تم تحميله من الموقع

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعه الشيخ عبد اللّه البدري

كليه العلوم الصحية

بحث تكميلي لنيل درجه الدبلوم التقني في التمريض

بعنوان :

تقييم رضا الأمهات الحوامل عن جودة العناية التمريضية المقدمة بمستشفى الدامر التعليمي

جامعة الشيخ عبد الله البدري
عمادة المكتبات
مكتبة الكلية الصحية
رقم التسجيل ٢٥
Reg.No
رقم التصنيف
Classi.No

إعداد الطلاب :

ادم علي محمد فضل عبيد

تفاؤل عبد الله محمد حمد

حكمه محمداي صالح محمد

عفاف حسان ادم حسان

هاله عوض الله نصرا لدين

إشراف :

أ/فايزة عبدالرازق

أستاذ محاضر بقسم تمريض النساء والتوليد

الإستهـــــلال

بسم الله الرحمن الرحيم

قال تعالى:

[وَوَصَّيْنَا ٱلْإِنسَٰنَ بِوَٰلِدَيْهِ إِحْسَٰنًا ۖ حَمَلَتْهُ أُمُّهُۥ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا ۖ وَحَمْلُهُۥ وَفِصَٰلُهُۥ ثَلَٰثُونَ شَهْرًا ۚ حَتَّىٰٓ إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُۥ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِىٓ أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ ٱلَّتِىٓ أَنْعَمْتَ عَلَىَّ وَعَلَىٰ وَٰلِدَىَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَٰلِحًا تَرْضَىٰهُ وَأَصْلِحْ لِى فِى ذُرِّيَّتِىٓ ۖ إِنِّى تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّى مِنَ ٱلْمُسْلِمِينَ ﴿١٥﴾]

صدق الله العظيم

سورة الاحقاف (الاية ١٥)

فهرس الموضوعات

اسم الموضوع	رقم الصفحة
الأيه	أ
الإهداء	ب
الشكر والعرفان	ج
الفهرس	د
ملخص البحث	ه
فهرس الأشكال	و
الفصل الأول	
المقدمة	١
فرضيات البحث	٢
أهداف البحث	٣
الفصل الثاني	
أدب البحث	٤ ـ ٣٦
الفصل الثالث	
منهجية البحث	٣٧
الفصل الرابع	
النتائج	٣٨ ـ ٤٨
الفصل الخامس	
مناقشة النتائج	٤٩
الخلاصة	٥٠
التوصيات	٥١
الإستبانه	٥٢
المصادر و المراجع	٥٣

ملخص البحث

تعتبر العناية بالمرأه من اهم الاوليات التي توليها المجموعات المتقدمة اهمية كبرى كما لها من اثار ايجابية ومدلولات على تقدم العناية بشكل عام وهذه العناية تشمل جميع متطلبات الحمل والبيئة التي تحاط بالمراءة الحامل وتؤثر في صحتها وصحة جنينها .والهدف من الدراسة تقييم العناية للمرأه الحامل بمستشفى الدامر التعليمي ومدى تطبيقها وفق المعاير الصحية الاساسية

كانت هذه الدراسة وصفية مقطعية اجريت في الفترة من (يونيو ـــ اغسطس ٢٠١٥ م) بمستشفى الدامر التعليمي بقسم النساء والتوليد . وتم جمع البيانات بواسطة الاستبانة والتوثيق و المقابلة .

اظهرت الدراسة انه لايوجد ارشاد بخصوص النظام الغذائي وهذا يدل على عدم اهتمام الممرضين بالتثقيف الغذائي ،

نوصي إدارة المستشفى بان توجه الممرضين بخصوص إرشاد الحوامل بالنظام الغذائي ،وزيادة عدد الممرضين حتى يتم تقديم العناية الكافية .

اظهرت الدراسة ان العناية التمريضية التي تقدم للحوامل بمستشفى الدامر التعليمي عناية جيدة بنسبة ٧٢% وهذا يدل على مدى اهتمام الممرضين بعناية المرأه الحامل .

فهرس الأشكال

اسم الشكل	رقم الصفحة
الشكل رقم (١)يوضح الفئات العمرية المبحوثين	38
الشكل رقم (٢)يوضح مكان السكن للمبحوثين	38
الشكل رقم (٣)يوضح المؤهل العلمي للمبحوثين	39
الشكل رقم (٤)يوضح عدد مرات الحمل للمبحوثين	39
الشكل رقم(٥)يوضح مدة الاقامة للمبحوثين	40
الشكل رقم (٦)يوضح اسباب دخول المستشفى لدى المبحوثين	40
الشكل رقم (٧)يوضح تاريخ الدخول السابق للمبحوثين	41
الشكل رقم (٨)يوضح سبب الدخول السابق للمبحوثين	41
الشكل رقم (٩)ئوضح نوع العلاج المقدم للمبحوثين	42
الشكل رقم(١٠)يوضح زمن تقديم الجرعات في مواعيدها للمبحوثين	42
الشكل رقم (١١)يوضح قياس درجة الحرارة في مواعيدهاللمبحوثين	43
الشكل رقم(١٢)يوضح قياس ضغط الدم في مواعيده للمبحوثين	43
الشكل رقم(١٣)يوضح التنبيه بزمن الجرعات التي تؤخذ بالفم للمبحوثين	44
الشكل رقم(١٤)يوضح الارشاد بالنظام الغذائي للمبحوثين	44
الشكل رقم(١٥)يوضح نوع الارشادالمقدم للمبحوثين	45
الشكل رقم(١٦)يوضح لبس الجونتات اثناء تقديم العناية	45
الشكل رقم(١٧)يوضح الفرق في الممارضة للمبحوثين	46
الشكل رقم(١٨)يوضح الفرق في التعامل بين المبحوثين	46
الشكل رقم(١٩)يوضح الاجابة على تساؤلات المبحوثين	47
الشكل رقم(٢٠)يوضح اختلاف تقديم الخدمة عن السابق	47
الشكل رقم(٢١)يوضح الغير للاحس نام للاسواء	48
الشكل رقم(٢٢)يوضح الموافقة بتقديم الخدمة	48

الفصل الاول

المقدمة :

نقصد بمصطلح العناية التمريضية للمرأه الحامل ، الرعاية الكاملة التي تحاط بها الحامل في الفترة الزمنية التي تكون من بداية مراحل الحمل حتى قبل الولادة .

و تعتبر العناية بالمرأه الحامل من اهم الاولوليات التي توليها المجتمعات المتقدمة اهمية كبرى كما لها من اثار ايجابية و مدلولات على تقدم العناية بشكل عام .

وهذه العناية تشمل جميع متطلبات الحامل والبيئة التي تحاط بالمرأه الحامل وتؤثر في صحتها وصحة جنينها .

وفي هذا الإطار لنا ان نعد العديد من البرامج التي من اهمها تقييم العناية التمريضية التي تقدم للمرأة الحامل بمستشفي الدامر.

فإن رعاية الأمومة ليست رعاية البدن وحده ولكن تعني كل شئ بالنسبة للحامل من بداية الحمل إلى ما بعد الولادة .

فرضيات البحث

١ـ متابعة الوضع الصحي للمرأه الحامل له اثر في العناية

٢ـ متابعة ومراقبة الجنين له اثر في العناية

٣ـ يوجد فرق في المعاملة بين المرضى

٤ـ يوجد فرق في الأداء بالورديات

أهداف البحث

هدف عام : (تقييم العناية التمريضية للمرأة الحامل بمستشفي الدامر التعليمي)

أهداف خاصة :

١- تحديد العناية المقدمة للمرأه الحامل بمستشفي الدامر التعليمي

٢- مدى تطبيق الرعاية المطلوبة وفق معايير الرعاية الصحية الأساسية

الفصل الثاني

١. مقدمة عن الحمل

قال تعالى : [لله ملك السماوات و الارض يخلق ما يشاء يهب لمن يشاء اناثا و يهب لمن يشاء الذكور * او يزوجهم ذكرانا و اناثا و يجعل من يشاء عقيماً انه عليم قدير]

صدق الله العظيم

سورة الشورى (٤٩.٥٠)

جعل الله سبحانه وتعالى . التكاثر بالحمل و هو من اهم مظاهر حياة الكائنات الحية و خاصة الانسان ، فهو الوسيلة لبقاء الجنس البشري و حمايتة من الانقراض .

و قال رسول الله (ص) (تزوجو الودود الولود اني مكاثر بكم الامم يوم القيامة) صدق رسول الله

عملية حدوث الحمل عملية مليئة بالاعجاز الالهي بداية من حدوث العلاقة الزوجية ، و مروراً بتمام الاخصاب و حدوث حمل ناجح ، وهو حدث ينتظره الزوجان و يفرحان به ، سوف نتناول ذلك بشئ من التفصيل حتى نكون على علم بعظمة الخالق .

يحدث الحمل بعملية الاخصاب . وهو عملية اتحاد الحيوان المنوي للذكر البالغ الصحي مع البويضة الناضجة للانثى البالغة ، ويكون الاخصاب في فترة التبويض تحت تحكم هرمونات الغده النخامية

فالانثى البالغة تنتج بويضة ناضجة و يكون هذا قبل نزول الدوره الشهرية ب١٤ يوم و هي مده ثابته عند جميع النساء ، وعلماً بأن من بين الالاف من الحيوانات المنويه ينجح حيوان منوي واحد في الاختراق و تخصيب البويضة .

يكون الاخصاب في الثلث الوقحي لأنبوب فالوب و ينتج من الاخصاب الزايجوت وهي النواه للجنين حاويه او تحمل ٤٦ كرمزوم (٢٣ زوج من الكروموزومات) ، وتبدأ الزايجوت في الانقسام والتحرك الى الرحم بواسطة الزرابات او الهدبيات المبطنه للامبوب وتصل الزايجوت الى الرحم بعد ثلاثة ايام تقريباً و قد يكون الجنين اصبح كتله صغيره من الخلايا تسمى التويته

وقد ينشأ التوائم من هذا اذا انقسمت التويته الى اثنين .

٢. اعراض وعلامات الحمل:

١) إنقطاع الدورة الشهرية :

اذا كانت العاده منتظمة عند المرأه المتزوجة فان انقطاعها غالباً ما يكون سببه وجود حمل ، ولكن هنالك بعض الحالات التي تنقطع فيها العاده من دون وجود حمل مثل تعاطي حبوب منع الحمل او لاسباب سايكولوجيه او الرغبه الشديدة للحمل (الحمل الكاذب) و قد تحدث ايضاً في حالات فقر الدم الشديد او سوء التغذية و الاصابه بالسل او تغير المناخ و بعد العمليات .

٢) القئ و الغثيان

يحدث في ٥٠% من النساء الحوامل وكان اغلب حدوثه في الصباح فقد سمي ب (غثيان الصباح) وقد يحدث من اسباب اخرى ، مثل الحمل الكاذب و القهم العصابي و التسمم و التهاب الذائده الدودية وقرحة المعدة والملاريا ، لذلك فان الطراش ذاته لا يدل على وجود حمل .

٣) التغيرات في الثديين :

احتقان الثديين بعد الاسابيع الاولى للحمل سببه هرمون الاستروجين الذي ينشط الغدد ولكن هذا قد يحدث من التوتر السابق للطمث و التهاب غدد الثدي المزمن .

٤) **دوالي القدمين:**

المرأه التي كانت تشكو من هذا المرض في حملها السابق تشكو من هذه الدوالي في الاسابيع الاولى من الحمل .

٥) **كثرة التبول :**

تشكو المرأه الحامل من كثرة التبول و خاصة بالليل ، ولكن التبول دائماً تشير الى التهاب المثانه او وجود ورم في الحوض ضاغط على المثانه او ربما يحدث من ضغط الحائط الامامي للمهبل .

٦) **الإمساك :**

ربما يحدث الإمساك بسبب تغير عاده او نوعية الاكل او استعمال الهرمونات .

٧) لون داكن في محيط حلمة الثدي : ربما تكون عملية الاخصاب نجحت او نتيجةً لتغير في الهرمونات.

٨) **الرغبة النهمة بالطعام :**

يمكن ان يكون احياناً من علامات الحمل ، ولكن لا نعتمد على ذلك كأحد الاعراض الاكيده ، ربما يكون اشارة على نقص ماده غذائية معينة في جسمك ، ولكن اذا صاحبها بعض الاعراض المذكورة اعلاه

٩) **الاجهاد والرغبة في النوم:**

الاجهاد قد يحدث نتيجةً لإرتفاع هرمون البروجسترون وهو من الصفات البارزة على بداية الحمل ، مع ان ليس دليلاً قاطعاً بحد ذاتة .

١٠) **تغيرات في حاسة التذوق :**

يلاحظ ان حاسة التذوق يتغير عند النساء ، بينما لا تستطيع المرأه احتمال طعم القوه او الشاي او طعام في معين

١١) **نزول قطرات من الدم او حدوث تقلصات نتيجة انغراس وثبات البويضة المخصبة :**

بعد مرور ثلاثة ايام تقريباً على الاباضة قد ينزل بعض الدم عند انغراس البويضة ، وهو عباره عن بقع خفيفة زهرية او بنية اللون الى جانب بعض التقلصات ، وذلك بسبب انغراس البويضة في بطانة الرحم الداخلية.

