



الجمهورية اليمنية  
وزارة الصحة العامة والسكان  
محافظة الحديدة - الجراحي  
معهد الجراحي للعلوم الصحية



## العوامل المؤثرة في إنتشار فقر الدم لدى النساء الحوامل

مدير المعهد  
د. أحمد نايف

مشرف البحث  
د. عمر أفلح

## الإستهلال

قال تعال { يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ  
دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ }

صدق الله العظيم

سورة المجادلة الآية (١١)

## الفهرس

رقم الصفحة	الموضوع	م
III	الإهداء	١
IV	شكر وتقدير	٢
1-1	المقدمة	٣
الاطار العام للدارسة		٤
9-15	فقر الدم	٥
16-19	الحمل	٦
20-23	فقر الدم أثناء الحمل	٧
24-26	عوامل الخطورة لفقر الدم	٨
27-63	الدراسة العملية (الجداول والرسومات البيانية والتحليل)	٩
64	ملخص الاستنتاجات	١٠
65	التوصيات	١١
66-69	ملخص الدراسة	١٢
70-72	المراجع	١٣
73-76	الملاحق	١٣
77	الخاتمة	١٥

## الإهداء

إن كان لأحد بعد الله الملك العلام يستحق الشكر والثناء  
فإننا نهدي ثمار هذا العمل لأبائنا الأكارم من سهروا الليالي  
و الأيام حتى سمو بنا إلى هذا المقام ثم إلى تلك الشموع  
التي احترقت لتضيء لنا دروبنا بالعلم والمعرفة اساتذتنا  
الأفاضل وإدارة معهدنا الموقر على ما أولونا به من رعاية  
و إهتمام على الدوام ...

## شكر و تقدير

الحمد لله الذي وفقنا لهذا ولم نكن لنصل إليه لولا فضله علينا، والحمد لله الذي أنار لنا درب العلم والمعرفة وأضاء الكون بنوره البهي وحده نعبد وله وحده نسجد خاشعين شاكرين لنعمه وفضله علينا في إتمام هذا الجهد والبحث .

والصلاة والسلام على محمد فخراً وإعتزازاً المكرّم بالفردوس الأعلى وسراج الأمة المنير وشفيعها النذير البشير أيام مضت من عمرنا بدأناها بخطوة وها نحن اليوم نقطف ثمار مسيرة أعوام كان هدفنا فيها واضحاً وكنا نسعى في كل يوم لتحقيقه والوصول إليه مهما كان صعباً وها نحن بحمد الله وفضله وصلنا وبيدنا شعلة علم وسنحرص كل الحرص عليها حتى لا تنطفئ ونشكر الله أولاً وأخيراً على أن وفقنا وساعدنا على ذلك.

ثم نتقدم بالشكر إلى من نزل في حقهم قرآن يتلى من لا يمكن للكلمات أن توفيهما حقهما إلى من لا يمكن لعلم ولا لأرقام أن تحصي فضائلهما القلب الحنون من كانت بكل المراحل شمعة تحترق لتنير الدرب وأثقلت الجفون سهراً...

حملت الفؤاد هماً وجاهدت الأيام صبراً... وشغلت البال فكراً... ورفعت الأيدي دعاء... وأيقنت بالله أملاً أعلى الغوالي وأحب الأحباب... ( الأم ) وإلى من نتعلم منه كيف نقف ونبدأ الألف ميل بخطوة لننجح في الصعود وعيناه ترقبنا ( الأب ) وكما نرسل بقلمنا نبضاً قلبياً أسمى آيات الاحترام والمحبة والشكر إلى من لهم الفضل بعد الله في إرشادنا إلى طريق العلم والمعرفة دكاترتنا ومعلمينا الأفاضل:

وبكل الاحترام والتقدير يسرنا أن نرفع أصدق وأخلص كلمات الشكر والعرفان لقدوتنا ومشرفنا ( د/عمر أحمد صالح أفلاح ) الذي كان عوناً لنا بعد الله في إنجاح هذا العمل سائلين الله عز وجل أن يحفظه ويسدد خطاه وأن يتفضل عليه بالخير دائماً حيثما كان وأيضاً خالص الشكر والمحبة والاحترام لمعلمنا ومديرنا الغالي ( د/ أحمد نايف بقش ) .

