



● **مريم حامل في الشهر الثامن بمولودها الثالث ومع أنها باتت على وشك الولادة إلا أنها كما تقول لم تعد تفكر في آلام المخاض ومتطلبات" الوضع " بقدر ما يشغلها أمر النفقات الخاصة بمجلس " الولادة" المنتظر في ظل محدودية دخل زوجها العامل البسيط..**

أعباء أسرية إضافية وضارة بصحة الأم والوليد

مجالس «الولادة» : عادة قديمة بأساليب مطورة وابتكارات حديثة

بعد أن أصرت عليها عدد من صديقاتها على ضرورة إقامته كحق على الزوج فيما تعلم علم اليقين ظروف زوجها الصعبة وقلة حيلته فهو يعمل بانعا جائلًا في منطقة باب اليمن ويتحمل إيجار المسكن لأسرته في الحي الشعبي البسيط بمنطقة نغم إضافة إلى تحمل أعباء زوجته وطفليته ..

وتضيف مريم وهي في العقد الثاني من عمرها: بت أرف بحال زوجي الذي ربح بالفكرة على مضض وراح يبذل جهودًا مضاعفة مؤخرًا ويعمل لأوقات متأخرة من الليل من أجل زيادة دخله والإيفاء بمتطلبات مجلس الولاد.

ابتكارات جديدة

هذه المجالس كما تراها كثير من النساء ضرورة لا يمكن الاستغناء عنها وبالتالي تجد كثير من الأمهات حرجًا كبيرًا عند محاولتهن عدم إقامة تلك المجالس وتقول سعيدة أحمد وهي أم لطفلين من محافظة الحديدة وتسكن في حي سعوان شرقي العاصمة صنعاء بأن هذه العادة أصيبت وكأنها واجب على كل والد أن يقيم خشيعة من حديث النساء والهمز واللمز الذي بات يلحق بكل من يحاول تجاهل هذه العادة السلبية وكأنه قد أقدم على شيء معيب ومخجل.

ولا تتوقف مجالس الولادة عند الطقوس المعروفة التي كانت تقام منذ أمد بعيد بل أن هناك ابتكارات جديدة ..

هاجس دائم

الهاجس الدائم الذي بات يشغل بال مريم وهي أم لطفلتين يتمثل في إقامة " مجلس الولاد

أو الست ساعات يوميًا والذي من شأنه أن يؤثر على جهازها التناسلي ويسبب هبوطًا في الرحم وتصاب الأم بالإجهاد والتعب والصداع والذي من المفترض أن توفر لها الراحة التامة بعد الولادة.

وقالت المستشارة الأسرية حنان عوبل أن هذه الظواهر اليمينية زادت وانتشرت وتوسعت نتيجة لعدم وعي الناس بأن العائد من هذه المجالس إنما هو سلبي أكثر من كونه إيجابي وبدلًا من أن تنفق الأسر الأموال للتباهي بهذه المجالس فالمرأة أحق بها هي وطفلها لشراء مستلزمات الطفل الضرورية.

وتضيف: ونجد في المناطق الحارة والساحلية أن مجالس الولاد تبدأ من الساعة الخامسة عصرًا وحتى العاشرة مساءً وتضطر المرأة أن تجلس إلى الضيوف كل ذلك الوقت ويلزمها عمل حفلة نهاية الأربعين يوما تسمى بـ" الوفا أو الاربعينية " وتحضر فنانة أو " مولده " تقرأ كتاب المولد ويقدم فيها العديد من الضيافات وكان لديها عرسًا فلماذا كل هذه التقاليد التي لا حول للمرأة فيها ولا قوة.

وعالما يكون الزوج الضحية في هذه المناسبات حيث يلزمونه بشراء كل ما يلزم وتوفير كل المتطلبات بغض النظر عن ظروفه وربما يكون عملاً بسيطًا لا يستطيع توفير كل المستلزمات فتجده حائرًا مهمومًا يصارع الظروف ويقترض المال ويوفر لهذه الظاهرة التي لا مردود منها إلا الجهد والكلفة والمرض.

