



تحسين النتائج للأطفال الخدج: معلومات للوالدين

بعض أعضاء الفريق من وحدة حديثي الولادة، الذين سيشرحون ما يمكن لك توقعه عندما يولد طفلك مبكراً.

سيكون هناك فريق من الأطباء والممرضات المتخصصين من وحدة الطفل عند ولادة طفلك وسيعتنون بك وبطفلك بعد الولادة. سيستمر الفريق في التواجد من أجلك أنت وعائلتك، ومع ذلك، في نهاية هذه النشرة توجد قائمة بالمنظمات التي يمكنها تقديم دعم إضافي بعد تجربة الولادة المبكرة. نحن نشجعك على التواصل معهم عندما تشعرين أن هذا هو أفضل وقت لك. ننصحك بتوخي الحذر عند إجراء عمليات البحث على الإنترنت لأن بعض الموارد الأخرى على الإنترنت قد تحتوي على معلومات غير صحيحة.

هناك 7 علاجات رئيسية قد تساعد في تحسين النتائج للأطفال الخدج. الخدج يكون قبل 37 أسبوع من الحمل. تعرف هذه العلاجات باسم "حزمة تحسين الرعاية". ستشرح هذه النشرة كيف يمكن لهذه الحزمة أن تساعد طفلك.

نحن نتفهم أن هذا يمكن أن يكون وقت مرهق للغاية بالنسبة لكما كوالدين ونريد التأكد من أنكما تشعران بأنكما مشمولان في جميع القرارات المتخذة من حولكما ورعاية طفلكما. إذا كان لديكما أي أسئلة أو ترغبان في معرفة المزيد عن أي من المعلومات الواردة في هذه النشرة، يرجى التحدث إلى أحد الأطباء أو القابلات اللواتي يعتنين بك. إذا كان هناك وقت كافي قبل ولادة طفلك، فيجب أن تكوني قادرة على التحدث إلى

ما هي "حزمة تحسين الرعاية"؟

تتكون "حزمة تحسين الرعاية" من 7 علاجات. يهدف كل منها إلى تحسين النتائج للأطفال الخدج، مما يقلل من مخاطر المشاكل الصحية والنمو طويلة الأجل.

يختلف كل حمل وكل طفل عن الآخر، وقد لا تكون هناك حاجة إلى جميع العلاجات. سيعتمد هذا على عدد أسابيع الحمل التي تكونين فيها عند ولادة طفلك وتوقيت الولادة والاحتياجات الطبية المحددة لك أو لطفلك.

يرجى العلم أن الفريق سيبذل قصارى جهده لإعداد طفلك للولادة.

حزمة تحسين رعاية الفترة المحيطة بالولادة المبكرة



مكان الميلاد

الولادة المبكرة الشديدة في وحدة مستشفى فيه وحدة رعاية مركزة تؤدي إلى تحسين فرص البقاء على قيد الحياة ونتائج النمو العصبي



المنشطات

السابقة للولادة

استخدام المنشطات قبل الولادة يحسن بشكل كبير فرصة البقاء على قيد الحياة عن طريق الحد من خطر الإصابة بأمراض الرئة المبكرة ونزيف الدماغ ومشاكل الأمعاء والعدوى



كبريتات المغنيسيوم

استخدام كبريتات المغنيسيوم في غضون 24 ساعة قبل الولادة يقلل بشكل كبير من خطر الحالات التي تؤثر على الحركة والتنسيق الحركي (الشلل الدماغي)



المضادات الحيوية أثناء الولادة

استخدام المضادات الحيوية قبل 4 ساعات من الولادة يحسن بشكل كبير من فرص البقاء على قيد الحياة عن طريق الحد من خطر العدوى



التعامل الأمثل مع الحبل السري

يؤدي التعامل الأمثل مع الحبل السري إلى تحسين فرص البقاء على قيد الحياة بشكل كبير عن طريق تقليل خطر نزيف الدماغ وكذلك الحاجة إلى نقل الدم



الحفاظ على دفء طفلك

تزيد درجة الحرارة المنخفضة (أقل من 36.5 درجة مئوية) من خطر الوفاة ونزيف الدماغ وأمراض الأمعاء والعدوى. تربط الأدلة الحديثة درجات الحرارة المرتفعة المبكرة (أكثر من 38 درجة مئوية) بالنتائج السلبية



حليب الأم

الحليب الأكثر أماناً للأطفال الخدج هو حليب الأم لأنه يحسن بشكل كبير من فرص البقاء على قيد الحياة عن طريق تقليل مخاطر العدوى وأمراض الأمعاء

سنحاول شرح كل من هذه الأشياء بأبسط قدر ممكن من الوضوح ونمنحك الفرصة لطلب المزيد من المعلومات. إذا كنت تشعرين أن هناك شيء لم تتم مناقشته معك بتفاصيل كافية حسب ظروفك المحددة، فنحن نريدك أن تشعرين بالراحة في التحدث مع الفريق حول ما هو مناسب لك ولطفلك.

