

في الوقت المحدد...

الحمل بعد سن الـ40 والتعجيل بالطلق



يتزايد عدد السيدات اللاتي يلدن وهن في سن الـ40 أو أكثر في كندا. وبعيداً عن شيوخ ولادة السيدات في السن الـ40 فما فوق، بدأت القابلات وأطباء الأسرة وأطباء التوليد في طرح أسئلة عن احتياجات تلك المجموعة من السيدات. ولقد نشر مؤخراً فريقان متخصصان - يمثلان أطباء التوليد (في كندا والمملكة المتحدة) آراءً متخصصة توصي بالتعجيل المبكر بالطلق (بدء عملية الطلاق باستخدام أساليب طبية) بالنسبة للسيدات الحوامل في سن الـ40 فما فوق! وعلى الرغم من أنه لم يتم إصدار هذه الأوراق البحثية للرأي باستخدام نفس الطرق الشاملة والمنهجية المستخدمة لتقييم البحوث وإصدار التوصيات لقواعد الممارسات الإكلينيكية، إلا أن مقدمي الرعاية قد يغيرون ممارساتهم ويوصون بالتعجيل بالطلق. ويتمثل الهدف من هذه الوثيقة في مساعدتكم على فهم البحوث الخاصة بهذا الموضوع حتى يمكنك اختيار أفضل الخيارات لكم ولأسركم.

لماذا يعتبر السن مهماً؟

تتمتع الكثير من السيدات الحوامل اللاتي تتخطى أعمارهن الـ40 بصحة ممتازة. ولا يرتبط الحمل في معظم الحالات لدى السيدات فوق سن الـ40 بمشكلات كبيرة أو طويلة المدى. وسوف نتحدث معك قابلتك عن تاريخك الصحي للتعرف جيداً على صحتك بشكل عام وكيف يمكن أن تؤثر أي حالات سابقة على حملك. وستقوم القابلة أثناء الزيارات الدورية بالفحص لترى إذا كانت أي تعقيدات صحية لك أو للطفل قد تطورت كما تفعل مع العمليات من أي سن. غير أن الأبحاث تذكر أن السيدات في سن الـ40 فما فوق أكثر عرضة من المجموعات ذات السن الصغيرة للمعاناة من مشكلات صحية عامة بالإضافة إلى

تركز هذه الوثيقة على التعجيل بالطلق (المخاض). ولا تعالج القرارات الأخرى التي قد تواجهها عمليات القابلات في سن الـ40 فما فوق أثناء الحمل.

ملحوظة عن اللغة

من أكثر المصطلحات الشائعة التي يتم استخدامها للإشارة للحمل لدى السيدات فوق الـ40 سن أمومة "متأخرة" أو "متقدمة" أو "الأمومة الأكبر سناً" أو "الحمل المتأخر"، ولكن بدلاً من ذلك سوف تستخدم تلك اللفظة عبارة "الحمل بعد الـ40".

ملحوظة عن علاج الخصوبة

من الضروري ملاحظة أن هذه الوثيقة لا تناقش استخدام تكنولوجيا التكاثر المساعدة (ART) assisted reproductive technologies مثل، in-vitro fertilization (IVF) أو التبرع بالبويضات أو عقاقير الخصوبة. حيث يتعلق البحث الذي تتم مناقشته هنا بالحمل العفوي دون استخدام علاج الخصوبة. فإذا كنت قد قمت باستخدام أي من تقنيات التكاثر المساعدة ويتخطى سنك الـ40، تحدثي مع مقدم الرعاية لك عن العناية الخاصة بك.

وجود تعقيدات تتعلق بالحمل (مثل وجود طفل لديه اختلافات في الكروموزومات مثل مرض الداون سيندروم أو الإصابة بسكر الحمل أو ارتفاع في ضغط الدم أو ولادة قيصرية) كما أن السيدات فوق الـ40 أكثر عرضة لولادة طفل ميت قبل أو أثناء الولادة (ولادة متوفاة). وسوف نشرح هذه اللفظة بعض البحوث عن خطر ولادة طفل متوفي على السيدات في سن الـ40 فما فوق، وتساعديك على الاختيار بين استخدام عقاقير لبدء الطلاق في وقت قريب من الموعد المحدد للولادة أو انتظار الطلاق حتى يبدأ من تلقاء نفسه.