١٢) الاحساس بحركة الجنين :

تحس البكرية بحركة الجنين في الاسبوع السادس عشر اما في الوالدات الاحساس بحركه الجنين غالباً في الاسبوع الرابع عشر ، ولكن هذه الحركه ربما تحدث في الحمل الكاذب .

١٣) **العلامات الرئيسية :**

أ/ سماع نبض الجنين وعدد نبضاته في الدقيقة وهو اسرع من نبض الام

ب/ ومن العلامات المحتمله للحمل زيادة محيط البطن

ج/ تمييز حركة الجنين

د/ ظهور اعضاء الجنين في الاشعة .(٣)

٣. اهمية الرعاية الصحية اثناء فترة الحمل :

اثناء فترة الحمل قد تحدث بعض المضاعفات و المشاكل الصحية وربما يكون لها اثرآ سالباً على صحة الام او الجنين او الاثنين معآ اذا لم يتم اكتشافها وعلاجها مبكرآ .

لذا العناية بالمرأه الحامل لها اهمية كبرى في المجتمع ، وكما لها من اثار ايجابية وواضحه على تقدم الرعاية للحوامل .

إن الرعاية الصحية بالحوامل اثناء فترة الحمل ، يجب ان تشمل جميع افراد الاسرة متضمنة المشاكل الطبية و النفسية ، والاجتماعية والبيئة التي تحيط بالمرأه الحمل و تؤثر في صحتها و بالتالي في صحة جنينها .

هنالك العديد من البرامج التي من اهم اهدافها اكتشاف العديد من الامراض والتطورات الغير طبيعية التي يمكن ظهورها اثناء الحمل ، وبالتالي يمكن اتخاذ الخطوات المناسبة للقضاء عليها او التقليل من خطورتها

*** اهداف الرعاية الصحية اثناء فترة الحمل:**

١) التعرف على صحة المرأه الحامل وجنينها

٢) تعيين عمر الجنين

٣) إعداد خطة منظمة للمتابعة خلال فترة الحمل وتشجيع المرأه الحامل على اتباعها

4) مراقبة الحالة الغذئية

٥) مراقبة نموء الجنين و التأكد من سلامته خلال الحمل

٦) وقاية الام من الاصابات بالانتانات خلال الحمل

٧) تشخيص الحمل وتحديد موعد الولادة

٨) إكتشاف اي مضاعفات والحالات المعرضة للخطر وتدبيرها او إحالتها

٩) نصح وإرشاد الحوامل عن طرق المحافظة الصحية في اثناء فترة الحمل

١٠) تحري إضطرابات الحمل ووضع الجنين

١١) تهيئة الحامل للولادة والإرضاع

12) المحافظة على الصحة الجسمانة والنفسية ومتابعة تطور الحمل: وتشمل

أ/ إستجواب الحامل وتسجيل التاريخ الصحي لها :

تستجوب الحامل بناءآ على البطاقة الموجودة في المراكز الصحية والتي تشمل معلومات شخصية عن السيدة وهي :

١) قصة الحمل الحالي :

_ تاريخ اخر دورة شهرية

_ شكاوي في اثناء الحمل

_ إستخدام موانع الحمل سابقآ

_ تناول بعض الادوية

_ التدخين والكحول والتغذية

٢) قصة الحمل والولادات السابقة :

_ عدد مرات الحمل

_ عدد مرات الاسقاطات (الاجهاض)

_ ولادة قيصرية

_ تشوه جنين

_ إختلاطات في اثناء الحمل او الولادة

_ مكان الولادة السابقة ونوعها

٣) السوابق المرضية والجراحية والعائلية :

_ الامراض السابقة

_ السوابق العائلية (سكري ، قلب ، ضغط ، سل ، ... الخ)

_ العمليات الجراحية خاصتآ على الحوض و البطن

ب_ الفحص السريري للحامل :

خطوات الفحص:

١/ التأمل و المظهر العام :

_ الشحوب _ الوهن

_ طول السيدة

٢/ العلامات الحيوية :

_ النبض _ الحرارة

_ الضغط

٣/ قياس الوزن :

الفحص السريري :

١/ الوجة :

_ العينين _ الفم

_ الرقبة

٢/ الثدي :

وجود التغيرات او اي مشكلة او علامة غير طبيعية

٣/ البطن :

_ تقدير عمرالجنين _ وجود ندبات

_ حركة الجنين _ دقات قلب الجنين

٤/ الاطراف : الوذمة ، الدوالي

٥/ الأعضاء التناسلية :

_ تورم _ دوالي _ إفرازات غير طبيعية

ج_ النصائح والإرشادات للمرأه الحامل :

١/ التغذية :

يجب على الحامل ان تتبع نظاماً غذائياً متوازناً لتؤمن الاحتياجات الضرورية لنمو الرحم والجنين والمشيمة والثديين والزيادة في حجم الكتلة الدموية

٢/ الحركة والرياضة :

إن الحمل بحد ذاتة لا يمنع من النشاط اليومي للحامل ، فإذا كانت الحامل معتادة على التمارين مثل المشي والسباحة فلا مانع من إستمرارها اذا لم تشعر بأي إنزعاج ، ويجب تجنب الانشطة ذات المجهود الكبير التي قد تسبب السقوط

٣/ النوم والراحة :

ينصح بالنوم (٨ ساعات) يومياً منها ساعة بعد الغداء .

٤/ النظافة الشخصية :

ينصح بالإستحمام الدائم بالماء و الصابون و بوضعية الجلوس ويحزر من الإنزلاق ، كما ينصح بالغسولات الخارجية لمنطقة العجان دائماً نظراً لزيادة المفرزات والتعرق في الاعضاء التناسلية (دون ان تترافق مع حكة او رائحة كريهة) .

٥/ العناية بالأسنان :

يحتمل حدوث نخر للأسنان اثناء الحمل يجب الاهتمام بنظافة الفم والاسنان ، وضرورة استعمال فرش الاسنان عدة مرات يومياً ، وضرورة إجراء فحص دورية للأسنان في اثناء الحمل ولا يمنع الحمل اي إجراء من الأعمال السنية كالخلع والتحشية مع التخدير او بدونة .

٦/ العناية بالإمعاء :

الإمساك شائع في اثناء الحمل ويمكن تجنبة بالإكثار من الأغذية الغنية بالألياف والخضار والفواكه والعصير وشرب كميات كبيرة من السوائل .

٧/ الملابس :

يجب ان تكون مريحة وفضفاضة ، وتمنع الحامل من إرتداء المشد الذي يضغط على الرحم ويعيق العود الوريدي ،

8/ التدخين:

ينصح الحامل بتجنب التدخين لأنه يسبب :

_ العوز الغذائي عند الحوامل بسبب نقص الشهية للطعام

_ نقص قدرة الخضاب الجيني والوليدي علي نقل الاكسجين بسبب وجود اول اكسيد الكربون

_يقبض النكوتين الموجود في السجائر الاوعيه الدمويه مما يؤدي لنقص في دوران الدم المشيمي

إما تاثير التدخين علي الام والجنين فهو يؤدي الي:

_ نقص نمؤ الجنين داخل الرحم والخداج

_ زيادة خطر إصابة الام بالالتهابات التنفسيه والصمات الخثريه

_ إرتفاع معدل الوفيات بعد الولاده

٩/ العنايه بالثدي :

يجب إبقاء الحلمتين نظيفتين بغسلهما بالماء والصابون لتجنب جفاف إفرازاتها وتشكيل قشور سميكه لاحقا

10/ الجماع:

الجماع اللطيف غير ضار في الاحوال العادية لكن ينصح بتجنبة عند وجود سوابق إسقاطات متكرره في الاشهر الاولى للحمل و الشهر الاخير.

١١/ الادوية

إن لكثير من الادوية تأثيرات جانبية غير محموده خاصتآ في الحمل ، لذلك تحذر الحامل من تناول اي دواء مهما كان بسيطآ خاصتآ في الاشهر الثلاثة الاولى للحمل دون وصفة طبية .

١٢/ الكحول :

يجب ان تمتنع الحامل بشكل قطعي عن تناول الكحول ، حيث يتعرض جنين الامهات المتعاطيات الكحول لمتلازمة الجنين الكحولي تظهر بوجود تشوهات خلقية ووجحية و الاطراف واضرابات عصبية و انخفاض معدل الذكاه.

١٣/ اللقاحات :

لا تعطى الحامل اي لقاح حية مضعفة مثل الحصبة والنكاف و الحصبة الالمانية .

١٤/ الوقاية من الإنتانات :

ننصح الحمل بالإبتعاد عن الاماكن الموبوءه والاشخاص الذين يشك بإصابتهم بالامراض المعدية

١٥/ العمليات الجراحية :

ليس الحمل مضاد اسطباب للعمليات الجراحية شريطة عدم تعرض الحامل لنقص الاوكسجين او هبوط التوتر الشرياني في اثناء فترة التخدير.

١٦/ الإعداد النفسي للحامل :

يجب نقل المعلومات الصحية عن فترة الحمل ، واجابة الحامل على كل تساؤلاتها وتصحيح بعض العادات الخاطئة و تطمين السيده .

٤. المتابعات الدورية للحامل والحالات الاكثرعرضة للمضاعفات(٢)

المتابعة الدورية للحامل ضرورية ومهمة لصحتها وصحة جنينها ، ومن خلال هذه المتابعة والزيارات المنتظمة تتم التوعية الطبية اللاذمة كما سيأتي لاحقآ ، وتؤدي الى تؤثيق العلاقة وتطوير الثقة بين الحامل وفريقها الطبي المعالج ، مما يؤدي نتائج إيجابية من اجل مرور فترة الحمل بسلامة دون اي مضاعفات .

الجدول التالي يوضح برنامج رعاية الحامل والمتابعة بمواعيد الزيارات اللاذمة و الخدمات النظامية الواجب توفيرها :

رقم الزيارة	عمر الحمل بالاسابيع	الفحوص الواجب إراؤها
١	فور تشخيص الحمل	فحص طبي شامل ، قياس الطول ، رعاية سنية ، فصيلة الدم ، فحص البول ، الضغط ، السكري ، فحص الزهري (VDRL)لرجل والمرأه
٢	٢٠ اسبوع	فحص طبي ، فحص البول ، جرعة اولى من لقاح الكزاز لغير الملقحات سابقآ او داعمة اذا لذم للملقحات سابقآ
٣	٢٤ اسبوع	فحص طبي ، فحص بول ، جرعة ثانية من لقاح الكزاز اذا لذم
٤	٢٨ اسبوع	فحص طبي ، عيار خضاب الدم
٥	٣٢ اسبوع	فحص طبي ، رعاية سنية ، فحص بول
٦	٣٦ اسبوع	فحص طبي ، تحديد وضع الجنين
٧	٣٨ اسبوع	فحص طبي ، تهيئة الأم للإرضاع الطبيعي
٨	٤٠ اسبوع	فحص طبي ، فحص نسائي عن الخروسات إن لم

		يكــون هنالــك مضــاد اســتطباب (الخــروس هــي الحامل للمرة الاولى)
٩	بعــد الــولادة بستة اسابيع	فحص طبي ، تقديم خدمات تنظيم الاسرة

* اهمية المتابعة اثناء فترة الحمل :

اثنـاء الحمـل قـد تحـدث بعـض المضـاعفات و المشـاكل الصـحية ربمـا يكـون لهـا اثـرآ سـالبآ علـى صـحة الام او الجنـين او الاثنـين معـآ إذا لـم يـتم إكتشـافها و علاجها مبكرآ

*** الاعراض و العلامات التي توجب الاسراع بطلب العناية الطبية :**

١/ شحوب الحامل

٢/ زيادة سرعة التنفس لأقل مجهود ٣/ الحمى

٤/ الإسـتفراغ الشـديد اثنـاء الثلاثـة شـهور الاولـى او القـئ المسـتمر بعـد الشـهر الثالث

٥/ إختفاء او قلة حركة الجنين بعد الشهر السادس من الحمل

٦/ اليرقان

٧/ إفرازات مهبلية كريهة الرائحة او صفراء اللون

***أعراض تستدعي دخولها فورآ الى المستشفي :**

- نزف مهبلي

- نوبة تشنجات (كلبش)
- الصداع الذي لا ينتهي بالعلاج
- الم بالمعدة
- زغللة في العيون (طشاش) مع ورم في الوجة و اليدين او القدمين او بدون الورم
- الحمى الشديدة

***حالات تحتاج الى المتابعة المبكرة و المستمرة :**

١/ الامراض المزمنة مثل إرتفاع ضغط الدم ، السكري ، امراض القلب

٢/ الامراض المصاحبة للحمل مثل فقر الدم ، اليرقان ، التهاب الكلى

٣/ اي مشكلة حدثت في اي حمل سابق مثل :