مكان الميلاد



في أقرب وقت ممكن من قبل خدمة نقل حديثي الولادة الشمالي. نحن ندرک أن الانتقال إلى مستشفى لا تعرفينه قد يكون صعبًا، ولكنه أكثر أمانًا لطفلك. إذا كان هناك وقت كافي قبل ولادة طفلك، فقد يُعرض عليك القيام بجولة في وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة، وهو ما يجده بعض الوالدين مفيدًا.

يختار معظم الوالدين المستشفى الذي يرغبون في إنجاب طفلهم فيه. وغالبًا ما يكون أقرب مستشفى إلى منزلهم. ومع ذلك، إذا كان طفلك صغير جد أو أقل من 30 أسبوع (32 أسبوع في وحدات معينة)، فقد يحتاج في البداية إلى العناية المركزة، لذا من الأفضل له أن يولد في مستشفى فيه وحدة عناية مركزة متخصصة لحديثي الولادة.

يمكن العثور على معلومات حول وحدات حديثي الولادة في الشمال الشرقي وشمال كمبريا على موقع شبكة حديثي الولادة الشمالي:

<https://www.nor-net.org.uk/our-network/>

إذا كنت حاليًا في مستشفى لا يحتوي على وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة، فمن الآمن لطفلك الانتقال قبل الولادة. وهذا ما يسمى "النقل داخل الرحم" ويعني أن الأمهات يتم نقلهن قبل ولادة طفلهن. إذا ولد طفلك قبل أن يتم نقلك إلى وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة، فيمكن لجميع وحدات حديثي الولادة توفير العناية المركزة على المدى القصير، وسيتم نقل طفلك

المنشطات السابقة للولادة



المنشطات، سوف يناقش الأطباء معك فوائد ومخاطر إعطاء جرعة متكررة.

قد يصل بعض الأطفال بسرعة بحيث لا يوجد وقت لإعطاء المنشطات أو لإكمال الجرعتين. هذا أمر شائع جدًا، وسيبذل فريق حديثي الولادة كل ما في وسعهم لدعم رئتي طفلك إذا حدث ذلك.

سيتم تقديم دورة من حقن الستيرويد للأمهات اللاتي يبدأن المخاض قبل الأسبوع 34 قبل ولادة طفلهن. تساعد المنشطات السابقة للولادة على إعداد رئتي طفلك لبدء العمل وتقليل خطر حدوث مشاكل في التنفس على المدى الطويل. من الناحية المثالية، تتلقى الأمهات جرعتين من المنشطات تعطي بفارق 24 ساعة.

يتم إعطاء الستيرويدات عن طريق الحقن عادة في الجزء العلوي من الفخذ أو الأرداف. قد تشعرين بعدم الارتياح، ولكنها ليست مؤلمة عادة. تستمر الاستفادة من الستيرويدات لمدة 7 أيام، لذا من المهم إعطائها في الوقت المناسب. إذا كانت ولادتك بعد أكثر من 7 أيام من تلقيك

كبريتات المغنيسيوم



قصيرة الأجل عند إعطاء الدواء لأول مرة، على سبيل المثال الاستفراغ أو الشعور بالغثيان، والشعور بالحرارة الشديدة أو الشعور بحرقان. هذه الآثار الجانبية قصيرة الأجل وسوف تختفي مع انتهاء كبريتات المغنيسيوم، إن لم يكن قبل ذلك.

سيتم تقديم دواء للأمهات اللواتي يدخلن المخاض قبل 30 أسبوع من الحمل يسمى كبريتات المغنيسيوم.

كبريتات المغنيسيوم فعالة جدًا في حماية دماغ طفلك وتقلل من خطر الحالات التي تؤثر على الحركة والتنسيق الحركي (الشلل الدماغي). من الناحية المثالية، يجب إعطاؤه لمدة 4 ساعات قبل الولادة، لكن الجرعة في أي وقت حتى ولادة طفلك يمكن أن تظل مفيدة.

إذا كانت لديك أي مخاوف بشأن كبريتات المغنيسيوم، فيرجى التحدث إلى إحدى القابلات أو الأطباء الذين سيتمكنون من شرح ذلك لك.

