما أفلحت فى احداث الاجهاض وهو أمر مشكوك فيه . فانها محققة الضرر لأنها تدخل الجراثيم دائما الى الرحم فتعقب ذلك سلسلة من المصائب منها : حمى النفاس . والالتهاب البريتونى الحاد . والالتهابات المزمنة بالبوقين والمبيضين ،وغير ذلك مما لا يمكن تفصيله فى حديث كهذا . ولا عبرة بما يتوهمه البعض من امكان اتقاء هذه الأخطار بتطهير هذه الأجسام أو تعقيمها قبل استعمالها . فانها تلوث دائما بالجراثيم أثناء مرورها فى قناة المهبل ، هذا فضلا عما تحدثه هذه الأجسام أحيانا من ثقوب بالرحم أو تمزقات بعنقه مما يؤدى الى أسوأ العواقب . ولقد رأيت نساء فى صباهن الباكر نفذت بعض أمعائهن من خلال هذه الثقوب الرحمية فتسربت الى المهبل وانتهى أمرهن الى الموت .

ولنضرب مثل الزوجين تصح عزيمتهما على الاجهاض خشية كثرة العيال ، وما يقتضيهما ذلك من كثرة النفقة ، فيلجآن الى احدى هذه الوسائل الضارة . فتصاب الزوج بالتهابات تورثها من العلل والأمراض ما تنفق فى سبيل الشفاء منه من المال والوقت والألم ما يربو على ما قدره هذان الزوجان من مؤنة النفقة على ذلك الطفل غير المرغوب فيه . ومن يدرى فلعل خيرا كثيرا كان سيجرى على يدى ذلك الولد لأبويه ولأمته .

وهناك الزوج تلجأ الى الاجهاض لكثرة ما لديها من الولد . وكفى بهم عونا على المستقبل . وعدة على نوائب الدهر . ثم تعلو بها السن واذا بأبنائها ثلاثتهم أو أربعتهم قد حصـــدهم جميعا وباء كوباء الكوليرا أو التيفوس أ والحمى الراجعة .

وهناك الزوج تلجأ الى الاجهاض خوف مشقة الحمل وآلام الولادة ومشغلة الرضاعة . ألا فلتعلم هذه الزوج ان آلام الاجهاض وما يصاحبها من نزف واضطراب وقلق ليست بأقل من تعب الولادة والرضـــاعة . والاجهاض على كل حال جهد بغير ثمرة . وعمل ينتهى الى اخفاق .

وهناك الزوج تلجأ الى الاجهاض المرة بعد المرة . لأنها لا تريد ولدا آنئذ . أو لأنها تريد ولدا كل خمس سنوات مثلا . كأنما أمر النسل قد ألقى زمامه اليها من دون الله سبحانه وتعالى . أو كأنما أمر الحصول على الولد سهل ميسر كالحصول على ثوب تبتاعه من أحد متاجر الأزياء . وخير لهذه الزوج أن تعلم أن العقم مدى الحياة واحد من النتائج التى قد تترتب على الاجهاض . فاذا ما حان الوقت الذى تشتهى فيه أن تنجب الولد وتتحرق شوقا اليه اذا هى عاقر عقيم . فتقاسى من مرارة الحرمان بما أسرفت فى التجنى على نعمة الله فى السنين الخالية .

الاجهاض العلاجى

الاجهاض العلاجى هو اجهاض ينصح به الطبيب ويقوم باجرائه لمسوغ طبى يمنع الحامل من استمرار حملها الى نهايته . والذى يدعو الى الاجهاض العلاجى هو أن تتعرض حياة الحامل للخطر أو أن يزداد مرضها شدة أثناء الحمل . وفى هذه الحالات ينبغى اجراء الاجهاض بغير ابطاء ابقاء على صحة الحامل من التلف . وأبادر هنا فأقول ان الحوامل فى الغالبية العظمى من الأحوال قادرات على القيام بأعباء الحمل والولادة فى سلام وطمأنينة . رغم ما يبدو لبعضهن من عدم استطاعتهن الاستمرار فى الحمل لما يسمينه الضعف العام أو فقر الدم أوما شابه ذلك . والحقيقة

أن الأمراض التى تسوغ اجراء الاجهاض محدودة قليلة • يمكن تلخيصها فيما يأتى :