_ النزف _ تسمم الحمل

- نوبة تشنجات - تأخر او احتباس المشيمة
- ولادة قيصرية او متعسرة

٤/ تاريخ ولادة جنين ناقص او ميت

- وفاة الجنين بعد الولادة مباشرة

٥/ الحمل بعد معالجة العقم ٦/إجهاض متكرر

***حالات يجب ولادتها بالمستشفي :**

١/ الحمل بتوئم او اكثر

٢/ اول ولادة (البكرية)

٣/ اذا كان عمر الحامل اقل من ١٨ سنة او اكبر من ٣٥ سنة

٤/ تشوه في الجنين

٥/ ولادة طفل ناقص الوزن (اقل من ٢.٥ كجم او اكبر من ٣.٥ كجم) في الولادة السابقة

٦/ الامراض المزمنة مثل إرتفاع ضغط الدم ، السكري ، امراض القلب

٧/ الامراض المصاحبة للحمل :

. فقر الدم

. التهاب الكلى

. اليرغان

٨/ اي مشكلة في اي حمل سابق مثل :

. النزيف

. تسمم الحمل

. نوبة تشنجات

. تأخر او احتباس المشيمة (الخلاصة)

. ولادة قيصرة او متعسرة

. ولادة جنين ناقص اوميت او وفاة بعد الولادة مباشرة

. اجهاض متكرر قبل الحمل الحالي

. تكرار الولادة (اكثر من خمسة ولادات)

. الحمل بعد معالجة العقم (١)

٥ـ المعالجة التمريضية للأمراض و المشاكل التي تحدث اثناء الحمل :

١) تسمم الحمل :

تحدث عادة في الشهور الاخيرة من الحمل بالاعراض التالية : صداع شديد ، اضطرابات بصرية ، قيء الألم في القسم الاعلى من البطن ، اضطرابات الاطراف ، ارتفاع ضغط الدم ، تورم الاطراف والوجة ووجود نسبة عالية من الزلالي في البول .

- العناية لتلك الحالة

١/ قياس ضغط الدم عند كل زيارة

٢/ إرشاد الام بتناول الأغذية الخالية من الملح او تقللة

٣/ مراقبة وزنها وفحص البول عند كل زيارة لمعرفة كمية الزلال

٢) إرتفاع الضغط المصاحب للحمل :

يرتفع ضغط الدم عند بعض الحوامل نتيجة تسمم الحمل او نتيجة ارتفاع الضغط المرضي

- العناية لتلك الحالة :

١- إرشاد الحامل بأكثار من فترات الراحة

٢- مراقبة وزن الحامل كل اسبوع وينصح بالإمتناع عن تناول الاملاح في الطعام

٣- ارشاد الحامل بمراجعة الطبيب المختص في الاسابيع الاخيرة من الحمل بسبب خطورة المرض

٣) إنفصال المشيمة عند الحمل :

من اسبابها ارتفاع شديد في ضغط الدم ، شده خارجية على البطن ، اسباب اخرى

- العناية لتلك الحالة

١- إدخال المريضة الى المستشفي

٢- قياس النبض والضغط كل ربع ساعة

٣- اخذ عينة بول وفحصها

٤- عدم وضع الوسائد تحت الرأس وعدم رفع القدمين ويجب وضع المريضة على احد الجانبين عند النوم

٥- التوليد من اختصاصي الطبيب والتمريض مساعد فقط

٤) امراض القلب :

اثناء الحمل يزداد حجم الدم لذلك فان القلب يبذل مجهود ا كبيرا من ضخ الدم الى انحاء الجسم ،أن القلب السليم يستطيع التغلب على هذة الظروف ولكن القلب المريض فانة لا يستطيع الاستمرار بوظيفته الصحية .

- **العناية لتلك الحالة**

١- تقدم للمريضة نفس العناية التمريضية التى تقدم للمريض بالقلب بغير الحمل

٢- توفير الدفء و الهدوء والراحة والغذاء الجيد

٣- تعطى لها المسكنات وخاصة اثناء الليل حسب اوامر الطبيب

٤- تخفيف السوائل وتسجيلها

٥- عمل مساج خفيف بجسمها و وتشجيعها على تحريك الاطراف فى حالة ملازمتها للسرير

5) السكري المصاحب للحمل:

. المعالجة التمريضية لتلك الحالة :

١- يجب ادخال الام الحامل للمستشفي في الشهر الثالث من الحمل وذلك لتقدير كمية السكري في الدم ، المحافظة على كمية السكري في الدم

٢- مراجعة الطبيب المختص اسبوعياً بعد الشهر الثالث ، وذلك لأن كمية السكر غير ثابتة و تزداد بصورة مستمرة مع تقدم الحمل

٣- مراجعة مسؤل التغذية اسبوعياً و خاصتاً الاسبوع (١٦) من الحمل

٤- مراجعة طبيب النساء والتوليد عند الاصابة بالزكام او علامات الحمل المصاحبة مثل القئ و الغثيان

٥ - يجب ادخال المريضة للمستشفي في الاسبوع (٣٦) من الحمل و خاصتاً الام المصابة بالقئ ، تسمم الحمل ارتفاع ضغط الدم

٥- تعجيل الولادة بولادة صناعية او عملية قيصرة

تجري في الاسبوع (٣٦) من الحمل لمنع المضاعفات مثل موت الجنين

7. التمارين الرياضية

٨. الارشادات الصحية

٩. اعطاء الاونسولين

. الارشادات الصحية والعناية التمريضية عند اعطاء الانسولين :

لا يعطى الانسولين الا بعد تحليل البول لكي يستطيع ان يقدر كمية الانسولين المناسبة

. يحقن الانسولين تحت الجلد وبصورة منظمة

ـ تنظيم وجبات الطعام وتحديد الوجبات الغذائية والسعرات الحرارية في كل وجبة

. تحزير المريضة من علامات واعراض نقص السكر في الدم

ـ يجب تحليل البول اربعة مرات في اليوم بواسطة محلول الشريط الخاص وتعطى كمية الانسولين حسب ارشادات الطبيب

. التأكد من جرعة الانسولين عند سحبها من قبل المريضة

ـ استعمال السرنجات الخاصة بإعطاء الانسولين وتعليم المريضة كيفة اخز النسولين واعطاؤها

. فكره عن المرض ومضاعفاتها بطريقة تضمن الطأمنية و الراحه للمريض

٦) القئ و الغثيان :

حوالي نصف النساء الحوامل يشكين من الغثيان و القئ اثناء العشرة اسابيع الاولى ، اسباب القئ و الغثيان غير معروفة ولكن البعض يعزيها الى تغيرات الهرمونات التي تحدث اثناء الحمل ، و لكن عامل الوعي

الصحية يلعب دوراً ثقافياً كبيراً بدليل ان هذه الظاهره كادت ان تختفي في البلاد المتقدمة .

قد يودي القئ في بعض الاحيان الى فقدان السوائل ويظهر الاستون في البول ، مما يستدعي ادخال المريضة الى المستشفي

- العناية لتلك الحالة :

1/ نصح الحامل قبل ان تنهض من الفراش في الصباح ان تناول قطعتين او ثلاثة من البسكوت الهش وخبز

٢/ شرب السوائل بين الوجبات ولا تناولها اثناء الوجبات

٣/ اذا كان الغثيان مستمر لفترة طويلة ينصح الحامل ان تتناول وجبات صغيرة خلال اليوم بمعدل وجبة واحدة كل ثلاثة ساعات

٤/ عدم تناول الاطعمة المقلية او القنية بالزيت او التوابل

٥/ فتح النوافذ عند الطهي

٦/ توفير الهواء النقي والتهوية الجيدة في الغرفة التي تنام بها

٧/ الامساك :

يعزي الى بطئ حركة الامعاء الناتج من اثر هرمون البروجسترون

العناية لتلك الحالة

١. شرب السوائل بكثره

٢ـ اكل الطعام الذي يحتوي على كمية كبيرة الالياف مثل الفواكه بدلآ من العصائر ، الخضروات النية بعد غسلها جيداً

٣. لا تجبر نفسك على اخراج الفضلات بالقوة

٤. اذا استمرت المشكلة يجب عليك مراجعة طبيبك المختص

٨/ الحرقان :

السبب الرئيسي هو إرتداد محتويات المعدة الحمضية الى البلعوم وفي الشهور الاخيرة للحمل فإن الحرقان يذداد سوآ نسبتآ لازاحة المعدة و الاثني عشر الى الاعلى بواسطة الرحم النامي

. العناية لتلك الحالة :

١. عدم الافراط في الاكل

٢. ان تناول الطعام ببطء ومضغة جيداً

٣. تناول عدد من وجبات خفيفة بدل من وجبتين كبيرة

٤. ارتداء ملابس فضفاضة

٥. عدم الرقاد مباشرة بعد الاكل

٦. عدم الانحناء كثيراً بعد الاكل

٧. اسناد الرأس بأكثر من وسادة ليلآ او رفع السرير بأتجاه الرأس

٨. لا تناول الفاكه بعد الوجبة مباشرة

٩. خفف وزنك إن كان زائداً

١٠. لا تناول اي ادوية للحرقان بدون استشارة طبيب

١١. الحرص على التعرض للهواء النقي و التنفس العميق

٩. الدوالي :

تحدث الدوالي في الارجل وفي الفرج غالباً تحدث في النساء الوالدات كما يوجد تاريخ عائلي لهذا المرض

- **العناية لتلك الحالة :**

١. الراحة

٢. التمارين الرياضية الخفيفة

٣. رفع ارجل السرير عند النوم

٤. نقصان الوزن اذا كان زائداً

٥ـ واذا كانت الدوالي كبيرة فإننا ننصحها بلبس الشراب الضاغط او استعمال الشريط الضاغط

٦. لا تجري اي عملية لإزالة الدوالي او حقنها اثناء الحمل

١٠. تورم الارجل :

يحدث في ثلثي النساء الحمل من دون وجود إكلامسيا او حالة ما قبل الاكلامسيا ، و اسببه احتقان الاملاح والماء في الجسم و ازديات ضغط الدم في الاوردة ، وتزداد عند الوقوف او الجلوس لمد طويلة

- العناية لتلك الحالة :

1. الراحة التامة

٢. رفع الارجل عند الجلوس

٣. وضع الوساد تحت القدمين اثناء النوم

٤. عدم الوقوف لفترة طويلة

٥. رفع ارجل السرير عند النوم

٦. ربط الارجل بالرباط الضاغط في فترة النهار

٧. التقليل من كمية الملح

٨. وزن الحامل

١١. البواسير :

هذا المرض كثير الحدوث اثناء الحمل ومن اسبابه الامساك و الاجهاض عند الضغط خصوصآ النساء القابلات لمرض البواسير .

وهي عبارة عن اوردة محتقنة بالدماء في منطقة المستقيم و الشرج وتكون عادتآ مؤلمة

. العناية لتلك الحالة :

1. الاستحمام النصفي بماء بارد او دافئ

٢. عدم الاجهاد اثناء التبرز

٣. إستعمال مراهم قابضة

٤. لا تجري عملية البواسير او حقنها اثناء فترة الحمل

١٢. آلام الظهر :

هذا يعزي الى تلين مفاصل الحوض والى الارهاق الجسماني والى تقلص عضلات الظهر خصوصآ في الشهور الاخيرة للحمل

. العنايةلتلك الحالة :

١. الرياضة الخفيفة يومياً

٢. الرقاد على الواح من الخشب تحت المرتبة

٣. استعمال مكمدات دافئه على الظهر تساعد على ارتخاء عضلات الظهر

٤. استعمال الاسبرين

١٣. صعوبة التنفس وصعوبة النوم :

بمرور الوقت والنمو المتزايد لجنين تكون هناك صعوبة في التنفس وذلك لان الرحم و الجنين يكونان ضاغطان على الحجاب الحجز والثديين مما يسبب صعوبة في التنفس خاصة في الاسابيع السابقة للولادة

. العناية لتلك الحالة :

١. على الام ان تجلس وظهرها مستقما

٢. عند النوم تحافظ على الظهر مرفوع قليلآ عن الفراش

٣. اخذ حمام دافئ قبل النوم

١٤. التورم وفرط الزلالي عند النوم :

تشكو بعد الحوامل من حالة التورم في الوجه والاطراف السفى وفي بعض الاقسام الاخرى من الجسم.

ان تورم الوجه الاطراف عند بعض الحوامل شئ طبيعي وخاصتآ في النصف الثاني من الحمل ، وذلك نتيجة زيادة وزن الجسم وتجميع السوائل ، وهذا الورم يظهر ويعود في النهار و اثناء العمل ، و يختفي اثناء الراحه والنوم ليلاً .

ولكن استمراره ليلاً مع وجود نسبة من الزلالي في البول ، يعني ان حالة المريضة اهمالها اذا يؤدي الى المضاعفات .