¹ في عام 2012 قامت جمعية أطباء النساء والتوليد في كندا (SOGC) the Society of Obstetricians and Gynecologists of Canada بنشر ورقة بحثية عن الولادة المتأخرة. وفي عام 2013 قامت الكلية الملكية لأطباء النساء والتوليد (RCOG) في المملكة المتحدة بإطلاق ورقة بحثية تحت اسم التعجيل بالولادة للأمهات كبيرات السن.

تقدم هذه الوثيقة معلومات مناسبة للعمليات عن الحمل بعد سن الـ40 والتعجيل بالطلق. وهي مصممة لمساعدتك في الوصول لفهم أفضل لبعض الاعتبارات والخيارات التي قد تواجهينها أثناء تلقيك الرعاية من قابلتك. ولا يقصد منها أن تكون بديلاً عن مناقشة الخيارات التي تدور بينك وبين قابلتك. فإذا كانت لديك أي أسئلة أو مخاوف أو أفكار بعد قراءة الوثيقة برجاء تبادلها مع قابلتك.

الحمل بعد التاريخ المحدد، المراقبة والتعجيل بالطلق

على الرغم من التاريخ التقديري لولادتك أو ما يعرف بـ "التاريخ المقرر للولادة" يتم حسابه بحيث يكون 40 أسبوعا من الحمل، إلا أن الفترة ما بين 37 و42 أسبوعا تعتبر حمل ذو فترة عادية. أما "الحمل لما بعد التاريخ المحدد" فهو حمل يستمر بعد التاريخ المقرر لولادتك. ويطلق على الحمل "الذي يستمر لأكثر من 42 أسبوع حمل " بعد الأوان".

ويولد معظم الأطفال أصحاء بغض النظر عما إذا كانوا قد ولدوا في الموعد المحدد أو لاحقا. غير أن فرصة ولادة الطفل متوفيا تميل للزيادة إذا استمر الحمل بعد الموعد المحدد للسيدات في كل الأعمار. وعادة ما يقترح مقدمو الرعاية للعمليات من أي سن المراقبة عن كثب للطفل عندما تصل مدة الحمل إلى 41 أسبوعا. ويعني هذا أن القابلة ستقدم المزيد من فحوص الموجات فوق الصوتية (إذا كان ذلك متوفر في مجتمعك) في الفترة ما بين 41 و42 أسبوعا أو الاختبار بدون مجهود، حيث يتم استخدام جهاز لمراقبة نمط نبضات قلب الجنين خلال فترة من الزمن. كما ستناقش القابلات مخاطر ومزايا التعجيل بالطلق عندما تزيد فترة الحمل على 41 أسبوعا، وقد توصي القابلات بالتعجيل بالطلق عند بلوغ الحمل 42 أسبوعا. التعجيل هو عبارة عن بدء الطلق صناعيا باستخدام عقاقير مثل oxytocin أو prostaglandins أو بكسر كيس الماء الذي يحيط بالطفل (amniotic sac) لتشجيع الرحم على التقلص.

لماذا يعرض علي التعجيل بالطلق بسبب سني؟

اطّلع مؤلفو منشورات جمعية أطباء النساء والتوليد في كندا (SOGC) والكلية الملكية لأطباء النساء والتوليد (RCOG) على الدراسات التي تظهر أنه إذا زاد سنك عن الـ 40، فإن فرصة تعرضك لولادة طفل متوفي في الوقت المحدد تعادل فرصة تعرض سيدة تحت سن الـ 30 لولادة طفل متوفي بعد الموعد المحدد للولادة بأسبوع أو اثنين. ولهذا السبب تقترح جمعية أطباء النساء والتوليد في كندا بأن يبدأ مقدمو الرعاية بمراقبة صحة الأطفال مبكرا لدى السيدات اللاتي تبلغن الـ 40 فما فوق عند بلوغ الحمل 38 أسبوعا. كما تقترح كل من جمعية أطباء النساء والتوليد بكندا والكلية الملكية لأطباء النساء

39- 40 أسبوعا.

