

الملخص العربي

مقدمة:

إن الحمل والولادة وتلبية احتياجات الطفل حديثي الولادة في بداية فترة النفاس، هي الأحداث الشائعة في معظم حياة النساء، والتي قد تؤثر على جميع جوانب حياتهم. إن الولادة القيصرية ليست مجرد طريقة سهلة للولادة بل هي أيضا عملية ونوع من أنواع الجراحات، وخاصة الجراحة عاجلة التي يمكن أن تسبب مشاكل صحية. أي أنها تزيد من نسبة حدوث التدخل الجراحي والمشاكل الناتجة عن العلاج في المستشفيات. ويقال أن الأمهات بعد الولادة القيصرية تواجه بعض المشكلات الصحية والجسدية والنفسية التي قد تؤثر على صحتهم في المستقبل، وصحة أطفالهم، وبالتالي تؤثر على جودة الحياة.

وتلعب الممرض دورا هاما في ضمان سلامة صحة الأم وجنينها، ويجب أن تكون على دراية بالمضاعفات التي يمكن أن تحدث أثناء هذه الفترة وعلى استعداد للعمل على راحة الأم وطفلها وتقوم الممرضات بأدوار ومهام مختلفة في رعاية الأم وعائلتها لتعود إلى ما كانت عليه قبل الحمل وتحسين نمط الحياة، فهي المسؤولة عن توفير الرعاية الشاملة للسيدات، وتقليل المخاطر على الأم ووليدها، وإعطاء التنقيف الصحي لهم واتخاذ اللازم للحد من المخاطر التي قد تحدث للجنين والأم.

أهمية الدراسة :

أجريت هذه الدراسة لإلقاء الضوء على العديد من العلامات والمضاعفات التي قد تحدث للأمهات الخاضعات للولادة القيصرية، وذلك لزيادة معرفتها وتحسين حياتها خلال هذه الفترة، لذلك يعتبر تعليم المرأة للعناية الذاتية طريق مهم للحصول على حياة صحية جيدة ومنع حدوث العديد من المضاعفات.

الهدف من الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى دراسة أثر استخدام دليل إرشادي على نمط الحياة للسيدات الخاضعات للولادة القيصرية خلال ذلك عن طريق :

- معرفة احتياجات السيدات .
- تصميم دليل إرشادي للمرأة.

- توزيع الدليل الإرشادي ، وشرحها للمرأة .
- تقييم تأثير استخدام الدليل الإرشادي .

فروض البحث :

- الدليل الإرشادي عن الولادة القيصرية سوف يحسن معلومات وأداء الأمهات ويحسن أيضاً في نمط حياتهم.

نوع الدراسة : دراسة تجريبية.

مكان الدراسة :

- أجريت هذه الدراسة في قسم النساء والتوليد في مستشفى بنها الجامعي . وذلك خلال الفترة من ديسمبر 2013 إلى سبتمبر 2014 .

العينة: وتشمل ما يلي:

أ) نوع العينة: عينة غرضية.

- ب) **حجم العينة:** اشتملت الدراسة على 150 سيدة، وتم ذلك ثلاثة أيام في الأسبوع حتى اكتمال حجم العينة .

- ج) **معايير العينة :** امرأة بكرية أو متعددة الولادات، ولادة قيصرية عاجلة أو غير عاجلة، خالية من أي اضطراب طبية، نفسية ، من مستويات تعليمية وأعمار مختلفة.

أدوات جمع البيانات: وتشتمل على أربعة أنواع من الأدوات:-

أ) استمارة استبيان :- وتشتمل على أربعة أجزاء :-

- **الجزء الأول :** تقييم البيانات الشخصية مثل (العمر، ومستوى التعليم، والدخل، الإقامة، إلخ).

- **الجزء الثاني :** تاريخ الولادة والتي تشمل (عدد مرات الحمل والولادة، عدد مرات الإجهاض، وعدد الأطفال، إلخ).
-

- الجزء الثالث: - تاريخ الحمل الحالى والذى يتضمن العمر الرحمى ، المشاكل المصاحبة للحمل الحالى، والمضاعفات ،..... إلخ).

- الجزء الرابع: - الولادة القيصرية والذى يتضمن تاريخ العملية، نوع الولادة السابقة من ، دواعى القيصرية، إلخ).

(ب) الجزء الثانى: تقييم فورى للسيدات بعد العملية مثل قياس العمليات الحيوية الثدى، الجرح، الإخراج، الضعف العام، إلخ) .

