



قلق الولادة يجتمع مع الفزع من كورونا

في غياب الدعم الأسري.. كورونا يثير فزع المقبلات على الولادة

كوفيد - 19 يعيد الولادة المنزلية إلى الواجهة

الخاصة نظرا إلى الاهتمام الذي تجده المرأة أثناء الولادة وبعدها، إلا أنه نظرا إلى غلاء تكاليف الولادة في هذه المصحات تلجأ أغلب النساء إلى الولادة في المستشفيات العمومية. وقالت مهي إنها لا تفكر مطلقا في الولادة بالمنزل، إلا أنها في الوضع الراهن لا تدري كيف ستسير الأمور، فهي بين خيارين أحلاهما مر إما أن تواجه مخاطر العدوى في المستشفى أو تضطر إلى الولادة في المنزل، والتي لا تخلو بدورها من المخاطر على حياتها وحيات جنينها. وكشفت تقرير لصحيفة "نيويورك تايمز" الأميركية أنه أمام خوف النساء من العدوى وغياب الدعم العائلي اختارت بعضهن الولادة المنزلية بدلا من الذهاب إلى المستشفى والتعرض لخطر الإصابة بالفايروس. وأكد الخبراء أن الولادة في المنزل تتطلب من الزوجين مستوى عاليا من الاستعداد والتدريب وسرعة اتخاذ قرارات مناسبة؛ حيث لا يوجد أطباء أو تخدير، ومن النادر تلبية القابلات احتياجات الأم البدنية والنفسية خلال الولادة المنزلية، كما أن القابلة لا يمكنها التحرك خلال ساعات الحظر.

تستعد الكثير من النساء في جميع أنحاء العالم للولادة في ظل الحصار الذي فرضته جائحة كورونا على جميع مناحي الحياة، ما يعرضهن للضغوط والمخاوف والقلق المضاعف المصاحب للمخاض، بالإضافة إلى غياب الدعم الأسري الذي يحتاجه.

لندن - قال الخبراء إن حظر التجوال والحجر الصحي الشامل وكذلك التخوف من العدوى أدت كلها إلى صعوبات إضافية تقف أمام المرأة في سعيها للنفوذ إلى الخدمات وخاصة منها خدمات التوليد والحالات المستعجلة الأخرى ذات العلاقة بالصحة الإنجابية، ما من شأنه أن يجعل ارتفاع الولادات المنزلية وما تحمله من مضاعفات أمرا واردا. وتعيش المرأة الحامل حالة من الفزع المتزايد بمجرد تفكيرها في مرحلة المخاض أمام تفشي فايروس كورونا المستجد والخوف من الانتقال إلى المستشفى، حيث نصح المختصون بعدم الوصول إلى المستشفى في وقت سابق بكثير على الولادة، لتقليل فرص العدوى، وهو أمر يثير مخاوف النساء، وخاصة من يخضن التجربة للمرة الأولى.

وتخشى نساء كثيرات من انتهاء فترة الحمل والاستعداد لوضع أطفالهن بسبب تفشي فايروس كورونا واضطرارهن إلى الإنجاب من دون وجود أزواجهن معهن والبقاء وحيدات بعد العودة إلى المنزل. وتتوقع جميع الحوامل سيناريو مثاليا عند الولادة، حيث يكون فيه الوالد بجانبهن للتخفيف عنهن، والعائلة تحيط بمهد الطفل والوالدة والصيدقات يدعمنهن بعد العودة إلى المنزل، لكن لا شيء من ذلك كله سيحقق، وستكون العودة إلى المنازل صعبة خصوصا أنها ستفتقر إلى الزيارات الودية والعائلية، وهو ما يثير قلق ملايين النساء المقبلات على الولادة. وأفادت هالة بوزيد بأنها كانت تنتظر قدوم مولودها الأول بمرح من السعادة والخوف من المخاض إلا أن تفشي هذا الفايروس جعلها تعيش حالة متواصلة من الرعب والتوتر والخوف من الجهول، في ظل غياب التواصل مع عائلتها في هذا الظرف الاستثنائي الذي تعيشه. وأضافت أنها تفكر كثيرا في غياب أسرتها عنها بعد الولادة بسبب العزل المنزلي.

