

من النساء معرضات لاكتئاب ما بعد الولادة % 33





القاهرة: «الخليج»

كشفت د. جيلان كرم الله رمضان، مدرّسة الأمراض النفسية في كلية الطب بجامعة أسيوط، أن نحو 33.5% من النساء لديهن احتمال الإصابة باكتئاب ما بعد الولادة.

وأوضحت في دراسة أجرتها، وفازت بالجائزة الأولى لأفضل الأبحاث في مجال الطب النفسي، على مستوى جامعة أسيوط، في صعيد مصر، أن الدراسة شملت 257 أمّاً، ترددن على 3 مراكز للرعاية الصحية الأولية لتحصين أطفالهن. وأضافت أنه تم تقييم جميع المشاركات من حيث السمات الاجتماعية والديموغرافية، ومقياس ثراء الأسرة، ومقياس أدنبرة لاكتئاب ما بعد الولادة، وعوامل الخطر المرتبطة بها، حيث كان الهدف قياس نسبة انتشار المرض وتحديد الأسباب المحتملة له.

وشملت الدراسة التي حملت عنوان «معدل الانتشار ومحددات اكتئاب ما بعد الولادة في صعيد مصر: دراسة رعاية صحية أولية متعددة المراكز»، تحليل الانحدار اللوجستي ومستوى المعيشة، وتاريخ الاكتئاب وتاريخ اكتئاب ما بعد الولادة، والظروف المجهدة، والدعم الأسري والحمل غير المرغوب فيه، وكذلك تفضيل الذكور ذي دلالة إحصائية. واكتئاب ما بعد الولادة هو اضطراب مزاجي مرتبط بولادة الطفل ومن شأنه أن يؤثر في كلا الجنسين. وتشتمل الأعراض على الحزن الشديد، وإعياء وقلق، ونوبات من البكاء، وهياج وتغيرات في نمط النوم وتناول الطعام. وعادة ما يظهر بين أسبوع إلى شهر بعد الولادة، وقد يؤثر بشكل سلبي في الطفل المولود حديثاً.

ولا يزال السبب الدقيق لاكتئاب ما بعد الولادة غير معروف ويُعتقد أنه مزيج من العوامل الجسدية والعاطفية والجينية والاجتماعية. وقد تشمل هذه العوامل التغيرات الهرمونية والحرمان من النوم. وتشمل عوامل الخطورة للإصابة باكتئاب ما بعد الولادة، الإصابة به في ولادة سابقة، والاضطراب ثنائي القطب، وتاريخاً عائلياً للاكتئاب والتوتر وحصول مضاعفات أثناء الولادة، ونقص الدعم العائلي واضطراب تعاطي المخدرات.

وبالنسبة للشريحة عالية الخطورة للإصابة باكتئاب ما بعد الولادة، فإن توفير الدعم النفسي الاجتماعي من شأنه أن يسهم في الوقاية والحماية من الإصابة. وقد يشتمل علاج اكتئاب ما بعد الولادة على العلاج النفسي أو الدوائي. وتشمل

طرق العلاج النفسي التي أثبتت فاعليتها، العلاج النفسي التفاعلي، والعلاج المعرفي السلوكي والعلاج النفسي الديناميكي. وتدعم الموجودات الحالية استخدام مثيرات استرداد السيروتونين الانتقائية. ويصيب اكتئاب ما بعد الولادة نحو 15% من النساء بعد الإنجاب. وعلاوة على ذلك، يُقدر أن اضطراب المزاج هذا يؤثر في 1% إلى 26% من الآباء الجدد. ويصيب نهان ما بعد الولادة، وهو شكل أكثر حدة من اضطراب المزاج بعد الولادة، نحو 1 إلى 2 من كل 1000 امرأة بعد الإنجاب. ويعد نهان ما بعد الولادة أحد المسببات الرئيسية لجرائم قتل الرضع الذين تقل أعمارهم عن عام واحد بنحو 8 لكل 100 ألف حالة سنوياً. ويمكن أن تظهر أعراض اكتئاب ما بعد الولادة في أي وقت في السنة الأولى بعد الولادة. وعادة ما يوضع تشخيص اكتئاب ما بعد الولادة، في عين الاعتبار بعد استمرار العلامات والأعراض لمدة أسبوعين على الأقل.

اكتئاب الآباء

ولم يدرس اكتئاب ما بعد الولادة عند الآباء بشكل مكثف مثل نظيره عند الأمهات. ويُعرّف اكتئاب ما بعد الولادة عند الرجال عادة، بأنه «نوبة من الاضطراب الاكتئابي الشديد تحصل بعد وقت قصيرة من ولادة الطفل». وتكون مسببات اكتئاب ما بعد الولادة عند الرجال مختلفة، وتظهر من خلال الحزن الشديد والإعياء والقلق والتهيج والأفكار الانتحارية. ومن المرجح أن يحدث اكتئاب ما بعد الولادة لدى الرجال خلال 3 إلى 6 أشهر بعد الولادة، ويرتبط بالاكتئاب الأمومي، مما يعني أن إصابة الأم باكتئاب ما بعد الولادة، تجعل الآباء أكثر عرضة للإصابة به أيضاً. ويزيد اكتئاب ما بعد الولادة من خطورة الإقدام على الانتحار عند الآباء، ويؤثر أيضاً في الرابطة الطبيعية بين الأب وطفله. ويمكن أن يُظهر الآباء المصابون ضعفاً في الأداء الوالدي، إضافة إلى التملل وتخفيف الاحتكاك بالطفل. وانخفاض الاحتكاك بالطفل والتفاعل معه، من شأنه أن يؤدي إلى مشاكل معرفية وسلوكية عند الأطفال.