- **العناية لتلك الحالة :**

١ـ وزن الام الحامل كل اسبوعين في الاشهر الاولى من الحمل ، ثم كل اسبوع في الاشهر الاخيرة

٢. فحص البول لمعرفة كمية الزلالي عند كل زيارة

٣ـ قياس الضغط وتحويل الام الحامل عند الطبيب المختص اذا وجد ارتفاع في الضغط .(٢)

٦. التغيرات النفسية و الجسمية للمرأه الحامل :

١. التغيرات النفسية :

الحمل تجربة صعبة تحمل الكثير من التغيرت للمرأه ، وهو قت حساس لنمو المرأه و نمو الجنين ، على رغم من جميع حالات الحمل تحمل اعراض متشابهة ، إلا ان كل حالة حمل لها تحولات فريدة من نوعها ، تحولات خاصة في الجسم و الهرمونات .

التغيرات النفسية التي تحدث في الغالب هي تغيرات طبيعية ومتوقعة ، فكل علامة من علامات الحمل تودي الى التغيرات النفسية

خلال الاشهر الثلاثة الاولى ، تواجة الحوامل غالباً تغيرات عاطفية سريعة ، حيث تزداد مستويات العاطفة والانفعال لدي المرأه وتنخفض فجأه بصورة كبيرة ، وقد تصبح المشكلات التي تبدو تافهة عادتاً مزعجة ، وتصيبها الاكتئاب .

وقد تزداد الرغبة الجنسية في هذه المرحلة ، نظراً لزيادة إفرازات المهبل و تدفق الدم الى منطقة الحوض .

وقد يثير القلق لدي الحامل بسبب زيادة الوزن ، فالوزن الزئد في كثير من الحيان يجعل الامهات يشعرن بفقدان الجاذبية .

التغيرات النفسية الناجمة عن الحمل قد تؤثر تأثير كبيراً على حالت الام ، جنباً الى جنب مع نمو الطفل داخلها ، فالجنين طوال فترة داخل الرحم يتلقى بإستمرار رسائل من الام ، فقد اظهرة الدراسات ان الجنين

يحصل على إشارات كيميائية من خلال المشيمة ، التي تحمل بعض علامات الحالة النفسية للإم .

وفى دراسة حديثة أجريت لفهم تاثير الحالة النفسية للام على وضع الجنين، تم فحص النساء الحوامل من عوامل الاكتئاب قبل و بعد الولادة .

وأظهرت النتائج أن ما يهم فى تنمية الرضع كان ترابط البيئة قبل و بعد الولادة .

وهذا يعني أن الاطفال الرضع الذين كان وضعهم أفضل هم الذين لديهم أمهات في حالة صحية جيدة قبل و بعد الولادة او الاكتئاب قبل وبعد الولادة بينما ظهر تباطؤ في تطور الاطفال الرضع عند تغير الصحة النفسية للام (الأمهات التي كانت بحالة صحية قبل الولادة ثم أصيبت بالاكتئاب بعد الولادة ، أو العكس بالعكس).

وننصح المرأه الحامل عدم تجاهل حالتها النفسية ، وذلك الحفاظ على صحتها و صحة طفلها القادم

٢. التغيرات الجسمية :

تحدث للمرأه الحامل تغيرات جسدية كبرى من انتفاغ البطن الى تورم القدمين والتي من اهمها :

. نمو عضو حيوي جديد :

ليس فقط الجنين هو من ينمو ويتطور داخل الرحم ، بل هنالك تغيرات جسدية كامل تحدث و اعضاء اخرى تنمو وتطور فهنالك عضو كامل و جهاز حيوي ينمو .

المشيمة هي الجهاز الحيوي المؤقت الوحيد في جسم المرأه ، حيث يبدأ في التكوين منذو تلقيح البويضة و يبدا النمو متثبتآ في جدار الرحم بعد اسبوع من الحمل .

. الإصابة بألام المفاصل والام الظهر :

لنمو الجنين في وضع مريح دون احداث اي الام للام ، تقوم المشيمة بإفراز هرمون الريلاكسين

. تشتت في التركيز و ضبابية الذكرة

إن النسيان المؤقت وتشتت التركيز ، حالة تصاب بها ذاكرة الحامل بضبابية لدرجة انها تنسي بعض الامور .

حسب الدراسة التي اجريت في عام ٢٠١٠ كشفت عن ان النساء الحوامل خلال الثلث الثاني و الثالث من الحمل يكون الاسوء في اختبارات الذاكرة و التركيز من النساء الغير حوامل .

. ضغط شديد على المثانة و إنحسار البول :

الجنين الذي يسبب ضغط على المثانة مما يؤدي الى انحسار البول وصعوبة في التبول و الشعور الدائم بالحاجة الى التبول ، وتزداد هذه الحالة شدة كلما ازداد حجم الجنين .

. زيادة الدم في جسم المرأه الحامل بنسبة ٥٠% ،

احد التغيرات الجسدية الغريبة هوزيادة دم الحامل ، إن عملية الحمل والاعضاء الجديدة التي تكونت مثل جهاز المشيمة وغيرها بحاجة الى كمية وافرة من الدم و هذا يعني مزيدا من الاوعية الدموية .

. الجدول ادناه يوضح مقادير الزيادة والاعضاء الزائدة في الحامل :

سبب الزيادة	مقـــدار الزيـــادة بالغرامات
الجنين Fetus	٣٦٠٠
السائل الامينيوسي	٩٦٠
المشيمة Placenta	٧٢٠
الرحم Uterus	٩٦٠
حجم المصورة	١٤٤٠
الثديان Breast	٤٨٠
السائل الخارج الخلايا	١٤٤٠

وتتراجع هذه الزيادة في الوزن بعد الولادة بعدة اسابيع (٤)

الفصل الثالث

منهجية البحث

أ-منهج البحث :

دراسة وصفية مقطعية أجريت في الفترة من يونيو –اغسطس ٢٠١٥

ب-منطقة البحث :

يتكون السودان من عدة ولايات منها ولاية نهر النيل التي تحتوي على سبع محليات منها محلية الدامر وهي عاصمة الولاية ،وبها مستشفى تعليمي يقع غرب السكه حديد و جنوب وزارة الزراعة و يحتوي على الاقسام التالية :

قسم الطوارئ ،غسيل الكلى ،الجراحة ،الباطنية ،الاطفال ،العناية المكثفة ،الاسنان،النساء والتوليد ،ويحتوي هذا القسم على الحضانة وخمس عنابر ويحتوي كل عنبر على ثمانية سرير ،ويدير هذه العنابر من اخصائي النساء والتوليد ،والسسترات ،والممرضات ،والقابلات .

وهذا الفريق الصحي يقوم بتقديم العناية الكافية للمرضى

ج_ مجتمع الدراسة :

يشمل كل المرضى المترددين بقسم النساء والتوليد بمستشفى الدامر التعليمي .

د- عينة البحث :

عينة احتمالية متيسرة

ه- ادوات جمع البيانات :

تم إستخدام إستبانة مغلقة الاسئلة مكونة من ١٦ سؤال عن العناية التمريضية .

و- طريقة جمع البيانات :

تم جمع البيانات من المرضى بعد شرح الغرض من البحث في فترة ٦ اسابيع حيث يتم ملء الاستبانة بواسطة الباحث .

ن- طريقة تحليل البيانات :

تم تحليل البيانات بواسطة البرنامج الاحصائي الSpss

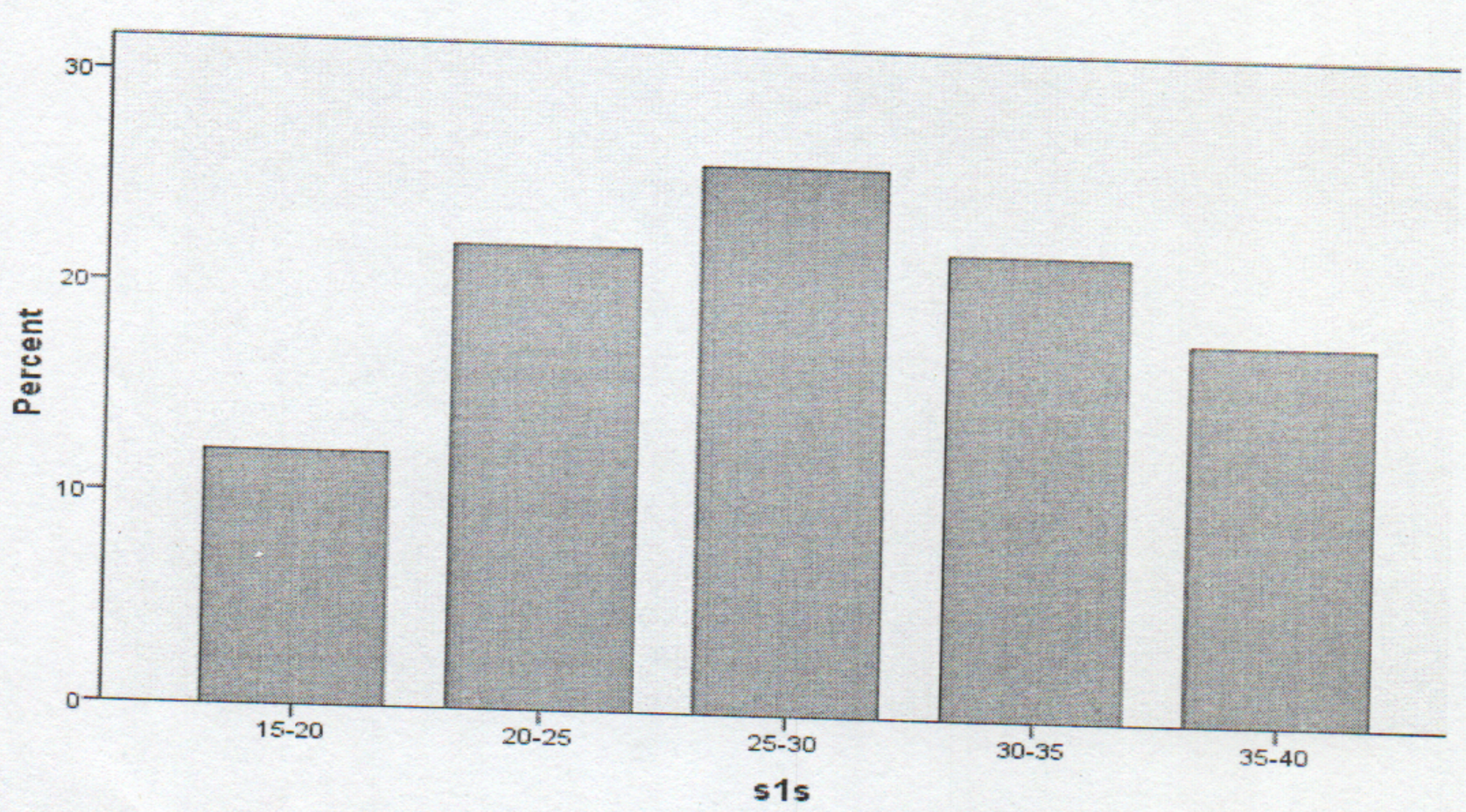
ي- الجوانب الاخلاقية:

تم إجازة مقترح البحث من الكلية ثم الموافقة من إدارة المستشفى واخطار وشرح الغرض من البحث للمرضى .

