الأنباء
الاحد 10 ابريل 2016

اختصاصية أمراض النساء والولادة تحدثت عن الاستخدامات الحديثة لليزر والتي تعيد الشباب للمرأة دون أي ألم

د.نوارة الشمري لـ«الأنباء»: 15٪ نسبة العقم بالكويت والسمنة سبب رئيسي لارتفاع الولادات «القيصرية»

كتب: عبدالكريم العبدالله

كشفت اختصاصي أمراض النساء والولادة في مستشفيي الجهراء والعرف، د.نوارة الشمري عن زيادة نسب الولادات القيصرية في البلاد، والتي تمثل نسبتها ما يقارب 30٪، مشيرة إلى أن «السمنة»، وزيادة «التوائم»، بالإضافة إلى «سكر الحمل» تعتبر من العوامل التي أدت إلى تلك الزيادة.

وأكدت د.الشمري في حوار خاص مع «الأنباء» أن نسبة العقم في الكويت بلغت 15٪، وهي مقاربة للمعدلات العالمية، موضحة في الوقت ذاته أن الأسباب الأكثر شيوعا للإصابة بالعقم هي ضعف الحيوانات المنوية لدى الأزواج، والتي تصل نسبتها إلى 35٪.

ونصحت د.الشمري بعدم أخذ حبوب منع «الحمل» بأنواعها في حالات السرطان، وذلك لتسببها في زيادة نسبة حدوث التجلطات، كما نصحت الأم المصابة بالإيدز بالمتابعة المستمرة مع الطبيب المختص وأخذ الأدوية اللازمة خلال فترة الحمل لتجنب انتقال العدوى للجنين.

وفيما يلي تفاصيل الحوار كاملا:

10٪ نسبة حدوث حالات الولادات المبكرة.. وهذه هي الأسباب

سرطان «عنق الرحم» هو ثاني أكثر أنواع السرطان شيوعاً لدى النساء

الحمل بعد سن 35 سنة يزيد احتمالات الإصابة بمضاعفات صحية

تقدم علاج العقم في الكويت قلل حالات العلاج بالخارج لهذا السبب

«الاكتئاب» يصيب 15 إلى 20٪ من النساء خلال الحمل وبعد الولادة ومعظم الحالات تتحسن بالدعم الأسري وممارسة الرياضة والتغذية الجيدة

حدثينا عن نسبة الولادات القيصرية في البلاد؟

● نسبة الزيادة في الولادات القيصرية ليست في الكويت فقط وإنما في العالم أجمع، وتدخل في أسبابها تأخر سن الزواج، ووجود قيصرية سابقة، وكثرة التوائم، فضلا عن طلب المريضة للقيصرية خوفا من الألم، وبالنسبة للكويت فزيادة نسبة السمنة تعتبر من الأسباب الرئيسية لزيادة نسبة القيصريات، حيث إن الكويت احتلت المركز الرابع على العالم في معدل السمنة لدى النساء، وقد أثبتت الدراسات الحديثة أنه كلما زادت كتلة الجسم زادت نسبة الولادات القيصرية وقد تصل إلى 50٪ في حالات السمنة المفرطة، كما انه من الأسباب أيضا زيادة نسبة «سكر الحمل».

وتختلف إحصائيات الولادة القيصرية بالكويت من مستشفى إلى آخر، لكنها في حدود 30٪، وبالنسبة للمعدلات العالمية فتختلف من دولة إلى أخرى ولكنها في تزايد.

ما صحة ما يتردد عن أن الولادة في القطاع الخاص أفضل من الولادة في مستشفيات الحكومة؟

● الولادة في القطاع الخاص تعتبر أفضل من الناحية الفندقية وخدمة المريض، ووجود خصوصية أكثر وقلة تكدس المرضى، وأيضا تستطيع المريضة اختيار الطبيب الذي سيشرف على ولادتها، أما بالنسبة للخدمة الطبية فلا أرى هناك فرقا بين القطاعين.