وقالت مروى مرزوق حامل في بداية شهرها التاسع "أنا على وشك الولادة، أشعر بتوتر كبير، الأمر ليس طبيعيا؛ اجتمع قلق الولادة مع فزع كورونا، لقد أفتت الكثير من القمصن في مخيلتي، أشعر بالفزع من أن ياتيني المخاض في ساعات الحظر". ولفتت التونسية مهي بوغانم حامل على وشك الولادة إلى أن أسئلة كثيرة تراودها منذ تفشي هذه الجائحة، مشيرة إلى أنها تعيش حالة من الفزع والرعب. ولم تستطع الكثير من الحوامل التبضع من أجل توفير احتياجات المولود الجديد إذ أن أغلب المتاجر مغلقة في الكثير من أنحاء الدول، وقد

المرأة الحامل تعيش حالة من الفزع المتزايد بمجرد تفكيرها في مرحلة المخاض أمام تفشي فايروس كورونا المستجد والخوف من الانتقال إلى المستشفى



هرمونات العزل



رابعة الختام
كاتبة مصرية

ما إن فتحت صديقتي لي الباب حتى ارتمت في حضني وانفجرت بالكاء، التصقت بي بما ينذر بكارثة، توقف عقلي عن التفكير، ويداى معلقتان في الهواء، هل أدفعها بعيداً إرضاءً لإشتراطات منظمة الصحة العالمية بتحري المسافة الآمنة بين الناس وعدم التواصل الجسدي بتلك الصورة المربعة، وطلبا للرضا من هذا الكورونا العادر، الذي أخاف أن يتربص بي لاني لم أحترمه بتلك الجريمة الشنعاء، أم احتضنتها في لحظة ضعفها وأجبر روحها الجريحة؛ طوقتها بذراعي مراعاة لمشاعرها وترميما لقلب طيب أعرف أنه لم يحمل ضغينة لأحد يوما ما، وقلت في نفسي، للحجر ربّ يحميه، فعمل طيور الأبايل تعمي عينه عني. كانت الصديقة الأريغينية الرقيقة في قمة ثورتها من زوجها شحيح الشاعر كما تصفه، متبلد الإحاسيس، بخيل العاطفة، فهو لا يقدر تحملها لمسؤولية البيت ومراعاة الأبناء والاعتناء بالجميع وحدها، فخشيته تفشي الأمراض حرمتها لذة الراحة يوم

فرضت الطفرة المتحورة لفايروس كورونا المستجد عزلة مجتمعية شديدة الحدة، حتى بين الأهل والأصدقاء، فهذا الواقع السخيف المسمى "كوفيد - 19" سريع الحركة، طافر بحدة لا يمكن معها توقع فعله للحظات. وحده بقرر متى يلتصق بأحد ضحاياه، فمن الأسلم لنا جميعا التزام المنازل والخروج للضرورات القصوى فقط، حتى العلاقات الاجتماعية والمناسبات الملحة باتت من الماضي، ننظر لها بعين الحزن تارة، وعين الحنين تارة أخرى، والحقيقة الواحدة الثابتة أن التبعاد بات ضرورة لا مفر منها. التزمت ببني، أخرج للضرورات، العمل، والتسوق السريع، اعتذر عن الدعوات والزيارات، فلا أזור ولا أستقبل أحدا.

تلقيت مكالمة هاتفية غاضبة من صديقة يبعد بيتها عن بيتي عدة أمثا، تصرخ بقوة زلزال 9 ريختر، تشتكي زوجها، لا يقدر ما تقوم به رغم الظروف العصيبة التي تمر بها البلاد، ويضح منها العباد، اخترق صوت صراخها طيلة أذني الأداخلية ووصل تقريبا إلى أبعده من هذا بكثير. هادئة كموج البحر تتدافع كلماتها، أعرف صديقتي وقت غضبها، لكنها للامانة لا تخطئ، تحافظ على لسانها من الزلات، لكنها غاضبة وهذه حقيقة لا مفر منها، تطالبني بالحضور لبيتها حالا، يا لمصيبي! لم أستطع الفكاهة من بين طرفي المقص، هي صديقتي وزوجها في منزلة أخي، وبيتها مهد بالإنهيار، تمتعت ببني وبين نفسي؛ يبدو أنني لا أعيش في عزل، منذ أربعة أيام كاملة اعتكف في بيتي هربا من هذا الكورونا المتربص في الطرقات، حتى مع وجود كامات الوجه، فاللعين يعرف ماذا يفعل! هرولت لبيتها بسرعة، متسلحة بكافة وسائل التخفي، أصابني قشعريرة شديدة بعد أن مددت يدي لجرس الباب بلا قفازات، فعلى الرغم من كل هذه الاحتياطات نسيت قفازي. يا لهول الصاعقة، أنا التي تخشى أكياس السوبر ماركات، وأزرار المصعد، وحوائط البناءات، تمتعت؛ أطلق يا لطيف.