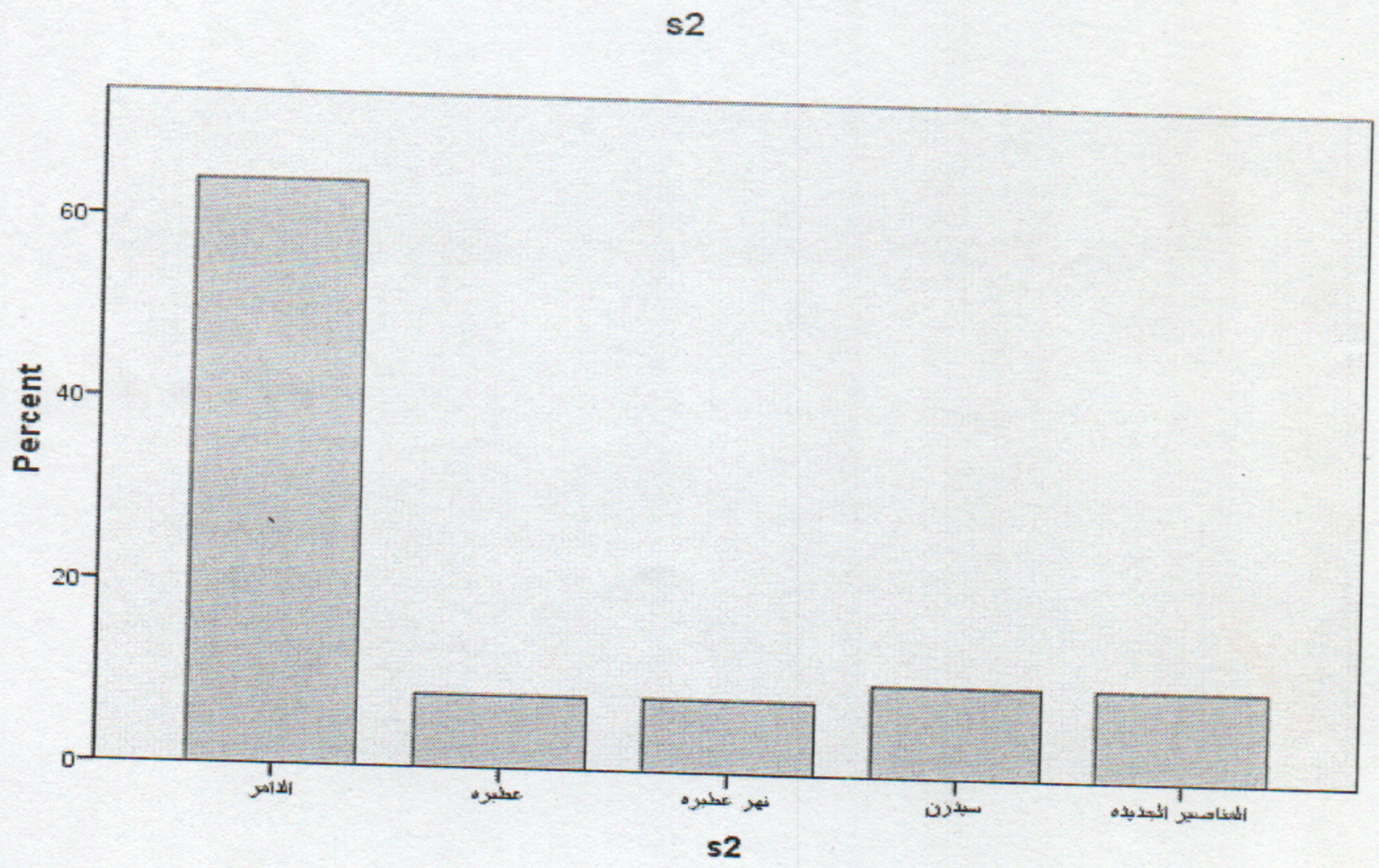
الفصل الرابع

النتـــائج

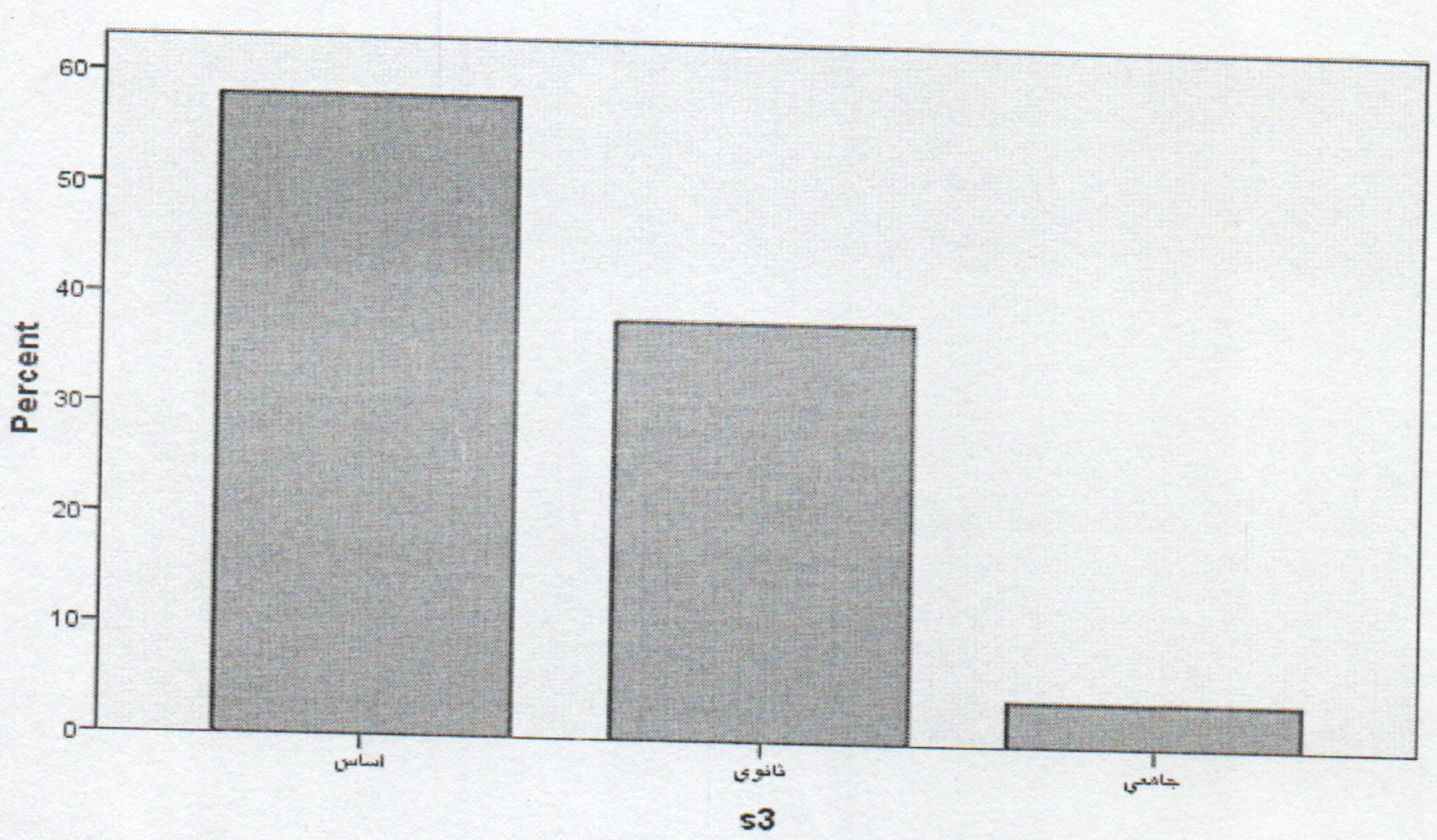
شكل رقم (١) يوضح الفئات العمرية للمبحوثين



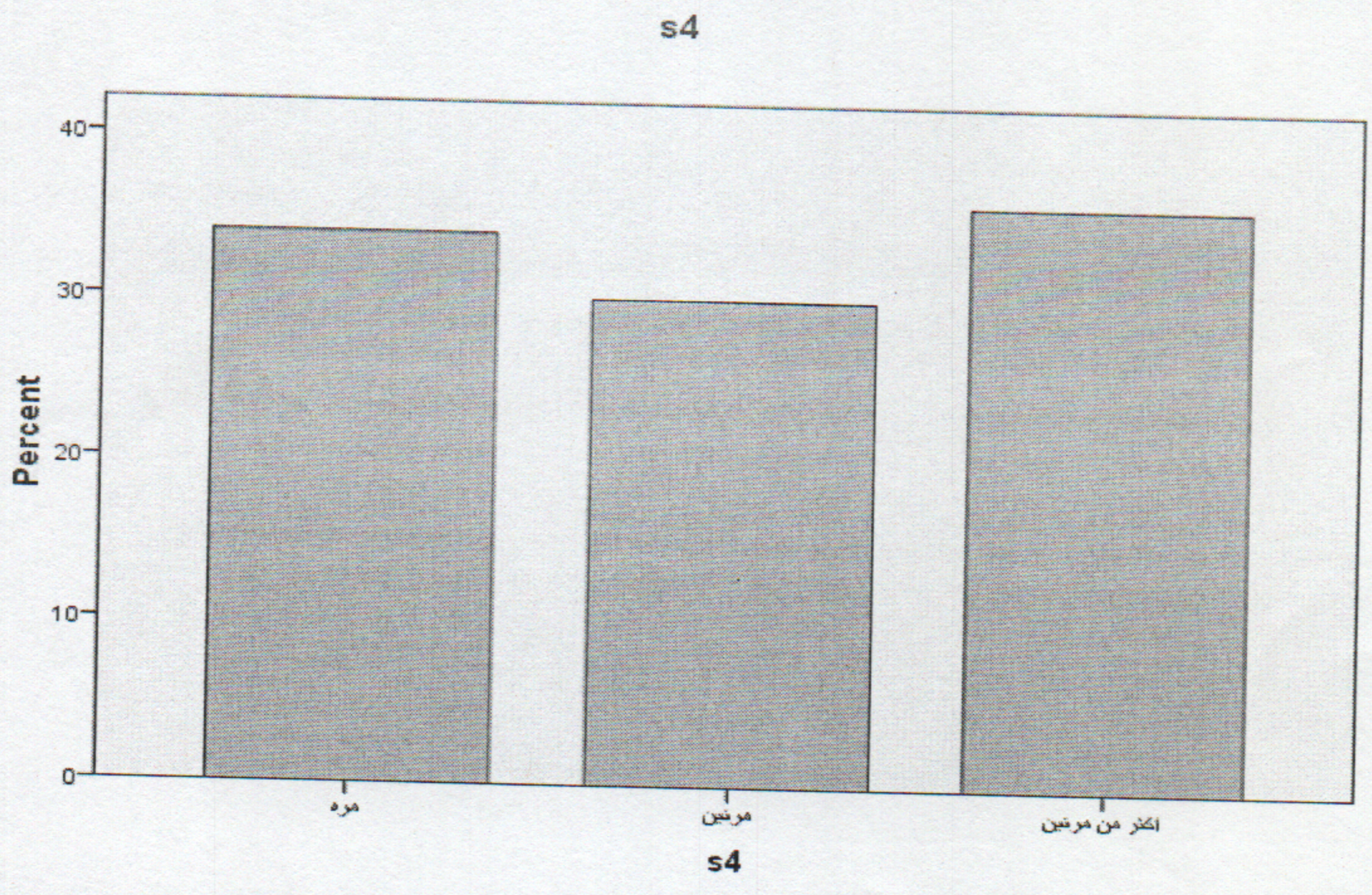
شكل رقم (٢) يوضح جهة السكن بالنسبة للمبحوثين



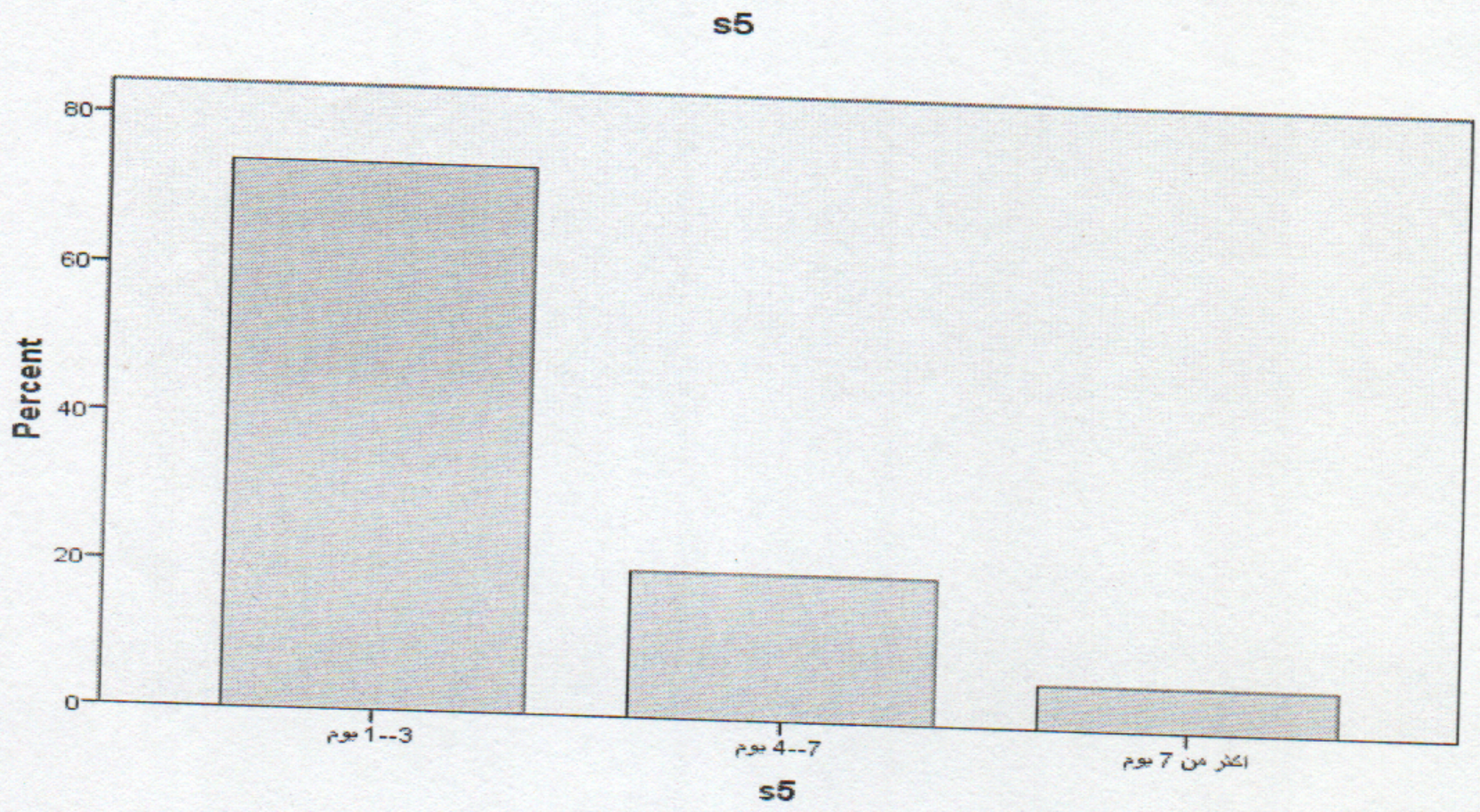
شكل رقم (٣) يوضح المؤهل التعليمي بالنسبة للمبحوثين