الفحص قبل الزواج

هل أدى الفحص قبل الزواج للقضاء على الأمراض الوراثية؟

● الفحص الطبي قبل الزواج يشمل الكشف عن بعض الأمراض الوراثية وهي: الثلاسيميا (أنيميا البحر المتوسط) والأنيميا المنجلية ونقص انزيم جلكوز الفوسفات، وهذه الأمراض هي صفات متنحية ويصاب بها الأبناء إذا كان الزوجان حاملين للمرض أو مصابين به، أما نقص انزيم جلكوز الفوسفات فالأم الحاملة للمرض يصاب أبناؤها الذكور به.

وإذا تبين أن الشخصين مصابان أو حاملان للمرض فيتم نصحهما بالعدول عن الارتباط ببعضهما لتفادي نقل المرض لأولادهما، علما بأنه في آخر عامين لم يتم تسجيل حالات ثالاسيميا وأنيميا منجلية بين المواليد الكويتيين وهذا يعتبر إنجازا كبيرا.

ما نصيحتكم للحوامل بخصوص التغذية وممارسة الرياضة؟

● يجب على جميع النساء أخذ حمض الفوليك 400 ميكروغرام باليوم قبل 3 شهور من الحمل، ويجب الاستمرار فيها لمدة الثلاثة شهور الأولى من الحمل، لأنها تقلل الإصابة بتشوهات الأعصاب للطفل، أما النساء المصابات بالسكري أو الصرع أو اللائي لديهن طفل مصاب بتشوهات، فعليهن أخذ جرعة أكبر وهي 5 ملليغرامات، أما بالنسبة للمأكولات التي يجب تجنبها في الحمل هي:

1ـ اللحوم غير المطهية جيدا أو السوشي.

2ـ الألبان غير المبسترة والأجبان الطازجة فقد تكون ملوثة بالليستيريا.

3ـ البيض النيئ لاحتوائه على السالمونيلا.

4ـ الكبد لاحتوائها على نسب عالية من ڤيتامين A والذي يسبب تشوهات للجنين.

5ـ الأسماك المدخنة لإمكانية تلوثها بالليستيريا، والأسماك التي تحتوي على نسبة عالية من الزئبق مثل القرش وابو سيف لأنها تسبب ضررا لمخ الجنين.

6ـ الخضار والفاكهة غير المغسولة.

أما بالنسبة للرياضة، فإنه في حال كانت السيدة لا تعاني من مشاكل في الحمل مثل النزيف أو وجود إجهاضات متكررة أو نزول بالمشيمة، فلا بأس في الرياضة مثل المشي والسباحة وتجنب الرياضات العنيفة.

ما أسباب الولادة المبكرة؟

● الولادة المبكرة هي الولادة قبل 37 أسبوعا رحميا، ونسبتها تقارب 10٪، ولها أسباب كثيرة تتمثل في:

1ـ أسباب تتعلق بالأم وهي ضعف عنق الرحم، الالتهابات المتكررة للمسالك البولية والتهابات المهبل، فضلا عن نزول السائل الأمنيوسي، انفصال المشيمة، السمنة، السكر، وتسمم الحمل.

2ـ والأسباب التي تتعلق بالجنين وهي زيادة السائل الامنيوسي في الرحم، والقصور في نمو الجنين.

ما نصيحتك للأم الحامل المصابة بالإيدز أو الالتهاب الوبائي؟ وهل يمكن أن تلد ولادة طبيعية أو قيصرية؟

● بالنسبة للأم المصابة بالإيدز، يجب عليها المتابعة المستمرة مع الطبيب المختص وأخذ الأدوية اللازمة خلال فترة الحمل لتجنب انتقال العدوى للجنين، وتعتمد عملية الولادة على نسبة الڤيروس في الجسم إذا كانت أقل من 50٪ يمكن لها أن تلد بشكل طبيعي، أما في حال كانت النسبة مرتفعة فيفضل العملية القيصرية، وأيضا يجب تجنب الرضاعة الطبيعية لأنها تزيد نسبة انتقال الڤيروس.