ونتقدم بالشكر أيضاً إلى أصدقائنا وأحببتنا وزملائنا من مدوا لنا أياديهم البيضاء وكانوا عون لنا ورافقونا في السراء والضراء نشكركم بكل ما تحمله كلمة شكر من معنى ينطقه القلب على ألسنتنا ويعني لنا الكثير و يحمل إليكم الكثير فمن لا يشكر الناس لا يشكر الله.

## المقدمة

الحمد لله القائل في محكم كتابه العزيز (( يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات ))  
والصلاة والسلام على أشرف الخلق محمد صلى الله عليه وعلى آله وصحبه وسلم القائل  
( من سلك طريقاً يبتغي فيه علماً سهل الله له طريقاً إلى الجنة )  
أما بعد ...

- فقد شهد العالم في الآونة المتأخرة إهتماماً متزايداً بدور التغذية في صحة الإنسان وقد أسهمت البرامج الغذائية بدور فاعل ومتميز في تقديم الوجبات الغذائية المتكاملة مراعية في الإعتبار الوضع الصحي من حيث زيادة أو نقص عنصر أو أكثر تبعاً لعدة عوامل منها ( العمر - الجنس - والحالة الفسيولوجية ) كذلك إضافة إلى التقدم التكنولوجي الذي شمل عدة مجالات الحياة من أهمها / التثقيف الغذائي والصحي .
- ومما تجدر الإشارة إليه أن رفع المستوى الغذائي يتوقف على الزيادة في إنتاج المواد الغذائية وحسن توزيعها للأفراد ورفع المستوى المعيشي لهم بل أن حسن إختيار الطعام يعتبر من أهم الأسس التي تنهض بالتغذية السليمة التي هي أساس الوقاية من سوء التغذية التي تؤدي إلى العديد من المشاكل المرضية التي تصيب الإنسان أهمها ( فقر الدم ) .
- ومن هذا المنطلق فإننا وبتكليف من استاذنا القدير الدكتور / عمر أفح سوف نتناول دراسة موضوع هام في الحياة الصحية وهو موضوع ( تقييم عوامل الخطورة لدى النساء الحوامل المصابات بفقر الدم في مديرتي زبيد والجراحي ) .
- ولما كان هذا الموضوع من الأهمية بمكان فإننا سوف نتناول أهم العوامل التي تسبب فقر الدم لدى النساء الحوامل وهو سوء التغذية .
- ونقصد بسوء التغذية عجز الجسم عن الحصول على كفايته من المواد الغذائية كلها أو بعضها بسبب الفقر أو الجهل.
- وبسبب هذا إنتشرت الأنيميا في الدول النامية بين النساء الحوامل حيث أفادت تقارير الصحة العالمية أن 30% من سكان العالم مصابون بفقر الدم .
- وأكثر الفئات تعرضاً له الأطفال والحوامل .
- فقد وجد في بعض شعوبها تفشي أنيميا نقص الحديد وأن أكثر من 50% من سكانها مصابين بالأنيميا وترتبط الأنيميا عادة بارتفاع معدلات الوفيات بين الأمهات الحوامل والمواليد كما قدرت منظمة الصحة العالمية أن حوالي 50% من الحوامل على مستوى العالم يعانون من عوز الحديد .
- ويعد فقر الدم أثناء الحمل مشكلة صحية عامة خاصة في البلدان النامية وهناك إنتشار كبير لفقر الدم بين الحوامل في مناطق اليمن المختلفة بنسبة عالية جداً وذلك بسبب سوء التغذية التي يتحكم فيها الفقر بدرجة أساسية وغياب الوعي الصحي لدى المجتمعات الغير واعية .
- إن تناول دراسة نوعية كهذه لها كفيلة بتقديم العديد من الحلول الناجحة لتفادي مثل هذه العوامل المسببة لإنتشار فقر الدم لدى النساء الحوامل في مديرتي زبيد والجراحي .

