

# الملخص العربي

النفاس عملية طبيعية وكثيراً ما يصاحبها سلسلة من كلتا التغييرات الفسيولوجية والنفسية وهذه التغييرات قد تؤدي إلى متاعب صحية بسيطة تتطلب من جانب الأم الضبط والتكيف . يعتبر احتقان الثدي أحد هذه المضايقات البسيطة الأكثر شيوعاً التي تواجه النساء المرضعات أثناء الأسبوعين الأولين . بعد الولادة خصوصاً البكريات منهن . احتقان الثدي هذا غير التهابي ويحدث كنتيجة للزيادة المفاجئة في حجم الحليب، الازدحام للمفاوي والوعائي حيث تحتقن الأوعية الدموية واللمفية مؤدية إلى تورم الثدي وتقله واحمراره والشعور بالألم مع ارتفاع درجة الحرارة. احتقان الثدي بالرغم من كونه بسيط و لا يهدد حياة الأم أو الطفل ولكن وجوده يؤرق السيدة. هذا بالإضافة أن إهماله قد يؤدي إلى مضاعفات خطيرة أهمها التهاب وخراج الثدي. وهذه المضاعفات بدورها قد تؤدي إلى التوقف عن الرضاعة الطبيعية وحرمان الطفل الرضيع من منافع حليب الأم.

على أية حال فإنه يمكن الوقاية من احتقان الثدي ومنعه وذلك بالعناية ولاعـم والاستشارة الصحية في فترة ما قبل الولادة للاستعداد للرضاعة لكفء الحظ، العديد من النساء لا يستلمن الاستشارة أثناء فترة ما قبل الولادة بخصوص منافع حليب الأم والتقنية الصحيحة للرضاعة الطبيعية .

إن ممرضة الصحة الإنجابية موقع فريد للمساعدة في منع وعلاج احتقان الثدي من خلال التعليم والاستشارة المقدمة للأمهات المرضعات؛ لذا فهي في حاجة إلى معرفة أثر التدخل التمريضي في الوقاية من وكذلك علاج احتقان الثدي؛ حتى يتثنى لها تقديم الرعاية المناسبة لإنجاح الرضاعة الطبيعية.

## أهداف البحث:-

هدف البحث دراسة أثر التدخل التمريضي في تخفيف تـحجر الثدي للسيدات الـوالدات قيصري.

## سؤال البحث:-

1. ما هو معدل حدوث وانتشار تـحجر الثدي بين السيدات الـوالدات قيصري وما هي درجة خطورته ؟
2. ما هو أثر التدخل التمريضي في تخفيف تـحجر الثدي السيدات الـوالدات قيصري ؟

## طرق البحث :-

**نوع الدراسة :-** دراسة تدخلية.

**المكان :-** وحدة تمريض ما بعد الولادة بمستشفى بني سويف الجامعي.

**حجم العينة :-** تشمل العينة السيدات الوالدات قيصري (٩٠ سيدة) وتعانين من مشكلة تحجر الثدي.

**مدة الدراسة :-** استغرقت الدراسة ستة أشهر بدءاً من يناير وحتى نهاية يونيو ٢٠١٠.

**سمات العينة :-** الدراسة أجريت على السيدات البكرات الوالدات ولادة قيصرية وخاليات من الأمراض التي تعوق الرضاعة الطبيعية؛ الطفل الوليد طبيعي و خالي من العيوب التي تعوق الرضاعة الطبيعية.

**طريقة البحث :-** العينات جمعت في خلال ٦ أيام أسبوعياً لتحديد الأمهات الوالدات قيصري واللاتي تعانين من تحجر الثدي و تمت المقابلة شخصياً مع السيدات ووصفت لهن أهمية الدراسة وأعطيت الثقة والطمأنينة لكي تساهم في الدراسة وكانت المدة الزمنية من ٦٠ - ٧٥ دقيقة.

## **أدوات البحث:**

١. استمارة استبيان عن طريق مقابلة شخصية وهي مصممة لتقييم:-
  - ❖ الصفات العامة لعينة الدراسة ( العمر، المؤهل، الوظيفة، الدخل الشهري..... ).
  - ❖ تقييم المعلومات عينة الدراسة عن الرضاعة الطبيعية و المشاكل المصاحبة لها ( كقيمتها ، فوائدها ، عوائقها ، ..... ) .
٢. استمارة ملاحظة تحتوى على:-
  - ❖ بيانات خاصة بتقنية الرضاعة الطبيعية.
  - ❖ استمارة ملاحظة مصممة لتسجيل حالة الثدي، احتوت على أعراض احتقان الثدي (احمرار، ألم، حرارة، تورم) وكذلك لقياس نيوتن للتعرف على تقدم أو تراجع الاحتقان بالثدي.

٣. استمارة متابعة لملاحظة و تقييم التئام الثدي بعد التدخل التمريضي لتقييم أثر التدخل التمريضي في تخفيف تحجر الثدي السيدات الوالدات قيصري باستخدام الطرق السابق ذكرها.