وبالنسبة للالتهاب الكبدي فلا مانع من الولادة الطبيعية، ولكن يجب إعطاء الطفل أجساما مضادة immunoglobulin والتطعيم ضد الڤيروس الكبدي وعمل فحص للطفل بعد سنة للتأكد من عدم إصابته بالمرض.

هل تعتقدين أن معدلات العقم في زيادة وما الأسباب؟

● نسبة العقم في الكويت بلغت ما يقارب 15٪، وهي مقاربة للنسب العالمية، والأسباب الأكثر شيوعا للإصابة بالعقم هي ضعف الحيوانات المنوية لدى الأزواج، وهذا يمثل نحو 35٪ من الأسباب، بالإضافة إلى ضعف التبويض لدى السيدات ونسبتها 30٪، علما بأنه من أسباب ضعف التبويض هو «تكيس المبايض وفشل المبيض المبكر»، وانسداد قنوات فالوب والتي تعادل 20٪، علاوة على مجموعة من الأمراض الأخرى مثل الأليـاف وبطانة الرحم المهاجرة، والتشوهات الخلقية للرحم، والتي تتراوح ما بين 10 و15٪ من الحالات، وهناك نسبة من الحالات لا يوجد لها سبب واضح.

ما الفترة المناسبة للمباعدة بين الولادات؟

● افضل فترة هي سنتان، حتى تتحسن نسبة الدم لدى الأم ويرجع الجسم إلى طبيعته.

هل يؤثر نوع الغذاء على جنس المولود ذكر أو أنثى؟

● هناك دراسة في عام 2008 نشرت في مجلة أميركية تؤيد هذه النظرية، ولكن أتت بعدها دراسة تنفي ذلك وأنها أتت بالصدفة، وتبقى جميعها نظريات، وبما أننا شعب يحب الأولاد فلا يضر من اتباع المرأة لنظام غذائي في أمل ان يزيد من نسبة الذكور اذا كان ذلك النظام لا يضر بصحتها.

الصحة النفسية:

ما حقيقة ارتفاع معدلات الاكتئاب بين الحوامل وبعد الولادة؟ وهل يوجد برنامج للصحة النفسية للحوامل وبعد الولادة؟

● الاكتئاب يصيب 15 إلى 20٪ من النساء في فترة من فترات حياتهن، وتكون معرضة اكثر له في فترة الحمل وبعد الولادة، وذلك بسبب التغيرات الهرمونية لدى الحامل، وهناك بعض النساء تكون معرضة اكثر للاكتئاب إذا سبق لها أن أصيبت به، بالإضافة إلى النساء اللاتي حملن عن طريق أطفال الأنابيب، أو إذا حدثت مضاعفات في فترة الحمل.

أما بالنسبة للعلاج، فيعتمد على درجة الاكتئاب إذا كان خفيفا إلى متوسط، إذ يفضل العلاج عن طريق الدعم الأسري من الأهل والزوج، وممارسة الرياضة، وتناول أوميغا 3، فضلا عن طلب المساعدة من لخصائي نفسي، أما في الحالات الشديدة والتي من الممكن أن تؤدي إلى ضرر للام أو الجنين أو الطفل بعد ولادته فهنا يستدعي التدخل من طبيب نفسي وأخذ العقاقير للعلاج أو في بعض الحالات تحتاج دخولا للمستشفى، ولكن معظم الحالات تكون خفيفة وتزول بالطرق التي ذكرتها سابقا، أما بالنسبة لبرنامج الصحة النفسية للحوامل فهو لا يتوافر لدينا في الكويت والعلاج يكون بواسطة طبيب النساء والطبيب النفسي.

