واحة الأسرة

الرعاية التمهيدية للطفل قبل ولادته (12).. المدة بين الحمل والآخر



الأربعاء 24 مارس 2021 03:18 م

الرعاية التمهيدية للطفل قبل ولادته (12) المدة بين الحمل والآخر

بقلم: د. رشاد لاشين

عند تقدير الفترة بين الحمل والآخر يجب أن نضع في الحسبان مصلحة كل من:

(1) الأم (2) الطفل السابق (3) الطفل القادم

(1) الأم:

يجب أن تكون الفترة كافيةً، بحيث يستطيع جسمها استعادةَ قواه وتجديد ما يحتاجه من العناصر الغذائية اللازمة، وأن تكون حالتها الصحية جيدة للقيام بالأعباء اللازمة، حيث إن الحمل المتوالي وبمدد قصيرة بين المرة والأخرى ينهك قواها ويضعف ذريتها.

(2) الطفل السابق:

ولادة طفل جديد تحرم الطفلَ السابقَ من كثير من الرعاية التي يجب أن يحظى بها، فينشأ مهملاً منذ الأيام الأولى من حياته، فيصبح ضعيف الصحة، ضعيفَ التربية، ضعيف الشخصية، لذا يجب ألا يحدث الحمل حتى يستطيعَ الطفل الحالي الاعتمادَ على نفسه في عدة أمور مثل: المشي، والقدرة على الأكل، وفهم بعض الأشياء، ووعي بعض الأمور.

(3) الطفل القادم:

ولادة طفل بعد فترة قصيرة تجعله محرومًا من العناية التامة به؛ لأنه سيولد في جوٍّ مزدحم يتجاذب الأم ويشغلها عن الرعاية الكاملة له، فضلاً عن أنه قد ينشأ ضعيفَ الجسم لضعفِ أمه التي لم تَنَلْ قسطًا وافرًا من الراحة والعناية الصحية.

*** كذلك يجب ألا تكونَ الفترة بين الحمل والآخر أطولَ مما يجب؛ وذلك للآتي:**

- التقارب المعقول في السنِّ يساعد على إيجادِ جو من الألفة والانسجام والتعاون بين الأطفال؛ حيث وُجِدَ أن الأطفال إنما يتقاربون بصورةٍ أفضلَ وينسجمون مع بعضهم بصورةٍ أتمَّ إذا كانت أعمارُهم متقاربةً والفاصل الزمني بينهم ليس طويلاً.

- إنجاب العدد الذي ترجوه الأسرة من الذرية قبل بلوغ الزوجة سنَّ اليأس، حيث إن متوسط سنِّ اليأس عند المرأة 45 سنة، بعدها لا تنجب.

*** تقول الأبحاث الطبية إن الفترةَ المثالية بين ولادة وأخرى ينبغي أن تكون بحدود السنتين، حيث إن هذه الفترة مناسبةٌ للأم لاستعادة صحتها، كما إن الطفل السابق يكون قد تعلَّم المشي، ونمت أسنانُه، وتطوَّرَ نموه العقلي بقدر معقول يسمح بالوعي والفهم المتوسط لبعض الأمور.**

كما إنها ليست بالطويلة بحيث تمنع التقارب المطلوب بين الطفلين وإيجاد التفاهم بينهما، وتلك هي المدة التي ينصح الأطباء بها الأم حتى بعد العمليةِ القيصريةِ للولادة أو بعد الجراحات الكبرى في البطن، حيث ينصحون الأم بألا يحدث الحمل قبل عامين، ويقول الله سبحانه وتعالى: ﴿وَالْوَالِدَاتُ يُرْضِعْنَ أَوْلادَهُنَّ حَوْلَيْنِ كَامِلَيْنِ لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يُتِمَّ الرَّضَاعَةِ﴾ (سورة البقرة: الآية 233).

*** مع الوضع في الحسبان أن إصابة الزوجة ببعض الأمراض قد يستدعي تأجيلَ الحمل لفترة طويلة حتى تستقرَّ الحالة الصحية عندها، بل إن بعض الأمراض تستدعي ألا يحدثَ الحمل على الإطلاق، وكل ضرورة تقدَّر بقدرها ﴿وَلا تُضَارَّ وَالِدَةٌ بِوَلَدِهَا﴾ (سورة البقرة: الآية 233).**

هذا من ناحية الصحة، أما من ناحية الاقتصاد فيجب أن يكون ربُّ الأسرة نشيطًا مجتهدًا في سعيه على الرزق، حتى يكفل لأسرته حياةً كريمةً بعيدةً عن الفقر الذي قد يجر الجهل والمرض والتخلف، والله سبحانه وتعالى تكفَّل برزق كلِّ مخلوق فقال: ﴿وَمَا مِنْ دَابَّةٍ فِي الأَرْضِ إِلا عَلَى اللَّهِ رِزْقُهَا وَيَعْلَمُ مُسْتَقَرَّهَا وَمُسْتَوْدَعَهَا كُلٌّ فِي كِتَابٍ مُبِينٍ﴾ (سورة هـود: الآية 6).

فما على رب الأسرة إلا أن ينشطَ ويجتهدَ ويأخذَ بالأسباب، وسيجد الرزق يزداد كلما رزق بمولود جديد.

*** ضبط المسافة بين الطفل والآخر يستدعي معرفةَ وسائل منع الحمل المختلفة، وإيجابيات وسلبيات كل طريقة، واختيار أنسبها بعد الدراسة مع طبيبك الذي يدلك بأمانة عما يناسبك وما لا يناسبك لتستخدمينه لفترة مؤقتة.**

- كذلك يجب الحذر المبكر في الفترة الأولى بعد النفاس.

*** وسائل منع الحمل المتاحة:**

1. فترة الأمان.

2. العازل (الواقي الذكري).

3. العوازل النسائية.

4. اللولب.

5. الأقراص الفوارة الموضعية.

6. أقراص منع الحمل بالفم.

7. حقن منع الحمل.

- كذلك يجب أن تحرصَ المرأة على عمل تقويم بمواعيد الدورة؛ بدايتها ونهايتها، وضبط تواريخها جيدًا؛ حتى تتعرفَ على مواعيد التبويض التي يحدث فيها الحمل.

