احمى نفسك ,جنينك من الحصبة الألمانية وأضرارها!  
  
أنت حامل وغالباً هذا أجمل خبر سمعتيه فى حياتك! أنت لا تطيقين الانتظار حتى ترين مولودك الجديد وفجأة تبدأ الأسئلة تدور فى ذهنك. هل أنت حامل فى بنت أم فى ولد؟ ماذا ستسمينه؟ ما الذى تحتاجين لشرائه؟ وأهم شئ هل سيكون الطفل بصحة جيدة؟   
  
أغلب السيدات هذه الأيام تحرصن على الالتزام بواجباتهن أثناء فترة الحمل وذلك لكى يتمتع أطفالهن بصحة جيدة. فهن يأكلن جيداً، ينمن جيداً، ويلتزمن بكل ما ينصحهن به الأطباء. لكن هل تعلمى أن هناك محاذير يجب أن تضعيها فى الاعتبار قبل الحمل لكى تحمى صحة طفلك؟ أحد أهم هذه المحاذير هو أن تعرفى كل ما يمكنك معرفته عن الحصبة الألمانية.   
  
يتسبب فى مرض الحصبة الألمانية فيروس يسمى 'روبيللا'. هذا الفيروس ينتقل من الشخص المريض إلى الشخص الآخر عن طريق السعال، العطس، والكلام. لكن يكون المرض أكثر خطورة عندما ينتقل من الحامل إلى الجنين عن طريق المشيمة، وذلك لأن الفيروس يؤدى إلى عيوب خلقية خطيرة فى الجنين.   
  
يمكن للحصبة الألمانية أن تصيب الأطفال أو الكبار. أغلب الناس يشفون سريعاً منها بعد حدوث ارتفاع بسيط فى درجة الحرارة، ورشح جلدى يختفى بعد ثلاثة أيام تقريباً. أحياناً يوجد صداع، ألم فى المفاصل، التهاب فى الحلق، وفقدان للشهية. أحياناً أخرى لا تحدث أى أعراض على الإطلاق. لكن تأثير الحصبة الألمانية على الجنين قد يكون ضار جداً ودائم، ويتوقف ذلك على الوقت الذى تصاب فيه الحامل بالعدوى. إذا أصيبت الحامل خلال الثلاث أشهر الأولى من الحمل، يكون هناك احتمال للإجهاض أو ولادة طفل ميت، أو قد يولد الطفل أصم، أعمى، مريض بالقلب، متخلف عقلياً، أو قد يعانى من أية إعاقات خطيرة أخرى. تقل نسبة خطورة الإصابة فى الجنين كلما تقدم الحمل. إذا أصيبت السيدة بالحصبة الألمانية بعد الأسبوع العشرين من الحمل، فعادةً ما لا يعرض ذلك الجنين للخطر.   
  
لحسن الحظ، يمكنك حماية طفلك. رغم أن أغلب السيدات لا يذهبن إلى الطبيب إلا بعد حدوث الحمل بالفعل، إلا أنه ينصح بالذهاب إلى طبيب أمراض النساء والتحدث معه عما يقلقك قبل محاولة الحمل. سيرغب الطبيب فى معرفة ما إذا كانت لديك مناعة ضد مرض الحصبة الألمانية أم لا. يوضح د. أحمد شمس – أستاذ أمراض النساء والتوليد بجامعة عين شمس – أنه ستكون لديك المناعة إذا كان قد سبق تطعيمك بالتطعيم الثلاثى MMR ضد الحصبة والحصبة الألمانية والنكاف، أو إذا كنت قد سبق وأصبت بالفيروس وأنت طفلة.   
  
يوضح د. أحمد شمس أن تحليل بسيط للدم سيبين ما إذا كانت لديك أجسام مضادة كافية ضد هذا المرض أم لا. إذا كانت لديك أجسام مضادة كافية، فتكون لديك المناعة ويمكنك حينئذ أن تحملى. ماذا إذا لم تكن لديك المناعة؟ يجيب د. أحمد شمس: 'إذا أظهر التحليل نتيجة سلبية، يطلب من السيدة أن تأخذ التطعيم الثلاثى MMRقبل التخطيط للحمل بثلاثة أشهر.'   
  
إذا كنت حامل بالفعل ولم تتحدثى مع الطبيب من قبل فى هذا الخصوص، يجب أن تناقشيه الآن وتقومي بعمل التحليل. يقول د. أحمد شمس: 'إذا أظهر التحليل نتيجة إيجابية، فأنت وجنينك فى أمان ولا يوجد احتمال للإصابة. فغالباً ما قد تم تطعيمك من قبل، أو ربما قد أصبت بهذا المرض من قبل دون أن تعرفى، وبذلك أصبح لديك مناعة.' يضيف د. أحمد أنه إذا أظهر التحليل نتيجة سلبية، فينصح بتجنب الاقتراب من أى شخص قد يكون مصاباً أو من أى شخص ليس لديه مناعة ضد هذا المرض وخاصةً الأطفال إذ أنهم أكثر احتمالاً للإصابة بهذا المرض.   
  
أغلب الأطباء لا ينصحون بأخذ التطعيم الثلاثى MMR وأنت حامل. إن التطعيم الثلاثى MMR يتم تحضيره باستخدام فيروس حي ضعيف وهذا قد يعرض الجنين إلى احتمال ضعيف بالإصابة. لكن تبعاً لوحدة اللقاحات والأمراض المستهدفة بالتطعيم - بمنظمة الصحة العالمية يمصر – أن بعض الدول قد قامت بإجراء بحوث وسجلت أن هناك سيدات قد تلقين هذا التطعيم خلال الثلاث شهور الأولى من الحمل، وكلهن وضعن مواليداً بصحة جيدة ودون ظهور أى أثر للمرض عليهن. ينصح الكثير من الأطباء بأنك إذا كنت حامل بالفعل ولم تتلقى التطعيم وليس لديك المناعة ضده بأن تتلقى التطعيم بعد الولادة مباشرةً حتى تحمى نفسك من الاصابة