تبا لهرمونات الأنوثة المجنونة التي تخرج من النساء عشرات الشخصيات في ساعة واحدة، وتبا للحجر مرة أخرى وهرموناته المتقلبة



ديكور

النمط الريفي الحديث أحدث صيحات الأثاث والديكور

ومن جانبها، أوضحت مصممة الديكورات الداخلية الألمانية إينيس فروش "يوفر النمط الريفي الحديث قدرا كبيرا من الحرية ويعكس شخصية سكان المنزل". ويمكن أن يتوفر بطرق متنوعة، سواء كان النمط الريفي التوسكاني أو الاسكتلندي أو البريطاني أو الفرنسي أو الأمريكي أو الخاص بمنطقة شمال ألمانيا أو البلاك فورست، وقد يأتي كتوليفة من هذه التأثيرات المختلفة. وأضافت "يتمثل الفن هنا في عمل توليفة متوازنة بين العناصر القديمة والحديثة، كما يرتبط الأمر بالبراعة في تغيير النمط، فمثلا قد تكون هناك مقاعد عصرية مع طاولة طعام ريفية جدا".

وأشارت سيميلينج إلى أنه يمكن الجمع بين قطع الأثاث الحديثة وقطع أثاث قديمة للغاية أو الجمع بين الكروم والأخشاب، ومن الأمور المهمة هنا أن يتم الجمع بين الأنماط المختلفة بهارة. وتنصح سيميلينج بضرورة استعمال الستائر البسيطة وبدرجات الألوان الدافئة، ومن الأفضل أن تغطي الألوان الطبيعية على المفروشات أيضا، ولكي تبدو قطع السجاد أنيقة بدرجة كافية، فإنه يمكن استعمال قطعة كليم باللون الوردي أسفل طاولة الطعام الكبيرة. وأوضح الاتحاد الألماني لصناعة الأثاث أن النمط الريفي الحديث يمتاز بأنه أكثر عاطفية من النمط الوظيفي الشائع حاليا، والذي ينصب التركيز فيه على الخطوط الواضحة وقطع الأثاث متعددة الوظائف، ولا يرتبط النمط الريفي الحديث بأسلوب التصميمات المزخرف بسخاء خلال الفترة السابقة. وأشار الاتحاد إلى أن هناك الكثير من قطع الديكور والإكسسوارات الأصلية، التي يتم الحصول عليها خلال العطلات أو التجول وسط المناظر الطبيعية، وقد تشمل قطعة خشبية أو زجاجية أو أحجارا جميلة أو زهورا مجففة أو أصدافا، ويكثر استعمال هذه الإكسسوارات في النمط الريفي الحديث. وأضافت فروش "يجب أن تكون الخامات المستخدمة في النمط الريفي الحديث طبيعية، وليست بمظهر طبيعي، ولكن بالطبع هناك بعض الاستثناءات؛ لأن الخامات الأصلية قد لا تستجيب لمتطلبات العصر الحديث".

برلين - يمثل النمط الريفي الحديث أحدث صيحات الأثاث والديكور. ويهدف هذا الاتجاه الحديث إلى جعل المنزل أشبه بمنزل العطلات؛ حيث تسود فيه الأجواء الريفية والفسيحة والخفيفة والدافئة. وأوضحت خبيرة الديكورات الداخلية الألمانية كاتارينا سيميلينج أن سبب رواج النمط الريفي الحديث يرجع إلى أن الأشخاص يرغبون في تحقيق التوازن في الحياة اليومية ذات الإيقاع المحموم؛ فعندما يعيش المرء في المدينة الصاخبة في مكاتب مكتظة بالموظفين، فإنه يرغب في الاستمتاع بأشياء مريحة في منزله الخاص.



أجواء مريحة