آثار خطيرة

ويتجمع عشرات النسوة في مجالس الولاد ومنهن من يأتين برفقة الشبيشة الخاصة بهن وبالتالي تتصاعد الأدخنة من تلك المجالس بصورة كثيفة مما يؤثر سلبًا على صحة الوليد والأم التي تتعرض لحالات إرهاق شديد جراء المجالس التي قد تستمر لأكثر من 6 ساعات يوميًا.

وتقول ليلى أحمد وهي طبيبة أطفال بمستشفى الثورة العام بصنعاء بأن الطفل الوليد يكون عرضة سهلة للإصابة بأمراض مختلفة جراء تلك الأجواء غير الصحية التي تنتشر في مجالس الولاد ومنها ما قد يتحول مستقبلًا إلى أمراض مزمنة ويؤثر التدخين السلبي بشكل كبير على صحة الطفل الرضيع ويتعرض لمشاكل عديدة في جهازه التنفسي وتزداد عنده مخاطر الإصابة بسرطان الرئة كما أن استنشاق الدخان المتصاعد يمكن أن يؤدي إلى إصابة الرضيع بالربو والأمراض الصدرية وضعف الرئة حيث أن الطفل الرضيع في هذه المرحلة تكون مناعته ضعيفة جدا ويكون أكثر عرضة للإصابة بالأمراض المختلفة وخاصة الأمراض المتعلقة بالقصبة الهوائية.

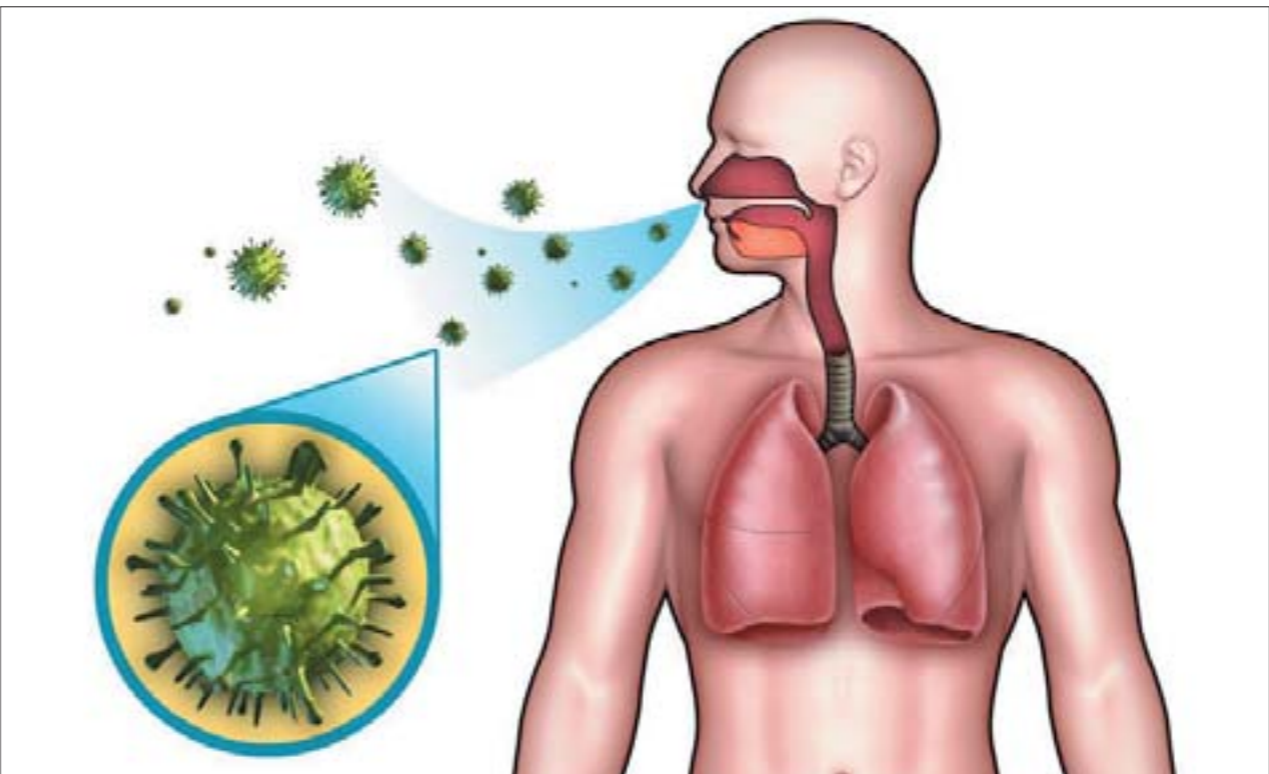
وتؤكد الدكتورة برديس مطهر- أخصائية نساء وولادة. أن مجلس الولاد يؤثر تأثيرًا خطيرًا على صحة الأم حديثة الولادة والتي تظل جالسة مع النسوة لفترة طويلة تتراوح ما بين الخمس