أمراض القلب : كان الرأى السائد فى أمراض القلب الا يسمح للبنت بالزواج • ولا للمتزوجة بالحمل • ولا للحامل باستمرار حملها • وعلى هذا الرأى كان لابد من اجهاض الحبلى ان كانت مريضة القلب • ولكن الرأى الحديث قد أثبت فساد هـذه القاعدة على ضوء المشاهـدات والاحصاء • فللبنت أن تتزوج • وللزوج أن تحمل • وللحامل أن تلد • ما دام القلب « متكافئا » كما يعبر عنه الأطباء • والمقصود من هذا التعبير أن يكون القلب رغم ما به من مرض كفوا لأداء وظيفته لسد حاجة الجسم فى ظروفه العادية • وبعبارة أخرى لا تشكو المريضة عوارض تدل على عدم كفاية القلب ، وهى عوارض معروفة ، منهـا تورم الأطـراف وزرقتها • والتعب الشديد عند القيام بالجهد البسيط • واسراع التنفس • فاذا ظهر على القلب أنه غـير قادر على النهوض بوظيفته وجب اجراء الاجهاض فى الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل ، لأن الاجهاض فى الأشهر المتأخرة يكاد يبلغ ما تبلغه الولادة نفسها من ارهاق لجسم الحامل •

وأمراض الصدر والبول السكرى وغيرها من الأمراض العامة المزمنة يكون الحكم فيها بحسب درجة تقدمها وشدة وطأتها على الجسم • وهذا بداهة متروك أمره لرأى الطبيب المختص •

وأما الأمراض المزمنة بالكليتين فانها تتعارض تماما مع الحمل • وينبغى فى هذه الحالات معرفة مقدار كفايتهما وكمية البول فى اليوم ووجود الزلال به وكمية هذا الزلال • وأمراض الكليتين تقتضى من الطبيب عناية خاصة • فهو يضع للحامل نظاما دقيقا للطعام والشراب ثم يراقبها مراقبة تامة ليرى ان كانت تستطيع الاستمرار فى الحمل • أو متى يدق ناقوس الخطر فيقوم باجهاضها •

وقىء الحمل التسممى : نادر فى الحوامل لحسن الحظ اذ أن معظم حالات قىء الحمل من نوع لا خوف منه على صحة الحامل • وللطبيب

علاماته ووسائله فى معرفة هذا القىء التسممى وانه ليهتدى بالنبض وكمية البول • ومقدار ما به من الزلال • ودرجة الهزال الذى أصاب الجسم ودرجة قيام الكبد بوظيفتها • وهنا ينبغى الاسراع فى اجهاض الحامل قبل فوات الأوان • أى قبل أن تشرف على الهلاك •

وهناك أمراض أخرى يكون أمر الاجهاض فيها موضع نظر • أى انها قد تسوغ الاجهاض ولكنها لا تحتمه • وهنا ينبغى أن يكون أمر الفصل فيها الى رأى طبيبين اثنين حتى يكون حكمهما أدنى الى الصواب • ومن أمثلة هذه الأمراض : الفتق السرى الكبير الحجم ، وضعف البنية الشديد والأمراض العقلية •

وبهذا تنتهى سلسلة أحاديثنا هذه عن الحمل والولادة والاجهاض •

فهـــرس

صفحة

تقـديم ٣

ويسألونك عن المحيض قل هو أذى ٧

ونقر فى الأرحام ما نشاء الى أجل مسمى ١٣

المرأة بعد الأربعين ١٨

العقم فى الرجال والنســاء ٢٣

عســر الحيــض ٣٠

التحكم فى الحمل — دواعيه ووسائله ٣٦

يهب لمن يشاء اناثا ويهب لمن يشاء الذكور ٤١

الحامل — مأكلها ، وملبسها ، ورياضتها ٤٦

الحامل . القناة الهضــمية . البول . الثديان ٥٠

اقتربت الساعة ، أو فى انتظار الحادث السعيد ٥٥

قرة العين ، أو ساعة الميلاد ٦٠

وبعد أن أنجبت ٦٥

على هامش الاجهــاض ٦٩

أســباب الاجهاض ٧٤

الاجهاض الجنائى والاجهاض العــلاجى ٧٨