العلاج بالخارج

هل أدى علاج العقم في الكويت لخفض حالات العلاج في الخارج للعقم؟

● مركز وحدة الأنبوب في مستشفى الجهراء ووحدة الأنبوب بمستشفى الولادة يغطيان شريحة كبيرة من المواطنين، والتي بدورها قللت الضغط على العلاج بالخارج، كما أن هناك فئة تقدم على العلاج على حساب الحكومة ولكن في مستشفيات خاصة داخل الكويت، وهذا كله أدى إلى تقليل إرسال حالات العقم إلى الخارج التي أصبحت تضم فئة قليلة من الحالات وبشروط خاصة.

السونار

هل السونار يسبب أضرارا للأجنة والمواليد؟

● السونار هو عبارة عن موجات صوتية، وليست أشعة، وبالرغم من أن السونار يستخدم منذ فترة طويلة إلا أنه لم يثبت له أي أضرار صحية ناتجة عنه على استمرار الحمل، أو تعرض الجنين لأي أخطار أو تشوهات خلقية، حتى لو تكرر استخدامه مثل حالات الحمل الحرجة والتي تستدعي تكراره عدة مرات، كذلك تعرض الأم الحامل للحرارة التي تتولد أثناء إجراء التصوير، وهي عبارة عن كمية محدودة من الحرارة لا تتسبب في أي أضرار للأم أو الجنين، ولكن قد تكون الحرارة ضارة للطفل إذا زادت عن 40 درجة مئوية، كما أن حركة الجنين ووجود السائل «الأمينوسي» حوله يعمل على توزيع الحرارة.

وتستخدم غالبية أجهزة التصوير ترددات حرارية منخفضة للغاية، وقد تزيد قليلا في أجهزة «الدوبلر» والتصوير الملون، لكنها لا تستغرق سوى دقائق قليلة مما يجعلها غير ضارة.

وينصح بعدم استخدام «الدوبلر» في الأسابيع الأولى من الحمل، إذ ان الجنين لا يزال في مرحلة النمو، وكذلك في المراحل الأخيرة، حيث تكون عظام الطفل مكتملة، وتصبح أكثر حساسية للحرارة، خاصة جمجمة الطفل مما يفضل معه عدم التصوير بالدوبلر في هذه المرحلة.

كبار السن:

هل زواج كبار السن من الرجال أو النساء يؤثر على صحة المواليد ونموهم الطبيعي؟

● بعد سن 35 سنة يحدث انخفاض تدريجي في معدلات الخصوبة للمرأة، والحمل بعد هذه السن يزيد من احتمالات الإصابة بمضاعفات صحية مثل مرض السكري، وارتفاع ضغط الدم، والولادة المبكرة، فضلا عن قصور في نمو الجنين، وهبوط المشيمة، وزيادة نسبة الولادة القيصرية والتي بدورها تؤثر على الحمل والولادة، هذا بالإضافة إلى ازدياد احتمالات إنجاب أطفال مصابين بتشوهات خلقية لدى النساء الأكبر سنا مثل متلازمة داون المنغولية، أو متلازمة إدوارد.

وتبين الإحصاءات أن فرصة إنجاب طفل مصاب بعيب خلقي ترتفع من حالة واحدة في كل 500 حالة عند النساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين 35 و39 إلى حالة واحدة في كل 250 من النساء اللاتي تتراوح أعمارهن ما بين 40 و44 وتصل إلى حوالي حالة واحدة في كل 70 إذا كان العمر 45 عاما أو أكثر.

أما بالنسبة لعمر الرجل، فهناك دراسات عديدة تبين انه اذا كان الرجل متقدما بالسن فإن جودة الحيوانات المنوية وجيناتها تتأثر، كما بينت أن لها علاقة في زيادة نسبة التوحد وزيادة نسبة الإجهاض، وزيادة الأطفال المشوهين لكن إلى الآن لا يوجد إثبات لذلك وبحاجة إلى دراسات اكثر.