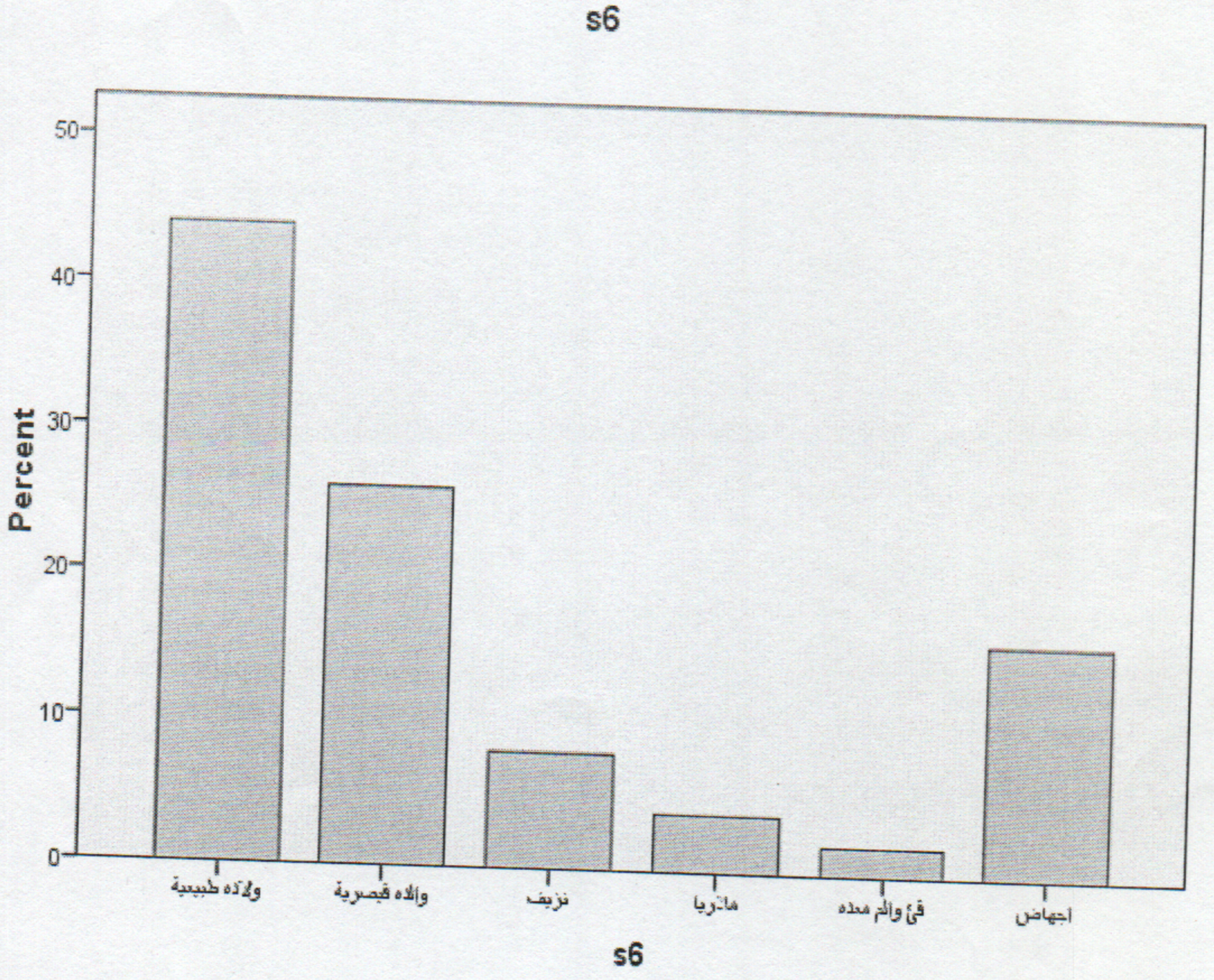
شكل رقم (٤) يوضح عدد مرات الحمل بالنسبة للمبحوثين



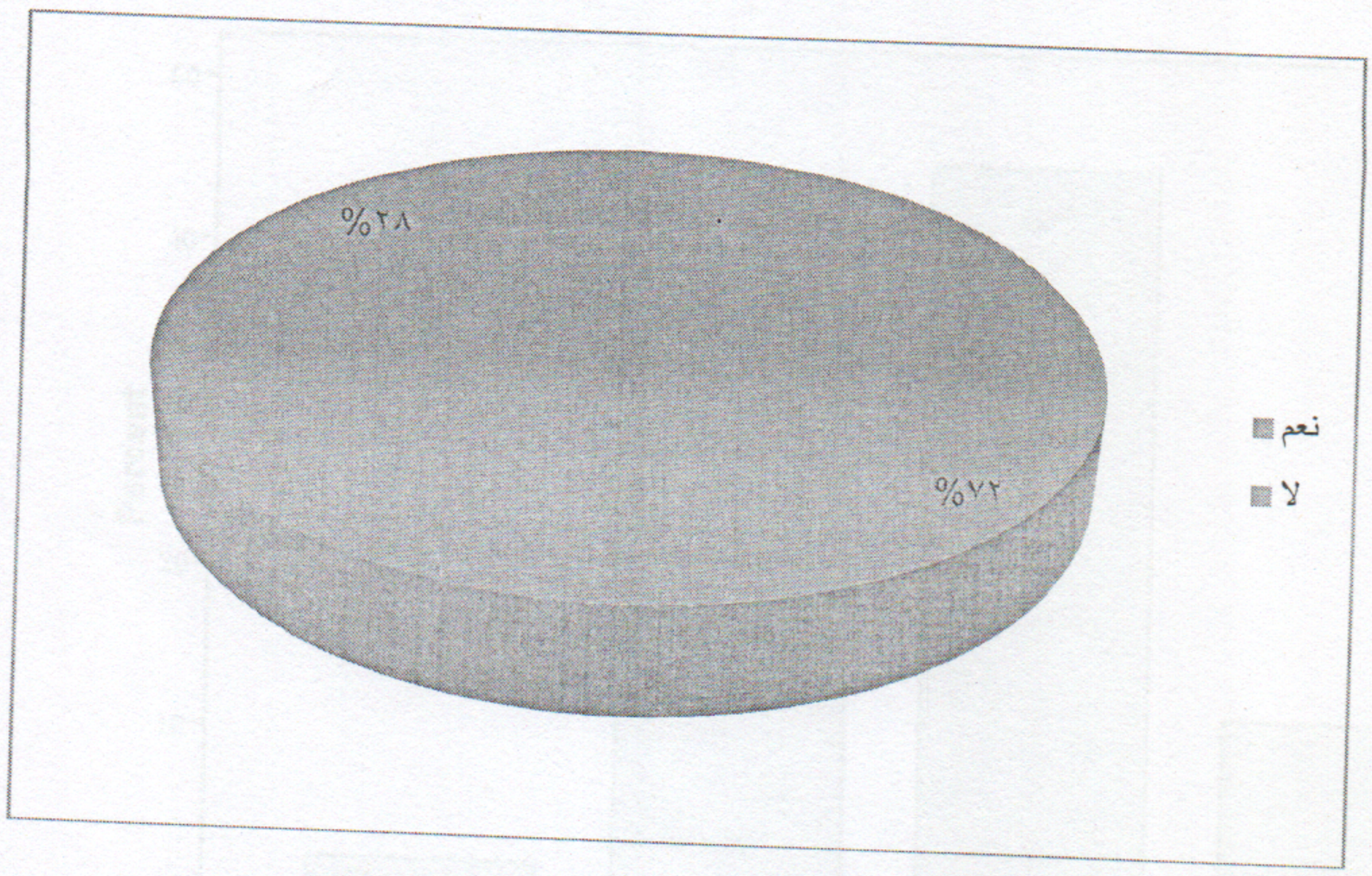
شكل رقم (٥) يوضح مدة الإقامة بالمستشفي لدي المبحوثين



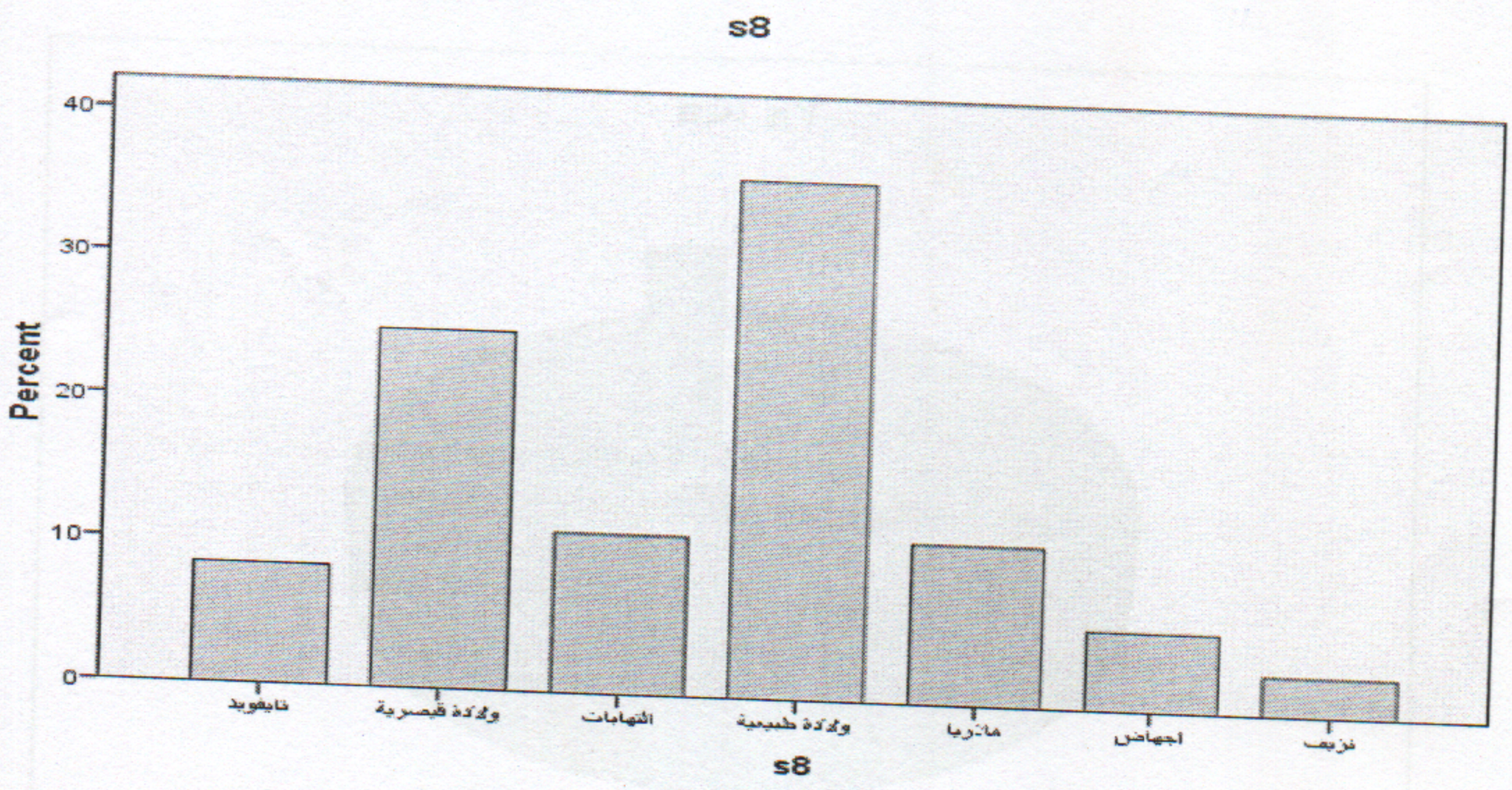
شكل رقم (٦) يوضح سبب دخول المستشفي للمبحوثين