طبقا للدراسات التي اطلع مؤلفو ورقة جمعية أطباء النساء والتوليد بكندا والكلية الملكية لأطباء النساء والتوليد بالمملكة المتحدة، يبلغ خطر التعرض لولادة طفل



متوفي في فترة حمل تتراوح بين 39 و40 أسبوع 1 في الـ 1000 للسيدات تحت سن الـ 35 و2 في الـ 1000 للسيدات فوق سن الـ 40. وعلى الرغم من زيادة الخطورة للسيدات فوق سن الـ 40 فإن الخطر العام لولادة طفل متوفي لا يزال منخفضا جدا. بل وينخفض خطر ولادة طفل متوفي بين السيدات فوق الـ 40 من السيدات اللاتي لا يعانين من حالات مثل مرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم أو مشكلات في القلب أو الرئة أو الكلى.

خطر ولادة طفل متوفي في فترة حمل تبلغ ما بين 39 و40 أسبوعا

الحمل لدى السيدات غير المصابات بمرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم أو مشكلات في	كافة أشكال الحمل	
حوالي 1.5 في الـ 1000	حوالي 2 في الـ 1000	السيدات في سن الـ 40 سنة فما فوق

خطر ولادة طفل متوفي في فترة حمل تبلغ ما بين 41 أسبوعا

الحمل لدى السيدات غير المصابات بمرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم أو مشكلات في	كافة أشكال الحمل	
حوالي 2 في الـ 1000	حوالي 2.5 في الـ 1000	السيدات في سن الـ 40 سنة فما فوق

هل ولادتي لطفل من قبل تحدث فرقا؟

ينخفض خطر ولادة طفل متوفي إذا كنت قد أنجبت طفلا من قبل بغض النظر عن سنك .

تختلف هذه الأرقام عن مخاطر ولادة طفل متوفي المذكورة سابقا عن السيدات الحوامل في 39-40 أسبوعا (أي في الـ1000 للسيدات في سن الـ40 فما فوق و 1 في الـ1000 للسيدات تحت سن الـ35) وهذا لأن الأرقام المذكورة أعلاه تمثل خطر ولادة طفل متوفي في أي مرحلة بين 37 و 41 أسبوعا من الحمل .

خطر ولادة طفل متوفي* في أي مرحلة بين 37 و 41 أسبوعا من الحمل:

السيدات تحت سن 35 سنة	حوالي 4 في الـ1000
يدات ما بين 35 و 39 سنة	حوالي 6.5 في الـ1000
السيدات في سن الـ 40 سنة فما فوق	حوالي 9 في الـ1000
السيدات تحت سن 35 سنة	حوالي 1 في الـ1000
السيدات ما بين 35 و 39 سنة	حوالي 2 في الـ1000
السيدات في سن الـ40 سنة فما فوق	حوالي 3 في الـ1000

هل هناك مخاطر إذا تم التعجيل بالطلق لدي؟

يكون التعجيل بالطلق خيارا هاما عندما يكون من الواضح أن مزايا التعجيل بالطلق تفوق مخاطر انتظار أن يبدأ الطلق بشكل طبيعي. فعلى سبيل المثال إذا كان لديك ارتفاعا في ضغط الدم بسبب مشكلات لك أو لطفلك فقد يسبب استخدام عقاقير لبدء الطلق مشكلات أقل من تلك التي قد يسببها استمرار الحمل. وفي حالة السيدات الأصحاء والأطفال الأصحاء تقل حتمية مزايا التعجيل بالطلق .

ولم يتم إجراء أي أبحاث لإظهار أن التعجيل بالطلق سيقفل من الخطر الصغير (ولكن متنامي) في ولادة أطفال متوفين لدى السيدات فوق الـ40 .

وعلى الرغم من أن رأي جمعية أطباء النساء والتوليد بكندا هو أنه يجب رعاية السيدات في سن الـ40 فما فوق بشكل مختلف عن رعاية السيدات الأصغر سنا، إلا أننا لا نعرف إذا ما كان التعجيل المبكر بالطلق سيقفل خطر ولادة طفل متوفي لدى السيدات البالغات من العمر 40 فما فوق. ويرجع هذا بشكل جزئي إلى عدم تأكد الباحثين من سبب زيادة احتمال حدوث ولادة أطفال متوفين مع زيادة العمر .

