



راجعيتِ قسم الطوارئ بسبب نزيف في الأشهر الأولى من الحمل. فحصكِ الطبيب وأجرى الفحوص اللازمة اليوم. وليس من الممكن دائماً أن نعرف الآن سبب النزيف. توضّح لكِ هذه الورقة ما قد يحدث وما يجب أن تنتبهي له.

ما هو؟

النزيف في بداية الحمل شائع، وكثير من النساء اللواتي ينزفن يكملن حملاً سليماً. وقد يكون النزيف أحياناً علامة على الإجهاض، وهو في الغالب لا يحدث بسبب شيء فعلته. ونادراً ما ينمو الحمل خارج الرحم (الحمل خارج الرحم)، وقد يكون ذلك خطيراً. وقد تحتاجين إلى فحوص أو صورة بالموجات فوق الصوتية في الأيام القادمة.

كيف تعتني بنفسك في المنزل

- ارتاحي إن رغبتِ في ذلك، فالنشاط الخفيف المعتاد لا يسبّب الإجهاض.
- استخدمي الفوط الصحية لا السدادات القطنية أو كأس الدورة، حتى تعرفي كمية النزيف.
- تجنّبي الجماع حتى يتوقّف النزيف.
- دوّني عدد الفوط التي تستخدمينها، وأي جلطات أو أنسجة تنزل منك.
- ليكن معكِ أو قريباً منك شخص إن أمكن، خاصة إذا كان النزيف غزيراً.
- الشعور بالحزن أو القلق أو التبدّل أمر طبيعي، فتحدّثي مع شخص تثقين به.

المتابعة

- احضري أي موعد صورة أو تحليل دم أو عيادة أعطي لكِ.
- راجعي طبيب العائلة أو المركز الصحي إذا استمرّ النزيف أكثر من أسبوع.
- أجري اختبار حمل بعد 3 أسابيع من توقّف النزيف إذا طلب منك ذلك.

الأدوية

- يمكن أن يخفّف الباراسيتامول الألم، إلا إذا منعكِ الطبيب منه. اتّبعي التعليمات على العبوة أو تعليمات طبيبك.
- لا تتناولي الإيبوبروفين أو المسكّنات المضادة للالتهاب المشابهة له أثناء الحمل.
- إذا كانت فصيلة دمكِ سالبة العامل الريزيسي، فقد تحتاجين إلى حقنة. اسألي طبيبك إن لم تكوني متأكدة.

عُد إلى قسم الطوارئ أو اتصل بالإسعاف فوراً إذا:

- نزيف غزير يملأ فوطه كل ساعة لمدة ساعتين، أو نزول جلطات كبيرة
- ألم شديد في البطن، خاصة في جهة واحدة
- ألم في طرف الكتف
- الإغماء، أو الشعور بدوار شديد أو ضعف أو ضيق في التنفّس
- حُمى أو رجفة، أو إفرازات مهبلية ذات رائحة كريهة