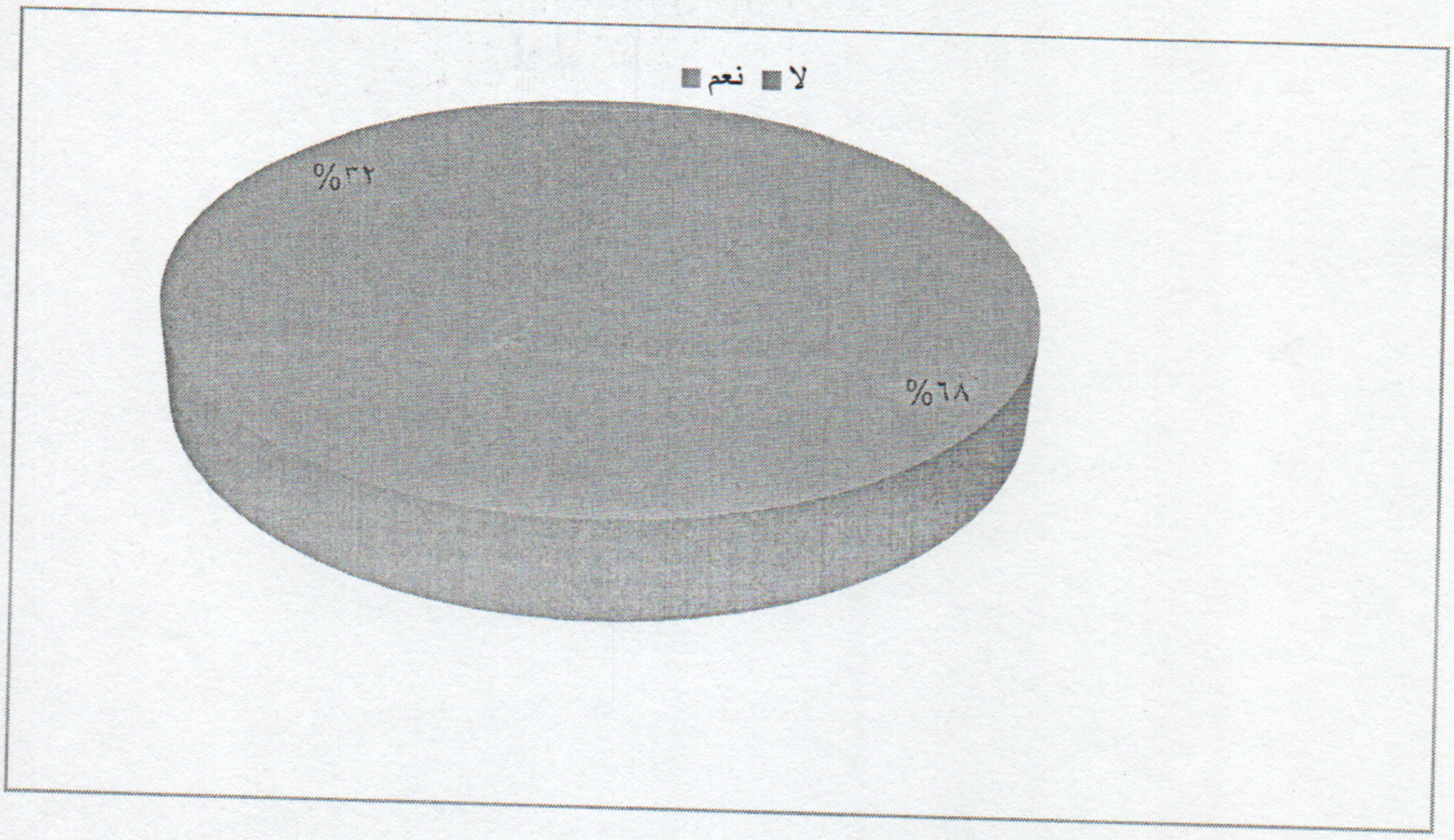
شكل رقم (٧) يوضح تاريخ الدخول السابق في المستشفي للمبحوثين



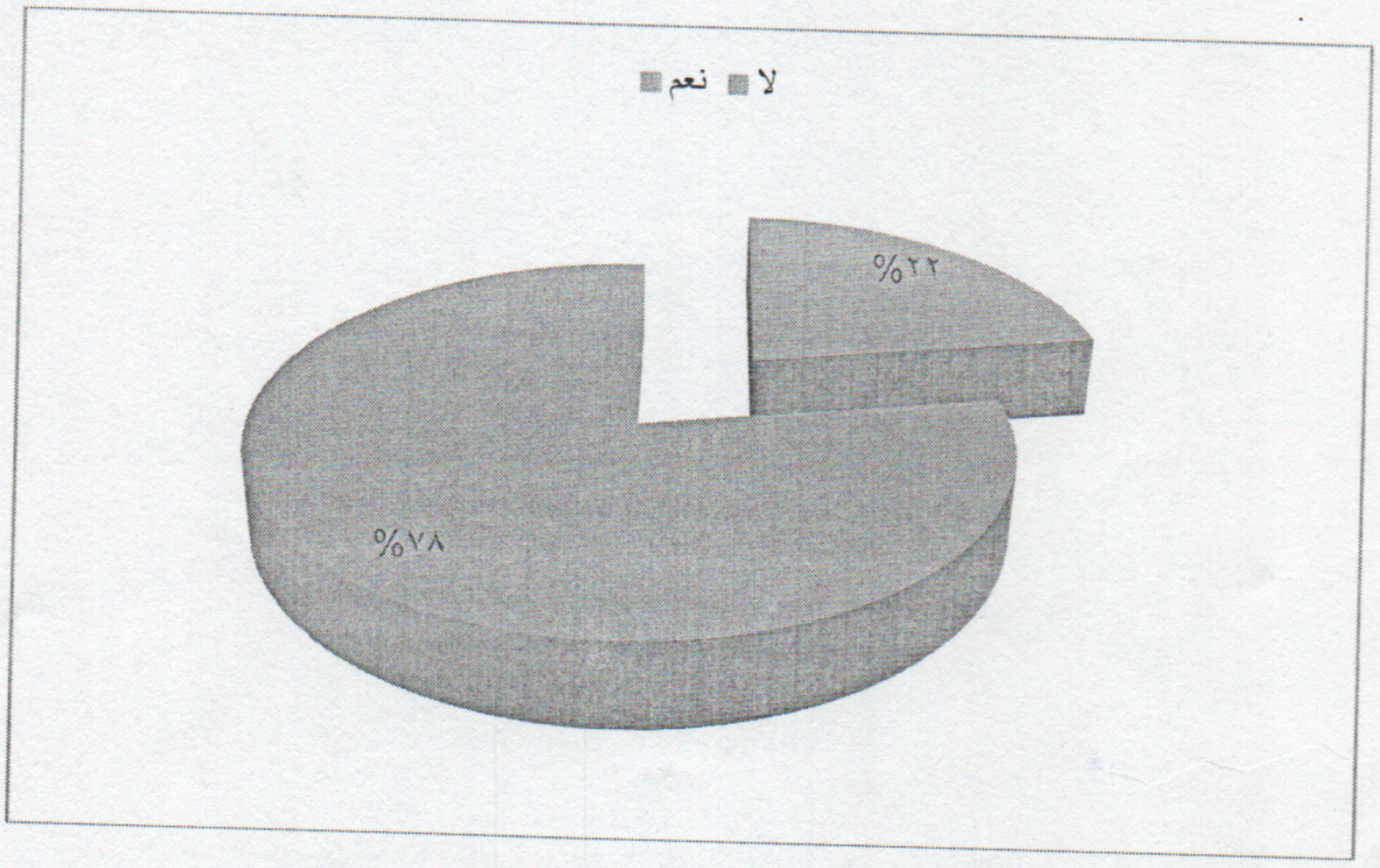
شكل رقم (٨) يوضح سبب الدخول السابق في المستشفي للمبحوثين



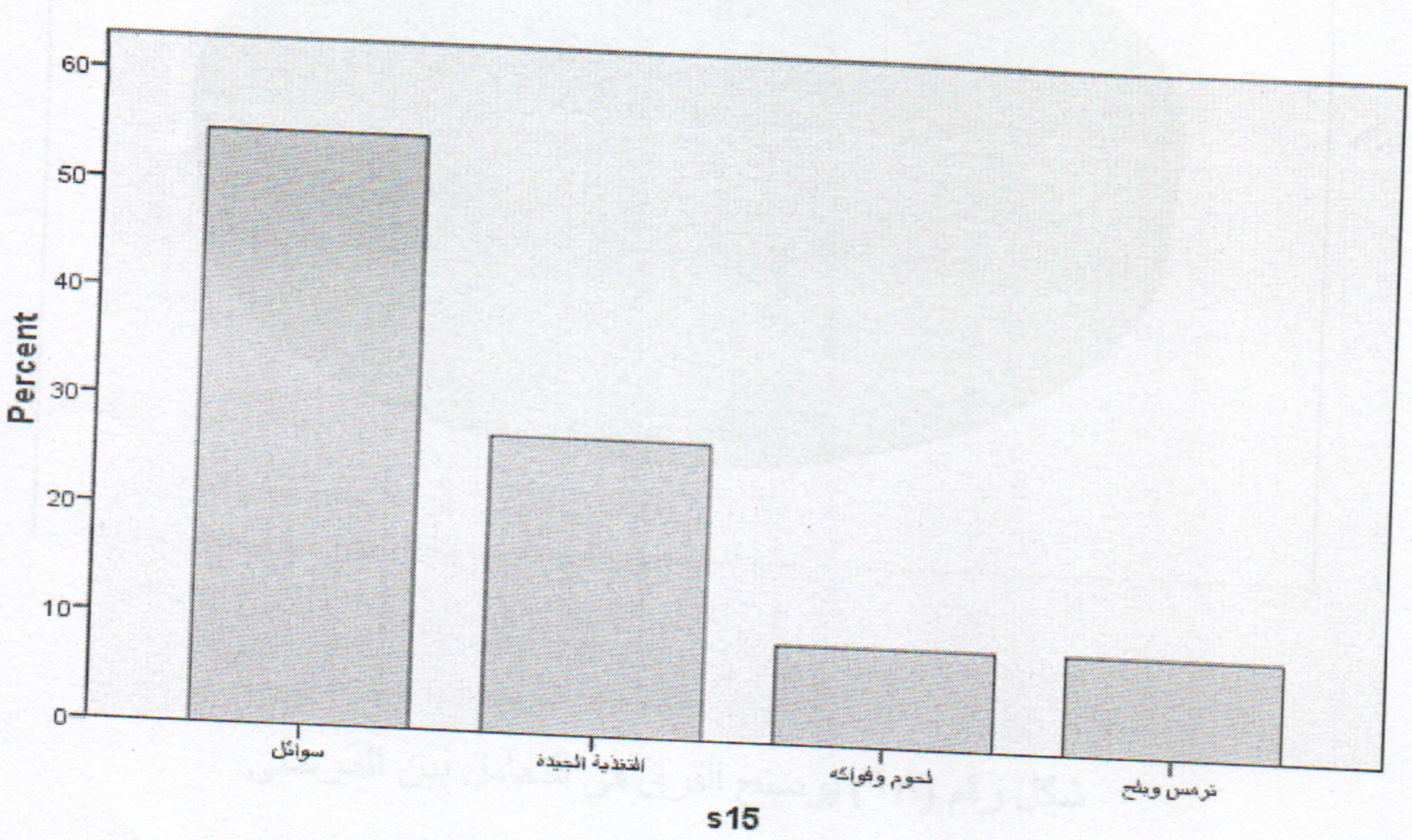
شكل رقم (١٣) يوضح التنبيه بزمن الجرعات التي تؤخذ بالفم