وقد يكون للتدخلات المستخدمة لتحفيز الطلق والولادة مخاطر خاصة بها. وإذا خضعت للتعجيل بالطلق من المحتمل جدا أن تحتاجي لولادة قيصرية أو مساعدات للولادة المهبلية (بالجفت/الملقط أو الشفط). وتظهر أرقام الولادة الواردة من أونتاريو أن السيدات في سن الـ40 فما فوق أكثر احتمالا لإجراء ولادة قيصرية سواء تم التعجيل بالطلق أو بدأ بشكل طبيعي. ولكن احتمال خضوع السيدات اللاتي يتم التعجيل بالطلق لديهن للولادة القيصرية يكون أكبر في معدلاته من السيدات اللاتي يكون الطلق لديهن طبيعيا .

ومن الصعب الوصول لنتائج حاسمة من الاعتماد على تلك الأرقام للولادة، إذ أن السيدات اللاتي تم تعجيل الطلق لديهن قد تختلفن عن السيدات اللاتي ولدن بطلق طبيعي. فعلى سبيل المثال، من المحتمل أن تكون لدى السيدات التي تم التعجيل بالطلق لديهن حالات طبية (مثل سكر الحمل) مما أدى لتوصية مقدمي الرعاية الصحية بالتعجيل بالطلق وهو ما جعل الولادة القيصرية أكثر احتمالا للحدوث .

وعلى الرغم من معرفتنا في أونتاريو بأن السيدات اللاتي يتم التعجيل بالطلق لديهن يزيد احتمال ولادتهن بالعملية القيصرية، إلا أن الدراسات البحثية التي درست الصلة بين التعجيل بالطلق والولادة القيصرية بطريقة مختلفة توصلت إلى نتائج مختلفة. فالدراسات التي درست السيدات من كل الأعمار من اللاتي كان لهن حمل صحي وتم اختيارهن للتعجيل بالطلق أو الاستمرار في الحمل، تقترح بأن السيدات اللاتي تم تعجيل الطلق لديهن في الموعد المحدد للولادة

من بين كل 100 سيدة في سن الـ40 فما فوق من اللاتي ولدن بالمستشفى واللاتي يتم التعجيل بالطلق لهن



تكون هناك 52 ولادة مهبلية

من بين كل 100 سيدة في سن الـ40 فما فوق من اللاتي ولدن بالمستشفى واللاتي يحدث لديهن الطلق طبيعيا



تكون هناك 72 ولادة مهبلية

أو بعده من غير المحتمل أن يلدن ولادة قيصرية. وهذا أمر محير لأن هناك معلومات متضاربة. إنما ما نعرفه هو أنه على الرغم مما تقترحه الأبحاث، فإن السيدات في أونتاريو اللاتي في سن الـ40 فما فوق وتعرضن للتعجيل بالطلق أكثر عرضة للولادة القيصرية من السيدات اللاتي لم يتم التعجيل بالطلق لديهن. وعادة ما يكون الأطفال الذين يولدون ما بين 37 و 39 أسبوعا أصحاء ولكنهم أكثر عرضة من الأطفال المولودين في 39 أسبوعا وما فوق للمعاناة من مشكلات تتطلب دخولهم إلى وحدة الرعاية المركزة للأطفال حديثي الولادة. كما أننا لا نعرف إذا ما كان استخدام التعجيل بالطلق لتقليل خطر ولادة أطفال متوفين سيقضي على هذا الخطر .

