معلومات للمرضى

حركات الجنين

يتم استدعاء كافة النساء الحوامل في الأسبوع 24 تقريباً لإجراء زيارة روتينية في مركز رعاية الأمهات (mödrahälsovården). ويحصل الجميع على معلومات بشأن حركات الجنين خلال هذه الزيارة.

وتهدف المعلومات إلى جعل النساء الحوامل على علم بحركات الجنين، وأن تقوم النساء إذا لزم الأمر بالاتصال بمركز رعاية الأمومة (mödravården) خلال النهار أو الولادة خلال الليالي وعطل نهاية الأسبوع، وفي حال انخفاض معدلات الحركة لدى الجنين أو ضعف شدة الحركات. ويتم الاتصال مرة أخرى عند الشعور بقلة حركات الجنين على غير المعتاد.

مثلما يكون الأطفال حديثي الولادة مختلفين عن بعضهم البعض، فتختلف الأجنة أيضاً من واحد إلى آخر فيما يتعلق بمدى التحرك. فبعضهم يكون نشيطاً جداً خلال فترة تواجدهم داخل أرحام أمهاتهم والبعض الآخر يتسمون بالهدوء. إلا أن كافة الأجنة يتحركون إلى أن تتم الولادة. لدى كل جنين أنماطه الحركية الخاصة وينتقل بين فترات اليقظة التي يتم التحرك خلالها كثيراً وفترات الراحة لحوالي 20 إلى 40 دقيقة (ونادراً ما تكون أكثر من 90 دقيقة) وفيها يكون الجنين ساكناً. وخلال الفترة الأخيرة من الحمل يكون لدى الجنين فترات عديدة للنوم خلال اليوم، ولدى أغلب الأجنة إيقاع يومي يكونون أكثر نشاطاً خلال الليل. وعادةً ما تصل عدد الحركات إلى ذروتها خلال الأسبوع 32 من الحمل وتبقى إلى حد كبير على نفس المستوى حتى الولادة. ولا يوجد ما يشير إلى أن الحركات تنخفض في نهاية الحمل إلا أن طبيعة الحركات قد تكون مختلفة بالمقارنة بالحركات في السابق.

ويمكن تقسيم حركة الجنين إلى مجموعتين رئيسيتين: حركات كبيرة وحركات صغيرة. إن الحركات الكبيرة يمكن الشعور بها بشكل واضح، وهي يمكن أن تكون عندما يقوم الجنين بالركل، أو فرد جسمه، أو عند تقلب الجنين من جانب إلى آخر. والحركات الصغيرة التي يقوم بها الجنين، التي لا تشعر بها الأم، مثل أن يقوم الجنين بمص إبهامه وحركات أصابع اليدين والقدمين وحركات التنفس. وبمرور كل أسبوع ينمو الجنين وتصبح الحركات أكثر قوة.

وفي آخر شهرين من الحمل تشعر أغلب النساء بالحركات بشكل واضح ويصفونها بأنها حركات قوية. وأثناء فترة اكتمال الحمل تصف النساء غالباً حركات الجنين بأنها عبارة عن ضغط قوي، بالمقارنة مع الركلات التي كن يشعرن بها سابقاً. وعندما تصبح المساحة المتاحة للجنين للتحرك أقل، يشعر بعض النساء أن الجنين يحاول أن يفرد جسمه. وتصف أخريات بأنهن يشعرن بأن الحركات كبيرة، وأن جسم الجنين بأكمله يتحرك، كما أنهن يشعرن بأن الحركات أبطأ بالمقارنة مما كانت عليه في السابق. وفي نهاية الحمل يصفن أيضاً بأنهن يشعرن بأن الطفل يتحرك من جانب إلى آخر.

ويمكن أن يكون هناك اختلافاً كبيراً من جنين إلى أخر من حيث عدد الحركات ومدى قوتها. وفي حالة ضعف قوةالحركات وعدم الشعور بها كما كان في السابق وشعرت الأم باختلاف طريقة الجنين المعتادة للحركة، فيمكن أن يكون ذلك علامة بأن الجنين ليس على ما يرام داخل الرحم. وتجدر الإشارة إلى أن الغالبية العظمى من الأطفال الذين تكون حركاتهم أقل وأضعف يولدون أقوياء وأصحاء.

كارلسكرونا 2016-11-15