(ج) الجزء الثالث :أ- تقييم احتياجات ومعلومات السيدات خلال فترة النفاس مثل كيفية التعامل مع المشاكل التى ممكن أن تحدث مثل (ألم ما بعد الولادة، الرضاعة الطبيعية، الإستحمام، التعامل مع الجرح، إلخ) ويشمل أيضاً على مقياس الجهد والتعب وذلك لتأثيره على الأداء اليومى للسيدات.

(د) الجزء الرابع: استمارة لقياس مدى إشباع الدليل الإرشادى لإحتياجات السيدات (نموذج نمط أوجه الحياة) من الناحية الجسمانية، النفسية، الإجتماعية، الوظيفية.

المتابعة : فى اليوم الخامس والأربعين من فترة النفاس .

الكتيب الإرشادى:

تم إعداد دليل إرشادى بواسطة الباحثة بعد مراجعة المراجع العلمية باستخدام اللغة العربية أو بعض الصور البسيطة التوضيحية لتسهيل فهم محتوى الدليل ، وقد احتوى الدليل على : معلومات عن القيصرية، تغيرات فسيولوجية مصاحبة للولادة، إرشادات عامة أثناء فترة النفاس، الشاكايات الصغرى والمضاعفات أثناء النفاس وكيفية التعامل مع كل منها .

الدراسة الاستطلاعية :

تم عمل الدراسة الاستطلاعية على 15 سيدة لاختبار وذلك لتقويم صلاحية الأدوات المستخدمة فى البحث. وقد تم عمل التعديلات اللازمة على استمارة الاستبيان بناءً على نتائج هذه الدراسة الاستطلاعية ، وقد تم دخول هذه العينة فى عينة البحث .

الاعتبارات الأخلاقية :

- سيتم شرح الهدف من هذه الدراسة إلى كل سيدة قبل تطبيق أدوات البحث.
- سيتم الحصول على موافقة شفوية من كل سيدة للمشاركة في الدراسة ، ومن الممكن أن تنسحب في أى وقت .
- لن يكون لهذه الدراسة أى مخاطر جسمانية أو اجتماعية أو نفسية ولا تسبب ألام على السيدات المشتركات في البحث .
- سيتم تجميع البيانات ومعالجتها بصورة سرية .
- ستكون كل سيدة على علم بالوقت المحدد لإجراء البحث .

معوقات الدراسة :

- رفض بعض السيدات وعددهم 8 لمواصلة الاستبيان وتم استبعادهم من العينة.
- رفض بعض النساء إلى إعطاء رقم الهاتف.
- رفضت بعض النساء على التواصل بسبب الخوف والقلق من قبل الأسرة .
- لم تحضر معظم النساء المتابعة وتم تذكيرهم بجدول المتابعة من قبل الباحث.

النتائج:

أسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

- أسفرت الدراسة عن وجود تحسن كبير في معلومات وأداء النساء فيما يتعلق بالرعاية الذاتية خلال فترة النفاس.
- أسفرت الدراسة أنه يوجد دلالة إحصائية فيما يتعلق بالسمات الشخصية مثل (السن-المستوى التعليمي-الوظيفة وأيضا الإقامة) وبين نمط الحياة.
- أسفرت الدراسة عن وجود دلالة إحصائية كبيرة و تحسن معلومات السيدات .
- أسفرت الدراسة عن وجود علاقة إيجابية بين مستوى تعليم الأمهات وأتباع الدليل الارشادى.
- أسفرت الدراسة وجود علاقة ايجابية بين إتباع الدليل الارشادى ونمط الحياة.

توصيات الدراسة:

بناءً عن نتائج هذه الدراسة تم استخلاص التوصيات التالية :

- تعميم مفهوم الرعاية الذاتية في الدراسات العليا بقسم تمريض صحة الأم والوليد بكلية التمريض جامعة بنها.
- نشر نتائج الدراسة الحالية في كل قسم من أقسام الأمومة ومراكز صحة الأم والطفل في محافظة بنها.
- زيادة مستوى الوعي بين النساء بشأن فترة النفاس باستخدام جميع وسائل الإعلام المتاحة مثل (الملصقات، ومجلة، والكتيب).
- برنامج التدريب الدوري للممرضين والممرضات فيما يتعلق بأهمية التواصل الفعال والتعليم ما بعد الولادة.

العمل على تنفيذ دراسات أخرى مستفيضة في مجال البحث:

- إعادة تطبيق هذه الدراسة في على حجم عينة كبير وذلك في بيئات مختلفة.
- دراسة نتائج الضرورية للتعرف على العوامل التي تؤثر على نمط حياة السيدات الخاضعات للولادة القيصرية والتدخل المبكر لرعاية ما بعد الولادة .