

## أساطير الحمل.. بين الحقيقة والوهم



كمجتمع عربي، نؤمن في العديد من الأحيان ببعض المعتقدات الخاطئة والمتوارثة من الأمهات والجدا، قد تكون بعضها صحيحة، وقد تكون خاطئة، وفيما يلي توجد بعض الحقائق المهمة عن هذه الأساطير والقصص:

**الأسطورة:** لا تحمل المرأة أثناء فترة الرضاعة!

**الحقيقة:** نسبة الخصوبة تتدنى نوعاً ما أثناء الرضاعة، بسبب قلة الإباضة، لكن تبقى هناك نسبة لا بأس بها للحمل.

**الأسطورة:** الحنين إلى أنواع معينة من الطعام، دليل لحاجة الجسم إليها !

**الحقيقة:** لم تثبت الدراسات هذا أو تنفيه، قد تكون الحاجة نفسية لا جسدية، والحامل تحن بالعادة إلى الأنواع التي تميل إليها وتفضلها.

**الأسطورة:** الجنين يسلب أمه من الكالسيوم، ويسبب لها تسوس الأسنان خلال الحمل !

**الحقيقة:** مينا الأسنان لا تؤثر بها كمية الكالسيوم الموجودة في الطعام.

**الأسطورة:** إذا كانت المرأة هادئة أثناء حملها، فإن الطفل سيكون هادئاً بطبعه، أما إذا كانت عصبية ومتوترة، فالطفل سيكون كذلك !

الحقيقة: لا يوجد أي صلة بين جهاز الطفل العصبي، وجهاز الأم، ولكن المؤكد أن حالة الأم العصبية وتوترها تؤثر على الجنين فقط، ولا علاقة له بعد الولادة.

الأسطورة: الحمل تحت سن العشرين أصح وأقوى حمل.

الحقيقة: أفضل سن للحمل هو ما بين العشرين والثلاثين، أما ما تحت هذا السن فقد تتعرض الحامل لتسمم الدم أكثر ما تتعرض له المرأة الأكبر سناً.

الأسطورة: معالجة الأسنان خطر أثناء الحمل، وربما تسبب الإسقاط.

الحقيقة: قد ينصح الطبيب الأم بالحرص على أسنانها أثناء الحمل، ولكن لا ضرر من معالجتها، أما الجراحة فيفضل تأجيلها تجنباً للارهاق والألم.