### التصميم التنفيذي:

- قامت الباحثة بأخذ الموافقة من السيدات.
- تم ملء استمارة الاستبيان بعد شرح هدف البحث للسيدات. المقابلة أجرتُ بشكل منفرد وفي السرية الكلية.
- جميع السيدات البكرات الوالدات قيصر قوبلنَ من قبل الباحثة أثناء الساعات الأولى الـ ١٢ بعد الولادة لاكتلافصائص العامة من العينة وُدقِّمُ معرفتهم حول الرضاعة من الثدي واحتقان الثدي. بالإضافة إلى قياس محيط الصدر. مستعملة قياس نيوتن. اعتبر هذا التقييم كمقياس الخطّ الأساسي لمحيط الصدر وبناء على ذلك يتم تقييم نسبة الورم بالثدي. شكّلتُ العينة الكاملة (٩٠ سيدة) التي عُنيتُ في الحقيقة من تحجر الثدي. تمت مقابلة السيدات من قبل الباحثة في اليوم الثالث بعد الولادة لتُمييز حالهم الحالية، أعراض تحجر الثدي.

### تم تقسيم العينة عشوائياً إلى مجموعتين :-

- i. مجموعة تدخلية والتي تحتوى على نصف عدد السيدات (٤٥ سيدة) واللاتي تم تدريبهن على كيفية العلاج التمريضي لتحجر الثدي وذلك باستخدام ثلاث طرق:-
  ١. عمل كمادات دافئة للثدي المصاب وذلك قبل إرضاع الطفل.
  ٢. عمل كمادات باردة بين الرضعات باستخدام ورق الكرنب المجعد.
  ٣. تفريغ وتعصير الثدي يدوياً أو باستخدام الشفاط.
- ii. مجموعة ضابطة و التي تحتوى على النصف الآخر من السيدات (٤٥ سيدة) واللاتي خضعن إلى رعاية المستشفى بعد الولادة الروتينية.

### دراسة استكشافية: تمت مراجعة أداة البحث عن طريق أساتذة من كلية الطب والتمريض جامعة

عين شمس وبنا و بني سويف للتأكد من مطابقتها محتواها و درجة وضوحها. ثم اختبرت على ١٠% من العينة الكلية (٩ سيدات خارج عينة البحث) قبل البدء في جمع البيانات و ذلك لبيان مدى وضوحها و إمكانية تطبيقها و الوقت اللازم لإجرائها.

## نتائج البحث:

### **لقد أسفرت نتائج البحث عن الآتي:**

- ❖ أظهر البحث أن درجة احتقان الثدي قد تتأثر بـ السن، مستوى التعليم، المهنة، السن عند الزواج ، دخل الأسرة، استخدام خدمات رعاية الحوامل، معلومات السيدات عن مشاكل احتقان الثدي.
- ❖ كما أظهر أيضا أن درجة احتقان الثدي قد تتأثر بـ تقنية الرضاعة الطبيعية (بداية الرضاعة الطبيعية، عدد مرات الرضاعة، الطريقة التي تنهي بها الرضاعة).
- ❖ اتضح من البحث أن الشفاء الكامل من احتقان الثدي وأعراضه وعلاماته كان بشكل واضح بين سيدات المجموعة الأولى - المجموعة التدخلية- أقوى وأسرع من بين سيدات المجموعة الثانية - المجموعة المقارنة- وقد كان للتدخلات التمريضية أثر أكبر على الأمهات الأكبر سنا والمتعلمات وربات البيوت.

## توصيات البحث:

### **في ضوء نتائج البحث فقد أوصى الباحث بما يلي :**

- ❖ زيادة الاهتمام بالبركر بالعناية بالثديين أثناء الحمل لتحضيرهما للرضاعة الطبيعية وإمداد السيدات بالمعلومات الكاملة عن أعراض وعلامات ومضاعفات احتقان الثدي، كيفية منع حدوثها وكذا التحكم فيه وعلاجه.
- ❖ تطوير النشرات التي تحتوي على المعلومات والنصائح الخاصة المتعلقة بتقنية الرضاعة الطبيعية ومشكلاتها وطرق التغلب ويجب أن تكون واضحة و بها كل المعلومات الحديثة.
- ❖ القابلات التقليديات (الدايات) يشكلن بالفعل جزءا كبيرا من النواة الأساسية للعاملين بالرعاية الصحية الأولية لمعظم سكان المناطق الريفية في العديد من البلدان النامية. ولذلك ينبغي تدريبهن وأعدادهن في مجال التنقيف الصحي من أجل تنفيذ الممارسات الصحية الفعالة.
- ❖ القيام بمزيد من الأبحاث لاستكشاف العلاقة بين مشكلات الرضاعة الطبيعية و العديد من العوامل الاجتماعية - الديموجرافية و تحديد مدى المضاعفات الناتجة عنها من خلال عينة أكبر ومن خلال المتابعة المستمرة لهذه العينة.