خارج الرحم:

ما خطورة الحمل خارج الرحم؟

● الحمل خارج الرحم هو حدوث الحمل خارج تجويف الرحم ويحدث معظمه في الأنبوب، وبنسب قليلة يحدث علي المبيض او البطن او في عنق الرحم، ويكون العلاج إما «تحفظي» أو «جراحي»، ويعتمد ذلك على حالة المريضة، وإذا تم التشخيص في مراحل متقدمة فيمكن علاجه «بإبرة» كيماوي تقضي على الحمل، أما إذا انفجر في البطن، وسبب نزيفا داخليا فيحتاج إلى تدخل جراحي بالمنظار أو فتح البطن، وإذا لم يتم علاجه في الوقت المناسب فيمكن ان يؤدي النزيف إلى هبوط في الدورة الدموية والوفاة.

ما المقصود بتسمم الحمل؟ وما أسبابه؟ ومضاعفاته على الحامل وعلى المولود؟

● تسمم الحمل هو ارتفاع ضغط الدم مع وجود زلال في البول، ويمكن أن يصاحبه انتفاخ وتورم في الوجه واليدين أو القدمين، وصداع حاد، بالإضافة إلى مشاكل في الرؤية، وألم شديد تحت الأضلاع مباشرة.

وقد تكون الإصابة بتسمم الحمل ما بين الخفيفة والحادة، وتعتبر الإصابة الخفيفة بتسمم الحمل أمرا شائعا، وتصيب هذه الحالة حوالي امرأة واحدة بين 10 نساء حوامل خلال حملهن الأول، أما الإصابة الحادة بتسمم الحمل فهي أقل شيوعا بكثير، وتصيب هذه الحالة حوالي امرأة واحدة بين 200 امرأة حامل.

ما أهم استخدامات الليزر في مجال النساء؟

● مع تطور العلم والتكنولوجيا ظهر استخدام الليزر في عمليات تضييق المهبل وعلاج سلس البول وجفاف المهبل، وذلك عن طريق التدفئة الحرارية (التسخين) لطبقات أنسجة المهبل الداخلية والألياف المكونة لها مثل الكولاجين، وبهذا يتم حث هذه الأنسجة وتحفيزها على التجدد المستمر وعلى المدى البعيد، ويؤدي إلى شد المنطقة وإعادة الشباب لها، ويتم عمل الليزر في العيادة الخارجية، ومدتها لا تتجاوز 10 إلى 15 دقيقة، بحيث لا تشعر فيها المريضة بالألم، ولا تحتاج إلى التخدير، ونتائجها إيجابية جدا، وعلى المدى البعيد.

وما مميزات الليزر عن الجراحة؟ وما الجديد في هذا المجال للنساء؟

● الليزر من الأشياء الجديدة في مجالنا وقد لاقى نجاحا كبيرا واهتماما من قبل المرضى، خاصة انه لا يحتاج إلى جراحة أو مبيت في المستشفى، هذا بالإضافة إلى التقشير الكيميائي لتفتيح المناطق الحساسة حيث اصبح الطلب يتزايد عليه، وأيضا هناك إبر البلازما PRP والميزوثيرابي لتقوم بإعادة الشباب والنظارة للمنطقة الحساسة، وهذه الأشياء نقوم بعملها بالعيادة بمخدر عن طريق الكريمات ولا تستغرق اكثر من ثلث ساعة.

هل هناك تطعيم للوقاية من سرطان عنق الرحم؟ وهل هو متوافر في الكويت؟

● يعتبر سرطان «عنق الرحم» هو ثاني أكثر أنواع السرطان شيوعا عند النساء تحت سن الـ 35، وقد تم اكتشاف تطعيم يمنع الإصابة بڤيروس الورم الحليمي البشري والذي يعتبر السبب الرئيسي لسرطان عنق الرحم، كما يوجد أكثر من 100 نوع من ڤيروس الورم الحليمي البشري، ويوجد 40 نوعا منها يصيب المنطقة التناسلية، وهناك نوعان من الڤيروسات وهي:

1ـ قليلة الخطورة وهما HPV11 & 6 (والتي تسبب الثآليل التناسلية)

2ـ عالية الخطورة وهمها HPV 16 & 18 (المسببة لسرطان عنق الرحم)