يتم إعطاء كبريتات المغنيسيوم على مدى ساعات عن طريق التنقيط حتى يولد طفلك. ستتم مراقبتك عن كثب طوال هذا الوقت. بعض الأمهات يعانين من آثار جانبية

المضادات الحيوية أثناء الولادة



المضادات الحيوية أثناء المخاض. هذا يقلل من فرصة إصابة طفلك بتوعلك بسبب عدوى البكتيريا العقدية من المجموعة (ب). يتم إعطاء المضادات الحيوية لك عن طريق التنقيط ولا تحمل أي خطر على طفلك. إذا لم يتم إعطاء المضادات الحيوية قبل ولادة طفلك بسبب الولادة السريعة، فالرجاء عدم القلق حيث يمكن أيضًا إعطاؤها مباشرة لطفلك إذا لزم الأمر.

أثناء الولادة يعني ببساطة أنه يتم إعطاؤه أثناء المخاض. المكورات العقدية من المجموعة (ب) هي نوع من البكتيريا التي يمكن أن تسبب العدوى. يتم حملها عادة من قبل كل من الرجال والنساء. معظم الأشخاص الذين يحملونها ليس لديهم أي أعراض. إذا كانت الأم مصابة بالبكتيريا العقدية من المجموعة (ب) في المهبل، فهناك خطر من أن تنتقل إلى الطفل أثناء الولادة. في عدد قليل من الحالات يمكن أن يؤدي ذلك إلى الإصابة بالعدوى ويؤدي إلى مرض الطفل بشدة.

إذا كانت لديك أي مخاوف بشأن المضادات الحيوية، فيرجى التحدث إلى إحدى القابلات أو الأطباء الذين سيكونون قادرين على الإجابة على أي أسئلة لديك. لمزيد من المعلومات حول البكتيريا العقدية من المجموعة (ب)، يرجى زيارة <https://gbss.org.uk>

العدوى التي تسببها عادةً بكتيريا المجموعة (ب) عند الأطفال حديثي الولادة هي التهابات الدم (الإنتان)، والتهابات الصدر، وعدوى الدماغ. الأطفال الخدج هم أكثر عرضة للإصابة بالعدوى، لذلك نوصي بأخذ

التعامل الأمثل مع الحبل السري (تأخير ربط الحبل السري)



أمعاء طفلك وتفيد نمو دماغه.

بعد ولادة طفلك مباشرة، سيهدف الفريق إلى تأخير ربط الحبل لمدة دقيقة واحدة على الأقل. يعرف هذا باسم التعامل الأمثل مع الحبل السري أو تأخير ربط الحبل السري.

خلال هذا الوقت سيتم مراقبة طفلك. إذا كان الانتظار لمدة دقيقة واحدة غير ممكن لأسباب طبية، فسيتم ربط الحبل على الفور. هناك بعض الحالات التي قد لا يكون فيها تأخير ربط الحبل السري ممكنًا، وسوف تناقش القابلة أو الطبيب هذا الأمر معك.

يتيح ربط الحبل السري المتأخر الوقت لتدفق الدم الإضافي من المشيمة إلى طفلك. هذا يمكن أن يحسن صحة طفلك عن طريق تقليل خطر نزيف الدماغ أو الحاجة إلى نقل الدم. يمكن أن يحسن أيضًا ضغط دم طفلك، ويقلل من خطر حدوث مشاكل في

الحفاظ على دفء طفلك



استخدام سرير أطفال مدفأ.

إذا كانت حالة طفلك تسمح بذلك، فسيتم تشجيعك على احتضانه في غرفة الولادة، وهي طريقة رائعة للحفاظ على دفء طفلك.

يميل الأطفال الخدج إلى أن يكون وزنهم أقل عند الولادة وتكون لديهم كمية أقل من الدهون تحت جلدتهم أو لا يوجد أي دهون على الإطلاق. وهذا يعني أنه يصعب عليهم الحفاظ على الدفء، مما يزيد من خطر تعرضهم للبرد الشديد. يمكن أن يكون انخفاض درجة الحرارة خطيرًا على طفلك، حيث قد يؤدي ذلك إلى انخفاض نسبة السكر في الدم أو صعوبات في التنفس. سيتم بذل كل الجهود للحفاظ على درجة حرارة جسم طفلك الآمنة، بين 36.5 درجة مئوية إلى 37.5 درجة مئوية.

خلال تلك الساعات القليلة الأولى من الحياة، من المهم ألا تدعي طفلك يشعر بالبرد وستقوم القابلة أو ممرضة حديثي الولادة بمساعدتك في ذلك.

