



الكحول، المخدرات والحمل

حالا حين حصول الحمل فعلى الام ان تتوقف عن تناول الكحول، اذا كان من الصعب عليها ذلك فيجب عليها طلب المساعدة من الطبيب او القابلة القانونية التي تراقب حالتها، فهي تستطيع توجيه النصائح لها.

فترة التحضير: انجاب الاطفال له تأثير كبير على الوالدين وامور اخر، معظم الوالدين يستغلون فترة الحمل لتحضير انفسهم لاستقبال المولود الجديد، وترتيب حياتهم والبيئة المحيطة بهم، أخذين بعين الاعتبار مسؤوليتهم عن سلامة وامان الطفل القادم، احد هذه الامور تدخين الوالدين، الكحول والمخدرات، النساء اللواتي يحاولن انجاب اطفال يجب عليهن تخفيض او الاقلاع عن تناول هذه المواد، لان هذه المواد لها تأثير سلبي على نسبة الخصوبة وكذلك يؤدي الى الاجهاض .

هل مسموح شرب البيرة:

كل انواع الكحول مضرة بالطفل والام وليس من المسموح شربها خلال الحمل ويمكن ان تؤثر على تكوين الجنين.

التفكير في الطفل دائما

فترة التسعة اشهر فترة قصيرة في عمر الانسان، ولهذا السبب فعلى النساء ان يستغلن هذه الفترة بنجاح، من المهم ان يهتم الوالدين المحافظة على صحة الطفل القادم الى الحياة، حياة الام الصحية مثل الطعام الصحي ، والتعاطي قد يكون له تأثير على صنع مستقبل وتطور الطفل، الطعام يجب ان يحتوي على كل المواد الغذائية للام والطفل، ومن المهم الابتعاد عن المواد التي تؤدي الى الضرر بالجنين، قد يكون صعبا تلبية حاجات الام والجنين الصحية معا، الدعم والرغبة الشديدة في انجاز الحاجات الجديدة لها تأثير كبير ، ويجب تداول هذه الامور ضمن العائلة.

الرضاعة والكحول :-

من الضروري تحديد نسبة تناول الكحول خلال فترة الرضاعة، خلال فترة الرضاعة تنمو صلة قوية وحميمة بين الام والطفل، اذا كانت الام تتناول الكحول فان الطفل يأخذ كمية من الكحول مع حليب الام، ويتأثر به اكثر من الام، الجهاز العصبي لدى الطفل تكون في حالة التكون وقد تتضرر نتيجة تناول الكحول. تناول الكحول يقلل من تكاثر حليب الام، يغير طعم ورائحة الحليب، ويصبح طعمه غير مستحب للطفل، وكذلك فانه يقلل من قدرة الطفل على الرضاعة. الام تحت تأثير الكحول بالاضافة الى ماسبق لا يكون لديها قدرة على التركيز وقد يكثر من احتمال وقوع الحوادث.