Arabic
March 2004
[AHS-7570]

# الاكتئاب خلال الحمْل واستعمال الأدوية المضادة للاكتئاب

هذا المنشور معدّ للإجابة على بعض الأسئلة التي قد تكون لديك عن اكتئاب ما بعد الولادة وعن الوسائل الممكنة لمعالجته، وتساعدك المعلومات فيه على اتخاذ قرار بشأن استعمال الأدوية المضادة للاكتئاب خلال فترة حملك.

صادر عن قسم الصحة العقلية
مستشفى سانت جورج وخدمات صحة المجتمع
تمّت مراجعته في آذار/مارس ٢٠٠٤

Depression in Pregnancy & Antidepressant Medication Use

## من أين يمكن أن أحصل على مزيد من المعلومات أو النصائح؟

إذا كانت لديك مخاوف بشأن الاكتئاب خلال الحمل أو بشأن استعمال دواء مضاد للاكتئاب خلال الحمل فبإمكانك بحث هذه المخاوف مع:

- طبيب العائلة
- طبيب التوليد
- ممرضات الأطفال والعائلة في مركز الطفولة المبكرة
- خط "سلامة الأم" (Mothersafe) المباشر التابع للمستشفى الملكي للنساء (Royal Hospital for Women)
  **(02) 9382 6111**
  **(02) 9382 6539**

بإمكانك أيضاً الحصول على معلومات عن الموضوع من مواقع على الإنترنت مثل:

- **www.motherisk.org**
- **www.beyondblue.org.au**

## ما هو الاكتئاب خلال الحمْل؟

يعرف الاكتئاب خلال الحمل أيضاً باكتئاب ما قبل الولادة، وهو عبارة عن مشاعر حزن أو يأس تستمر لعدة أسابيع وتتزامن مع أعراض أخرى كالبكاء أو القلق أو نوبات الاضطراب أو سرعة الغضب أو عدم القدرة على التحمل أو فقدان المتعة أو الشهية أو اضطرابات في النوم. ويمكن لهذه الأعراض أن تحدث منفردة أو مجتمعة. وعندما يكون الاكتئاب شديداً، يمكن أن تصاحبه أيضاً أفكاراً مخيفة تساور الأم بإلحاق الأذى بنفسها أو بطفلها.

ونظراً للاعتقاد الشائع أنه يفترض بالمرأة أن تصبح في ريعان جمالها وصحتها خلال الحمل، فإن العديد من النساء يشعرن بالحرج من الإعتراف باحتمال معاناتهن من مشاعر القلق أو الاكتئاب في هذه الفترة. ومهما يكن من أمر فإن الاكتئاب خلال الحمْل مرض يمكن معالجته.

## ما مدى شيوع الاكتئاب خلال الحمْل؟

الاكتئاب خلال الحمْل شائع جداً ويؤثر على ما يصل إلى إمرأة من أصل كل ست نساء، خاصةً في المراحل الأخيرة من الحمل. هذا وتصاب إمرأة من أصل كل ثلاث نساء يعانين من اكتئاب ما قبل الولادة باكتئاب ما بعد الولادة بعد إنجاب أطفالهن.

## هل يحتاج الاكتئاب خلال الحمْل إلى علاج؟

يسبّب الاكتئاب خلال الحمْل معاناة كبيرة للمرأة الحامل، إذ يمكن أن يؤثر على أكلها ونومها وتمارينها وعنايتها بنفسها وبذهابها إلى مواعيدها الخاصة بمرحلة ما قبل الولادة مع طبيبها أو قابلتها. ويمكن لجميع هذه العوامل بدورها أن تؤثر على نمو الطفل وأن تؤدي إلى ولادة طفل قبل أوانه أو وزنه دون المعدل أو إلى كلا الحالين.

ويؤثر الاكتئاب أيضاً على علاقة المرأة الحامل بشريك حياتها وأطفالها وأفراد عائلتها الآخرين وأصدقائها. وإذا استمر لمدة طويلة فإنه قد يؤدي إلى تفكك في تلك العلاقات.

Arabic
March 2004
[AHS-7570]

## ما هي العلاجات المتوافرة؟

تشمل أنواع العلاج الحصول على مشورة أو العلاج النفسي وتناول الأدوية المضادة للاكتئاب. ويمكن للمشورة أن تشكل علاجاً فعالاً جداً بمفردها أو مع الأدوية العلاجية. لكن إذا استمر الاكتئاب لبضعة أسابيع أو كان شديداً إلى درجة التأثير على نوم الأم أو شهيتها أو قدرتها على العناية بطفلها وأولادها الآخرين، فإن الدواء يكون عادةً ضرورياً للعلاج.

والأدوية المضادة للاكتئاب فعالة جداً لعلاج الاكتئاب ويمكن لمعظم النساء أن يتوقعن تحسناً في المزاج والنوم والشهية والرغبة في العيش خلال فترة تتراوح ما بين أسبوعين وثلاثة أسابيع من بدء تناول الأدوية المضادة للاكتئاب.

## هل الأدوية المضادة للاكتئاب مأمونة الاستعمال خلال الحمل؟

ليست لدينا حالياً معلومات كافية للإجابة القاطعة على هذا السؤال، فالمعلومات التي لدينا مصدرها البحوث على نساء عولجن بمضادات اكتئاب خلال فترة حملهن والنتائج التي تم التوصل إليها فيما إذا كانت هناك تأثيرات جانبية أو عواقب من جراء تناول الدواء.

وهناك أنواع عديدة من الأدوية المضادة للاكتئاب لكن، خلال الحمل، يوجد نوعان رئيسيان يُستعملان في معظم الأحيان، هما: مضادات الاكتئاب مثلثة الدورات (TCAs) ومثبّطات سيروتونين روبتايك المختارة . (SSRIs) ومضادات الاكتئاب مثلثة الدورات متوافرة منذ أكثر من أربعين عاماً في حين أن النوع الثاني أحدث عهداً في السوق لكن مضى على استعماله أكثر من عشرة أعوام.

وقد تناول العديد من النساء هذه الأدوية خلال الحمل، ولا يوجد دليل يشير إلى أن مضادات الاكتئاب هذه تسبب تشوهات خلقية لدى الأطفال.

لكن في حالات نادرة تم تسجيل ولادة أطفال قبل الأوان كانت أمهاتهن تتناولن نوعاً معيّناً من مثبّطات سيروتونين روبتايك المختارة اسمه fluoxetine. كما تم تسجيل معاناة الأطفال من أعراض مرضية نتيجة انقطاع الأم عن الدواء بعد الولادة شملت التصلّب أو الصعوبة في الرضاعة والاستقرار. لكن في جميع هذه الحالات لم تدم هذه التأثيرات الجانبية طويلاً وليس هناك ما يوحي بوجود تأثيرات طويلة الأجل للدواء على هؤلاء الأطفال.

إذا كنت تتناولين هذه الأدوية من الضروري أن تخبري قابلتك وطبيبك بذلك.