إذا كانت لديك أية مخاوف بشأن درجة حرارة الغرفة التي سيولد فيها طفلك، فيرجى التحدث إلى طبيبك أو القابلة.

بعد الولادة، اعتمادًا على عدد أسابيع الحمل التي ولد فيها طفلك، قد يتم وضعه في كيس بلاستيكي خاص يحمي بشرة طفلك الحساسة ويساعد على إبقائه دافئًا. هناك طرق مختلفة يستخدمها الفريق لإدارة درجة حرارة طفلك، بما في ذلك

حليب الثدي المبكر

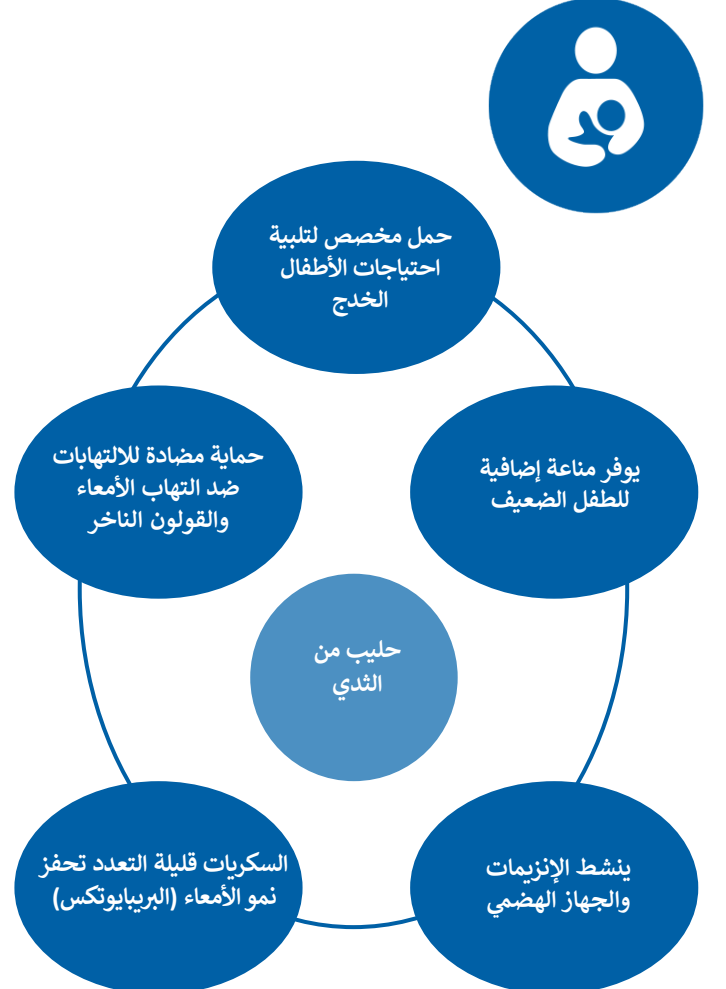
ربما تكونين أنت وشريكك قد اتخذتما قرارًا بشأن الطريقة التي تريدان بها تغذية طفلك، أو ربما لا تزالين مترددة أو قد تغيرين رأيك إذا ولد طفلك قبل الأوان. إن الطريقة التي تطعمين بها طفلك هي اختيارك وسيتم دعم هذا القرار من قبل المتخصصين الصحيين الذين يعتنون بطفلك.

يمكن أن يسبب الحليب الصناعي مشاكل في الأمعاء للأطفال الخدج، والحليب الأكثر أمانًا والأكثر حماية الذي يمكنك تقديمه لطفلك هو حليب الأم. هناك العديد من الفوائد لحصول طفلك على حليب الثدي المبكر. يساعد حليب الثدي على حماية الأطفال الخدج من العدوى، وخاصة مشكلة الأمعاء الخطيرة التي تسمى التهاب الأمعاء والقولون الناخر.

حتى أصغر قطرات من حليب الثدي التي يتم إعطاؤها لطفلك عبر الأنبوب أو العناية بالفم، ستحدث فرقًا كبيرًا بالنسبة له. إن توفير حليب الثدي لطفلك في وقت مبكر سيساعد على تعزيز جهاز المناعة لديه وحمايته من العدوى.

لذلك، حتى لو كنت قد اتخذت قرارًا بعدم الرضاعة الطبيعية، فإن استخراج اللبأ لطفلك (أول حليب يتم إنتاجه مباشرة بعد الولادة) أمر في غاية الأهمية. ينبغي إعطاء اللبأ خلال الـ 24 ساعة الأولى بعد الولادة، ولكن من الأفضل أن يتم ذلك خلال 6 ساعات.