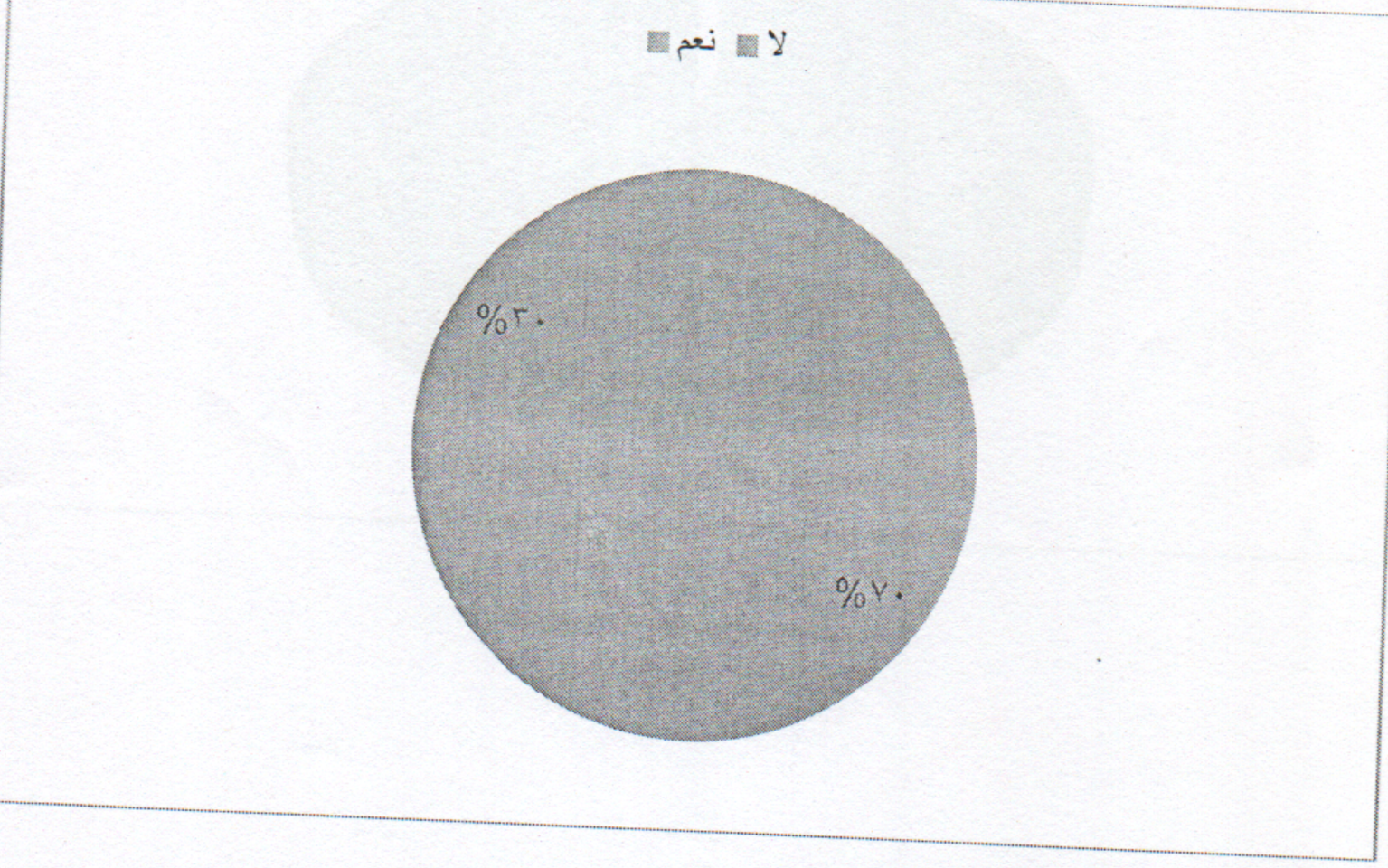
شكل رقم (١٤) يوضح الإرشاد بخصوص النظام الغذائي



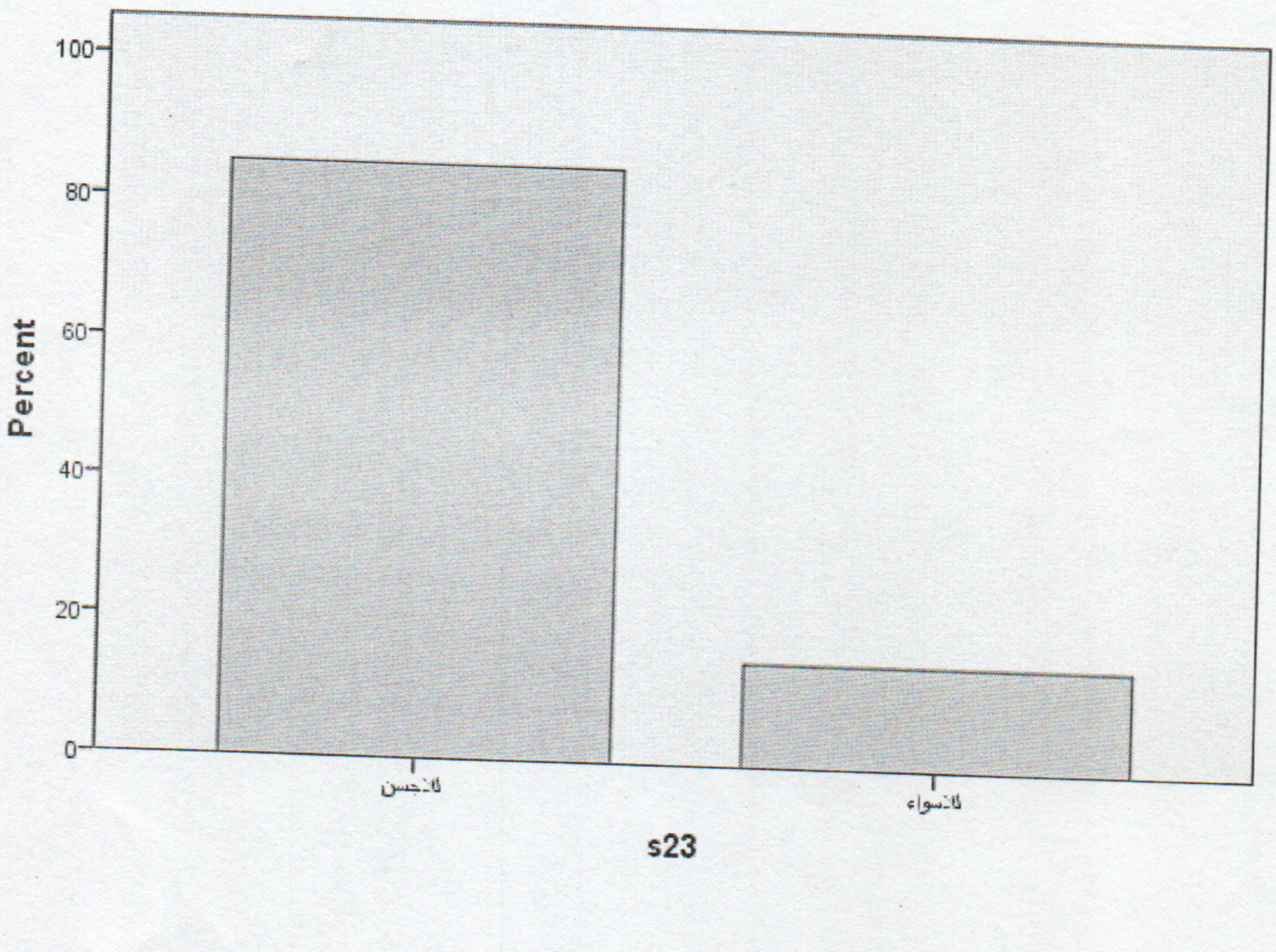
شكل رقم (١٥) يوضح نوع الإرشاد المقدم



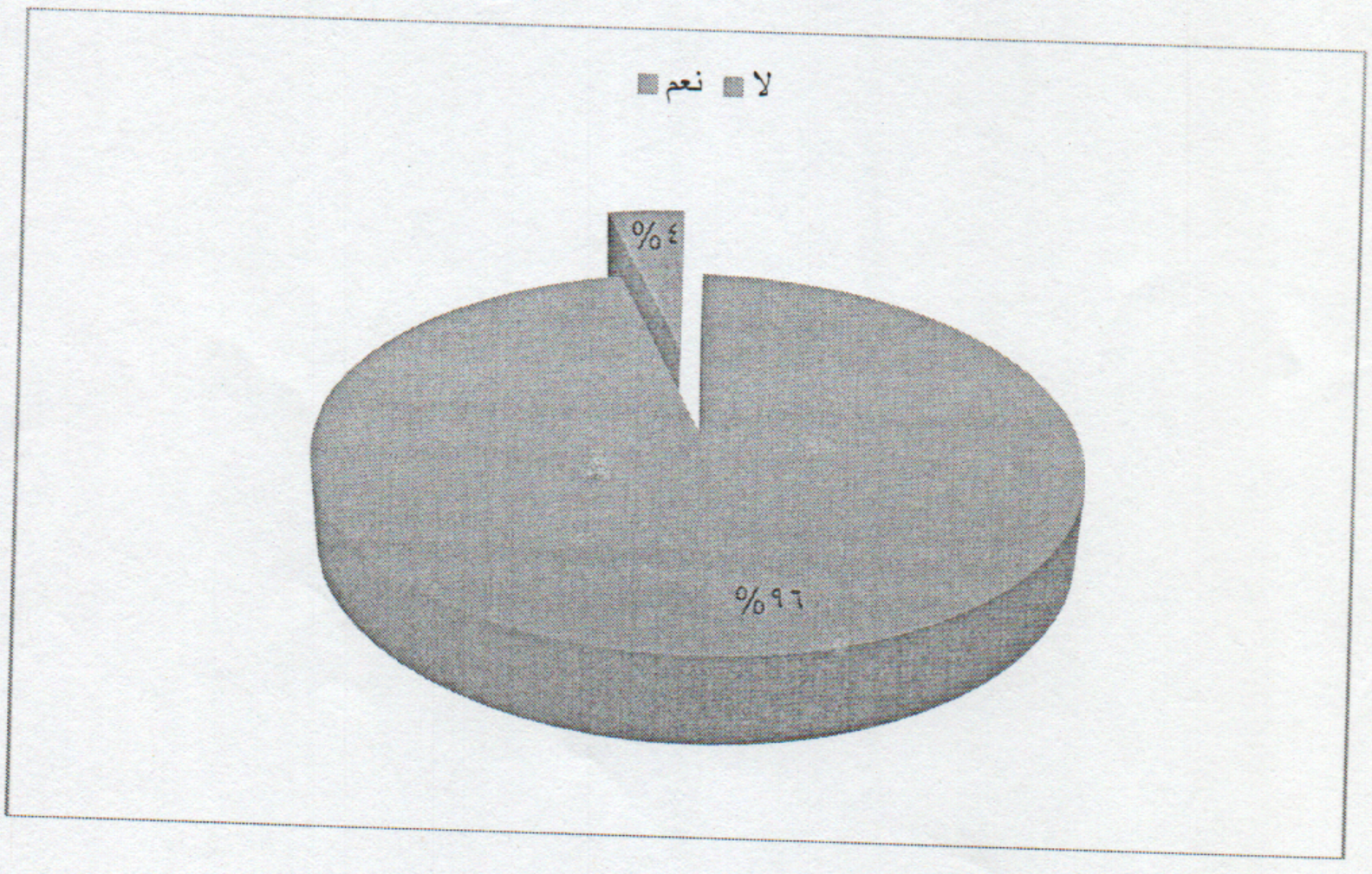
شكل رقم (١٦) يوضح لبس الجونتات أثناء تقديم العناية



شكل رقم (٢١) يوضح التغيير للأحسن أم للأسوء



شكل رقم (٢٢) يوضح الموافقة على تقديم العناية



الفصل الخامس

مناقشه نتائج البحث

من خلال الدراسة التي أجريت لمعرفه مدي رضي الأمهات الحوامل عن مستوي العناية التمريضية المقدمة لهم توصلت الدراسة إلي النتائج التالية:-

أوضحت الدراسة علي أن مستوي الأعمار للفئات يتراوح ما بين (20-35) سنه ومعظمهم يسكنون مدينه الدامر .بينما تتقارب نسبه السكن في كل من مدينه عطرة ونهر عطبرة والمناصير الجديدة وهذا يدل إما لتوفر الخدمات في هذه المناطق أو وجود أسباب أخري مثل صعوبة الموصلات أو بعد المستشفى.

أضافه إلي ذلك وجد أن معظم عينه البحث مستواهم التعليمي أساس وجزء بسيط منهم ثانوي وفئة قليله اكملوا دراستهم الجامعية ،وثلثهم تتراوح عدد مرات حملهم(مرة، مرتين ،أكثر من مرتين) .يستنتج من هذه المعلومات أن هنالك صعوبة ف تعليم وتقديم العناية التمريضية لهذه الفئات أو يتطلب الأمر استخدام وسائل عده اضافه إلي ذلك ربما تأثر فئة الدراسة بالعوامل الاجتماعية والمعتقدات والعادات بين هذه الفئات ذات المستوي التعليمي الضعيف.

أيضا توصلت الدراسة أن مدة الإقامة بين فئة الدراسة تتراوح بين(يوم-3ايام) ومعظم حالات الولادة بين عينه الدراسة هي عبارة عن ولادات طبيعية بينما 25% منها ولادة قيصريه

أيضا أثبتت النتائج عن مستوي العناية التمريضية ممتازة فيما يخص تنفيذ الجرعات في مواعيدها ، قياس درجه الحرارة قياس ضغط الدم ،التنبيه بزمن الجرعات التي تؤخذ بالفم ، بينما هنالك بعض الإرشادات والجرعات التثقيفية توضح ولكن بنسبه

تتراوح بين ثلثي المعلومة أو معظمها فتتمثل هذه الخدمة التمريضية ف الإرشاد بخصوص النظام الغذائي ونوعيه الوجبة الغذائية .

وهذه المعلومات يجيب أن تقدم بصورة واضحة وكاملة لأنها من النقاط والواجبات الضرورية التي يجب علي إلام الحامل تعلمها للحفاظ علي صحتها وصحة الجنين ولضمان ولادة سهله دون حدوث مضاعفات.

أيضا أوضحت الدراسة بان نوعيه وجودة الخدمات التمريضية المقدمة تختلف باختلاف زمن الورديات حيث هنالك جودة في الورديات الصباحية عكسها في باقي الورديات وهذا ربما يرجع لنظام المراقبة والإدارة في الفترة الصباحية .