وتوضح ميمونة مسعود وهي معلمة في إحدى مدارس منطقة الصافية بأن من تلك الابتكارات شراء مجسمات لدمى كبيرة تأخذ شكل الولد إذا كان المولود ذكراً وبجانبه مصحف وكتاب يرمزان إلى انه سيتعلم ويدرس كما تأخذ الدمى شكل الأنثى إذا كانت المولودة أنثى كما يتم تلبس هذه الدمى بأقشمة فاخرة وتوضع إلى جانبها " مخزرة " التي تصنع الخبز لترمز إلى أنها ستكون ربة بيت " تحبز وتلمج " كما يقولون.

وتضيف ميمونة إلى انه يتم التباهي بين النساء بمن كان مجلس ولادها أفضل وهذا دليل على حب الزوج لها وعلى عناية الأسرة بها وعلى الترحيب بها من قبل أهل الزوج.

أما أم عبدالسلام من صنعاء القديمة : رغم أن مجالس الولاد تحمل الكثير من الأعباء وتحتاج إلى الكثير من المتطلبات إلا أن لها فائدة حيث تقوي الروابط الاجتماعية بين الأسر والأهل والجيران وتحسن النساء أهمية في الحياة المختلفة وفي صنعاء القديمة تبدأ المرأة منذ أن تعلم أنها حامل بالتجهيز للولادة وشراء كل ما يلزم من متطلبات مجلس الولاد وعلى الزوج توفير كل شيء لزوجته والعمل والسعي لشراء كل ما يلزم وهذه الأمور من واجبات الزوج تجاه زوجته.

السل الرئوي.. خطره في تزايد مستمر بسبب سوء الوعي



من يصاقه تظهر جميعها نتائج سلبية، لتعطي مؤشراً على زوال جراثيم السل من المريض تماماً.

مززات تجنب الإصابة

مع أن أرقام الإصابة بمرض السل في اليمن لا تزال مرتفعة إلا أن البرنامج الوطني لمكافحة السل أحرز تقدماً في اتجاه خفض حالات الإصابة بهذا المرض بفضل المعالجة المتبعة المعتمدة على إستراتيجية المعالجة تحت الإشراف اليومي المباشر (DOTS) التي أسهمت بفاعلية في خفض معدل انتشار السل من 132 (حالة لكل 100 ألف) من السكان عام 1990م إلى 78 (حالة في العام 2012م، إلى جانب خفض معدل الحدوث السنوي للسل

ومن ملامح أعراض داء السل الرئوي عند بداية الإصابة: الركام والالتهاب الحاد في القصبات الهوائية، وهذان العرضان - بطبيعة الحال - يلازمان المريض لفترة حتى تظهر عليه علامات وأعراض أكثر وضوحاً على ثلاثة مراحل تبعد متلازمة متعاقبة ومتداخلة في أكثر الحالات، وأولها مرحلة

أعراض مرضية أبرز ملامحها: الخمول العام، الشعور بالتعب عند بذل أدنى جهد، ارتفاع غير منظم في درجة حرارة الجسم، فقدان الشهية، انخفاض الوزن، والتعرق ليلاً حتى في ليالي الشتاء الباردة.