إن العناية بطفلك من خلال الحليب ستمنح طفلك تجربة فموية إيجابية وتجربته الأولى للطعم والرائحة، ولكن هناك العديد من الفوائد الصحية الأخرى. سيقوم الفريق بدعمك لتوفير حليب الثدي لطفلك.



يمكنهم الدعم من خلال التأكد من أن لدى زوجاتهم كل ما هو مطلوب للشعور بالراحة أثناء ضخ الحليب والتحدث معهن أثناء ذلك وتشجيعهن على تناول الطعام والشراب بانتظام. "شبكة الرضاعة الطبيعية" هي مصدر رائع للمعلومات حول شفط حليب الثدي.

<https://www.breastfeedingnetwork.org.uk/breastfeeding-help/expressing-storing/>

لمزيد من المعلومات حول الرضاعة في مجتمع الميم، يرجى سؤال الفريق الذي يعتني بك.

يمكن العثور على نظرة عامة هنا: www.hifn.org/sex-gender-orientation

بعد وقت قصير من الولادة، من الناحية المثالية في غضون ساعتين، سنشرح لك كيفية ضخ الحليب باليد. قد تكون بعض الأمهات قد جمعن بالفعل بعض اللبأ قبل الولادة. يرجى التأكد من أخذ أي حليب مسحوب إلى وحدة حديثي الولادة. سيتم تزويد عبوة شفط بكل ما ستحتاجينه لجمع تلك القطرات القليلة الأولى من الحليب، وتكون جاهزة إما لإعطائها لطفلك عبر أنبوب أو لاستخدامها في العناية بالفم.

يتمتع فريق الأمومة وحديثي الولادة بخبرة كبيرة في دعم الأمهات لضخ حليب الثدي. لا تقلقي بشأن الكمية. فقط بضع قطرات في تلك الساعات القليلة الأولى لها الكثير من الفوائد. الأزواج مهمون في شفط حليب الثدي، حيث إن إعطاء الطمأنينة والتشجيع أمر قيم للغاية.

المزيد من رعاية حديثي الولادة

بعد دخول طفلك إلى وحدة حديثي الولادة، سيستمر الفريق في دعم طفلك بأفضل طريقة. وسيشمل ذلك ما يلي:

- إعطاء الكافيين، عن طريق التنقيط، لجميع الأطفال المولودين قبل 30 أسبوع من الحمل للمساعدة في التنفس وتحسين النتائج على المدى الطويل.
- إذا كانت هناك حاجة إلى جهاز التنفس، فإن استخدام أنواع معينة من دعم التنفس سيساعد في تقليل مشاكل التنفس على المدى الطويل.



الدعم المقدم لك

يمكن أن يكون إنجاب طفل في رعاية حديثي الولادة أمر مرهق للغاية للوالدين وغالباً ما يكون من الصعب عليك التفكير في الاعتناء بنفسك. في بعض الأحيان، قد يكون التحدث إلى أشخاص آخرين مروا بنفس التجربة أمر مفيد جداً.

في جميع أنحاء الشمال الشرقي وشمال كمبريا، هناك العديد من مجموعات دعم الأقران أو مؤيدي الأقران المتطوعين الذين يزورون وحدات حديثي الولادة. بعض الوحدات لديها أيضاً مستشارين،

متخصصين نفسيين أو خدمات العلاج النفسي.

ستقوم وحدة حديثي الولادة حيث يتم رعاية طفلك بتقديم المشورة بشأن الدعم المتوفر، ولكن يمكن أيضاً العثور على تفاصيل مجموعات الدعم المحلية والوطنية، إلى جانب المعلومات المفيدة طوال فترة إقامة أطفالك، على موقع شبكة حديثي الولادة الشمالية على:

[/https://www.nornet.org.uk/our-network](https://www.nornet.org.uk/our-network)

مواقع مفيدة



www.bliss.org.uk



www.dadmatters.org.uk



www.breastfeedingnetwork.org.uk



www.tommys.org



www.unicef.org.uk

تم تجميع المعلومات الواردة في هذه النشرة معاً لدعم التوصيات الواردة في مجموعة أدوات تحسين المتعلقة بالجمعية البريطانية لطب الفترة المحيطة بالولادة والتي يمكن الوصول إليها على:

<https://www.bapm.org/pages/stiklootiq-104>

تم تعديل هذه النشرة بإذن كريم من:



تاريخ المراجعة: نوفمبر 2026

المؤلف: الدكتورة ألكسندرا بيشن

الإصدار: 1.0

مالك المستند: شبكة الشمال الشرقي وشمال كمبريا السريرية للأمومة مجموعة الولادة المبكرة