ومن فوائد التطعيم انه يمنع 70٪ من حالات سرطان عنق الرحم، وأيضا يمنع ظهور الثآليل التناسلية، وينصح بأخذ التطعيم في الفئة العمرية ما بين 12 و26 عاما، وذلك قبل بضع سنوات من الزواج، ويوجد نوعان من هذا التطعيم ويعطى على ثلاث جرعات خلال 6 شهور ومتوفران بالقطاع الخاص وهما:

1ـ جارداسيل وهو التطعيم الرباعي (ضد HPV 11، 6، 16، 18)

2ـ سيرفاريكس وهو تطعيم ثنائي ضد (HPV 16، 18)

إلى الآن لم يتم توفير التطعيم في القطاع الحكومي ولكنه متوافر في القطاع الخاص.

هل هناك برنامج للكشف عن سرطان عنق الرحم في الكويت؟

● إلى الآن لم يتم تطبيق البرنامج، وجميعها جهود ذاتية عن طريق نصح النساء المتزوجات أو اللاتي سبق لهن الزواج بالمواظبة على عمل المسحات لعنق الرحم، والتي تبدأ من سن 25، ويتم عملها كل 3 سنوات وبعد سن الـ 50 كل خمس سنوات.

ما الوسائل الأفضل لمنع الحمل للمصابة بالسرطان؟

● يعتمد مانع الحمل على نوع السرطان، بحيث انه في حالة سرطان الكبد والثدي لا يفضل أخذ أي نوع من أنواع حبوب منع الحمل سواء سواء كان أحاديا أو ثنائي الهرمون، ويفضل استخدام اللولب النحاسي، وفي حالة سرطان الثدي إذا كانت المريضة تأخذ عقار «التاموكسيفين» ليعالج أي نشاط يحدث للبطانة بسبب العقار يفضل اللولب الهرموني، وبشكل عام لا يفضل أخذ حبوب منع الحمل بأنواعها في حالات السرطان لأنها تزيد من نسبة حدوث التجلطات التي تزيد نسبتها في حالات السرطان.

د. نوارة الشمري متحدثة إلى الزميل عبدالكريم العبدالله (فريال حماد)

السونار لا يؤثر على صحة الحامل والجنين

بهذه الطريقة يمكن للمرأة المصابة بالإيدز أن تحمي جنينها من العدوى

ضعف الحيوانات المنوية لدى الأزواج يمثل 35٪ من أسباب العقم

لا يفضل أخذ حبوب منع «الحمل» بأنواعها في حالات السرطان لأنها تزيد من نسبة حدوث التجلطات

في آخر عامين وبعد تطبيق الفحص «قبل الزواج» لم يتم تسجيل حالات ثالاسيميا وأنيميا منجلية بين المواليد الكويتيين وهذا يعتبر إنجازا كبيرا

لقطات من اللقاء

استئجار الأرحام

أكدت د.نوارة الشمري عدم تأييدها لظاهرة «استئجار الأرحام»، مشيرة الى ان هذه الظاهرة تتمثل في أخذ بويضة الأم البيولوجية، وتلقيحها وإرجاعها في رحم امرأة اخرى، قائلة: لا اشجع ذلك لان الأم هي التي حملت وعانت لمدة تسعة شهور وأحست بالطفل في احشائها وليس الأم البيولوجية، كما يدخل في هذا الموضوع الجانب الشرعي.

حجم الجنين

أشارت د.نوارة الشمري الى أن من مضاعفات سكر الحمل كبر حجم الجنين، وزيادة السائل «الامنيوسي»، والولادة المبكرة، بالإضافة الى الوفاة المفاجئة للجنين، وزيادة نسبة الولادة القيصرية.

عنق الرحم

نصحت د.نوارة الشمري كل فتاة مقبلة على الزواج او في بداية زواجها وغير مصابة بالڤيروس الحليمي ان تأخذ التطعيم ضد سرطان «عنق الرحم».