ويمكن أن تستمر هذه الأعراض فترة طويلة قبل بدء المرحلة الثانية للأعراض التي تشكل العلامات والأعراض المميزة للسل الرئوي كالسعال الطفيف في بادئ الأمر والذي يزداد يوماً بعد يوم،

ولكن أين الصقور عنك؟

حنان عوبل

● روي أن رجلاً أهدى للحاكم صقراً من فصيلة ممتازة، ففرح الحاكم به كثيراً وسأل وزيره عن رأيه في الصقر فقال: (إنه قد تربى مع الدجاج) فاستغرب الحاكم من كلام الوزير، فطلب الوزير أن يطلق الصقر فإذا به يحفر الأرض برجله كالدجاجة ليأكل، وقد كان الوزير قد لاحظ قبل ذلك أن الصقر ينظر إلى الأرض على غير عادة الصقور التي تنظر إلى السماء.

إن كل من يتحول تدريجياً ليشبه من يجالسه ويعاشره ويحادثه، فمن نتحدث معهم يؤثر على شخصياتنا وتصرفاتنا وإنجازاتنا بشكل كبير قد لا يلاحظه البعض. إن العناية باختيار من نخاطبهم أمر لا يستهان به ومن ذاق عرف.

ثم إن من القسوة أن تتخلص من صديق لك لأنه أقل منك مستوى أو لأنك لا ترغب في أن تصبح مثله، ولكن اعلم أن هذا الصديق سيؤثر عليك سلباً وستؤثر عليه إيجابياً بشكل أو بآخر، وإنك بمخالطتك له تنفعه ويضرك، وهذا عمل خيري فيه عطف وإيثار أرجو أن تؤجر عليه، ولكن أين الصقور عنك؟ ابحت عنهم وامن وقتاً أطول معهم، واحرص أيضاً أن تعرف ما بهم من عيوب لتحاول تجنب التأثير بها.

وهذا لا يعني أننا ندعو إلى رفض مصاحبة من هم أقل منك، ففي كل شخص مميزات وعيوب، فقد يكون أحد الأصدقاء متفوقاً عليك في جانب وتكون متفوقاً عليه في جانب، وقلما نجد شخصاً أقل من الآخر في جميع الجوانب، ولكن نلتفت الانتباه لتأثير الجلساء علينا.

فلنحرص في علاقاتنا على انتقاء من نرغب أن نكون مثلهم في أحد الجوانب أو نتقرب إليهم ولنبحث عنهم بجدية، فإذا أردت أن تكون تريباً فخالط الأترياء، أو عالماً فجالس العلماء، أو متقناً فصاحب المثقفين، أو صقراً فعاشر الصقور.

كما ننصح في حال ظهور أعراض وعلامات الإصابة بمرض السل الرئوي في مرحلتي الأعراض والعلامات المرضية الأولى والثانية بأن يسارعوا إلى مراجعة طبيب متخصص أو أقرب مستشفى أو مركز صحي، لتلافي تطور الإصابة إلى المرحلة الثالثة المصحوبة بمضاعفات خطيرة على صحة وسلامة المريض، فنهاك من لا يفلق علاجه في هذه المرحلة ولا يحقق له الشفاء من الإصابة إذا ما اشتدت وطأة الإصابة وسوء الآثار التدميرية التي ألحقها جراثيم السل: الأمر الذي يؤدي إلى وفاة المريض.