ما الذي نعرفه

- معظم السيدات الحوامل في سن الـ 40 فما فوق لديهن أطفال أصحاء .
- تحدث المشكلات الصحية (مثل السكري وارتفاع ضغط الدم) وتعقيدات الحمل للسيدات في سن الـ 40 فما فوق .
- على الرغم من زيادة احتمال حدوث ولادة الأطفال المتوفين لدى السيدات الأكبر سنا إلا أن الخطر العام من ولادة أطفال متوفين لا يزال منخفضا. يعتقد أن خلال ما بين 39 و40 أسبوع من الحمل تحدث ولادة الاطفال المتوفين في حوالي 2 من كل 1000 حمل للسيدات فوق سن الـ 40 مقارنة بـ 1 من كل 1000 حمل لدى السيدات تحت سن الـ 35 .
- يعادل خطر ولادة طفل متوفي للسيدات في سن الـ 40 فما فوق عند 39 أسبوع من الحمل نفس خطر ولادة طفل متوفي للسيدات أقل من سن الـ 30 بعد أسبوع أو أسبوعين من الموعد المحدد لولادتهن. لهذا السبب يقترح بعض مقدمو الرعاية أن تبدأ مراقبة صحة الطفل والتعجيل بالطلق في وقت مبكر من الحمل بالنسبة للسيدات في سن الـ 40 فما فوق .
- يزيد خطر ولادة طفل متوفي مع ارتفاع سن الأم حتى في حالات الحمل الجيد وغير المعقد. ويزيد هذا الخطر أكثر إذا كانت هناك مشكلات صحية أو تعقيدات في الحمل .
- يرتفع خطر ولادة طفل متوفي في الحمل الأول (وهذا صحيح بالنسبة للحمل الأول بغض النظر عن سن الأم).
- تظهر أرقام الولادات في اونتااريو أن السيدات فوق سن الـ 40 واللاتي تم التعجيل بالطلق لديهن يكن أكثر عرضة للولادة القيصرية .

ما الذي لا نعرفه

- لا نعرف لماذا تزيد فرص ولادة طفل متوفي مع زيادة سن الأم .
- لا توجد أبحاث تظهر أن التعجيل بالطلق مبكرا سيقلل من معدلات ولادة أطفال متوفين لدى السيدات فوق سن الـ 40 .

ما هي الخيارات الموجودة أمامي إذا كان سني 40 أو أكثر ويقترب الموعد المحدد لولادتي

سوف تساعدك القابلة على فهم كل هذه الإحصائيات وعلى فهم هذه المخاطر على حملك أنتِ. فالأشخاص باختلافهم سيختارون خيارات مختلفة بناء على قيمهم وتفضيلاتهم الخاصة. وقد تكون لدى قابلتك توصيات معينة لك بناء على ما يحدث في حملك .

وتتمثل خياراتك الخاصة بالمراقبة في

- البدء في مراقبة صحة طفلك مبكرا تقريبا في الأسبوع الـ 39 من الحمل
- الانتظار للبدء في المراقبة في تاريخ لاحق (بين 40 و41 أسبوعا) أو
- عدم القيام بالمراقبة على الإطلاق

وتتمثل خياراتك الخاصة بالتعجيل بالطلق في

- التعجيل المبكر للطلق (فيما يقارب 40 أسبوعا من الحمل)
- القيام بالتعجيل بالطلق في تاريخ لاحق (في الأسبوع 41 أو 42) من الحمل تقريبا
- الانتظار للطلق الطبيعي

أشياء أخرى يمكنك تجربتها ربما تساعد على تحفيز الطلق

هناك العديد من الأساليب غير الطبية التي تستخدمها القابلات وعميلاتهن أحيانا للبدء في الطلق بشكل أسرع. ويطلق على أحد تلك الأساليب "الشد والتحرك" "stretch and sweep" وخلال الشد والتحرك تقوم قابلتك بوضع أصابعها في المهبل وتقوم بفحص وشد عنق الرحم محرمة أصابعها حول عنق الرحم من الداخل. وتتضمن الأساليب الأخرى المستخدمة لتحفيز الطلق زيت الخروع والوخز بالإبر والعلاج المعروف باسم العلاج التجانسي homeopathy وتحفيز حلمة الثدي أو الأعشاب. ولم يتم إجراء إلا القليل من الأبحاث لاختبار مدى نجاح تلك الأساليب أو في أي الظروف يكون من الأفضل استخدامها. فتحدثي مع قابلتك إذا أردت معرفة المزيد عن الأساليب البديلة لتحفيز الطلق .

لديك أسئلة؟ تحدثي مع قابلتك

تعتبر تلك الأنواع من الخيارات صعبة في التقرير بشأنها، وقد تعتمد على تفضيلاتك الخاصة أو تاريخك الصحي الشخصي. ويمكن لقابلتك مساعدتك في التوصل لما تشعرين به بشأن الخيارات المتاحة لك ومساعدتك في وضع خطة تتناسبك وتناسب أسرتك. ويمكنك كتابة الأسئلة والمخاوف وإحضارها لموعدك القادم إذا كان ذلك مفيدا