وأكثر من يصلون إلى هذا المآل: المرضى الذين يهملون المعالجة اليومية تحت الإشراف اليومي المباشر أو الذين يتوقفون عن مواصلة علاجهم بانتظام طوال المدة التي أقرها الطبيب المعالج.

حلول وقائية

يتعين للوقاية من الإصابة بالسل الرئوي اتباع النصائح والإرشادات جملة من الإرشادات أهمها:-

- معرفة أسباب المرض وطرق انتقاله والوقاية منه.
- الاكتشاف المبكر لحالات السل وتشخيصها وعلاجها إلى أن يتحقق الشفاء من المرض تماماً.
- تعظية الفم والأنف عند العطس والسعال باستخدام المناديل.
- عدم البصق على الأرض.
- تطعيم الأطفال بلقاح الـ(بي، سي، جي) بعد الولادة مباشرة من خلال التحصين الروتيني.
- التأكد من أن كل المخالطين للمريض قد تم فحصهم وخصوصاً الأطفال وكبار السن للحد من إصابتهم بهذا المرض.
- أن تكون غرف مرضى السل ذات نوافذ جيدة التهوية ومعرضة للضوء وأشعة الشمس.
- تجنب التدخين بكافة أنواعه، وعدم الجلوس في غرف مزدحمة وعديمة التهوية.

* المركز الوطني للتثقيف والإعلام الصحي والسكاني بوزارة الصحة العامة والسكان

إعداد/ محمد الدبعي

< طوال قرون وأزمان مديدة والعالم يعج بإصابات ووفيات سببها مرض السل الرئوي الذي ما عاد حالياً عصياً على العلاج طالما المصابين بالمرض التزاموا بنظام المعالجة المنهجية المقررة.

وكانت الثمرة الأولى التي أوصلت البشرية إلى آفاق وجذوة أمل أسهمت بعد ذلك في تقليص عدد حالات الإصابة إلى مستويات متدنية، أن اكتشف عصيات الجراثيم المسببة للمرض من قبل العالم الألماني (روبرت كوخ) عام 1882م، ما شكل خطوة نوعية في مسار البحث عن علاج لهذا الداء القاتل نتوجت باكتشاف هذا العلاج عام 1944م.

كما توصلت الأبحاث الطبية إلى لقاح مضاد وذوي فاعلية لوقائية المواليد من هذا المرض؛ أطلق عليه لقاح الـ(بي سي جي)، فأدرج ضمن اللقاحات الروتينية التي تعطى للأطفال بعد الولادة مباشرة.

وقد لا يبدو معلوماً لدى الكثيرين أن مرض السل يصيب أي موضع في الجسم وليس يقتصر فقط على الرئتين، مثل (الرئتين، العظام، الكلى، الأمعاء، العمود الفقر والدماع... الخ)، غير أن السل الرئوي أكثر الأنواع شيوعاً وانتشاراً بنسبة تصل إلى 50٪ (من إجمالي الإصابات بالمرض).

ويعزى إلى السل الرئوي مسؤولية الوفيات الكبيرة الناجمة عن هذا الداء في بلدان متقدمة حول العالم، وهو معد سريع الانتشار؛ ومعه تعدد جراثيم - في الغالب - إلى مهاجمة الرئتين وتكاثر فيها مُلحقة خراباً واسعاً في أنسجتها ليجد المصاب معه صعوبة في التنفيس مع سعال متواصل يزداد خلال الليل مصحوباً بألم في الصدر بشكل يورق المريض فيصعب عليه النوم أو يتعذر تماماً في معظم الأحيان.

قد يصاب بهذا المرض - عموماً - أي شخص إذا وجدت هذه العصيات طريقها إلى الرئتين، وعادة ما ينتشر بسهولة ويسر في الأماكن والمسكن المزدحمة الرديئة التهوية والرطبة وبين الأشخاص الذين يعانون من سوء التغذية وكذلك المخالطين لمرضى السل.