# الباب الأول

## الإطار العام للدراسة

- ❖ تاريخ الاستكشاف
- ❖ مشكلة البحث
- ❖ الحدود الزمنية
- ❖ الحدود المكانية
- ❖ تساؤلات البحث
- ❖ أدوات جمع البيانات
- ❖ ادوات البحث
- ❖ منهج البحث
- ❖ عينة الدراسة
- ❖ نبذة مختصرة عن مديرية زبيد
- ❖ نبذة مختصرة عن مديرية الجراحي
- ❖ حجم العينة
- ❖ أهمية مشكلة البحث
- ❖ أهداف الدراسة
- ❖ الفرضيات



## ❖ تاريخ الاستكشاف

اكتشفت علامات فقر الدم الشديد في الأمة البشرية منذ ( ٤٠٠٠ ) عام في تايلاند .

## ❖ أهمية مشكلة الدراسة

يُعد مرض فقر الدم من أهم المشكلات الصحية التي تعاني منها كثير من النساء الحوامل في اليمن ، فهي أحد العوامل الخطيرة التي تؤثر على صحة الجنين ووزن المولود ولا بد من وجود دراسات تبحث في العوامل المساعدة على إنتشار هذه المشكلة من أجل تسهيل برامج الإرشاد والتثقيف الغذائي للحوامل لرفع مستوى الوعي وتقليل مثل هذه المشاكل الصحية والذي قمنا بها في دراستنا هذه والذي نأمل أن يكون له دور في الوقاية من فقر الدم بنقص الحديد بين النساء الحوامل في منطقة الدراسة بمديرتي زبيد والجراحي جنوب محافظة الحديدة وحيث تكمن مشكلة البحث في أن كثير من النساء الحوامل في المنطقتين يُعانين من فقر الدم في ظل قلة أو عدم وجود برامج توعية للنساء الحوامل ، وعدم الاهتمام بتناول الأغذية الغنية بالحديد وفيتامين C أثناء فترة الحمل وعدم إستغلال الموارد المحلية الموجودة في المنطقة مع وجود العادات الغذائية الخاطئة والشائعات الغير صحيحة في فترة الحمل ، وعدم إهتمام النساء الحوامل بضرورة المتابعة في المركز الصحي أو لدى القابلات والمرشدات وكذلك تدني المستوى الإقتصادي للأسرة لما له من أثر في الصحة عامة وفقر الدم خاصة.

## ❖ الحدود الزمنية

خلال الفترة من شهر فبراير - ابريل - ٢٠٢٣ م

## ❖ الحدود المكانية

أجريت الدراسة في المراكز الصحية الآتية ... مركز زبيد الصحي - مستوصف الاسرة بزبيد - مستشفى زبيد العام - مركز الأمومة والطفولة بالجراحي - مركز السلام بالجراحي .

## ❖ تساؤلات البحث

- ١- ماهي العوامل المؤثرة على إنتشار مرض فقر الدم في النساء الحوامل ؟
- ٢- ماهي نسبة إنتشار مرض فقر الدم لدى النساء الحوامل المترددات على مراكز رعاية الحامل ؟

### ❖ أدوات جمع البيانات

— تصميم إستمارة إستبيان لتحديد العوامل الخطرة التي تسبب مرض فقر الدم معتمدة على المراجع والأبحاث والمقالات المتعلقة بهذا الموضوع متضمنة بيانات المريضة الديموغرافية لتاريخ المرض والنساء الخاصات بالدراسة .

### ❖ أدوات البحث

١- الإستبيان

٢- المقابلة

### ❖ منهج البحث

١- وصفي

٢- إستكشافي

٣- تحليلي

### ❖ عينة الدراسة

عينة من النساء والحوامل المترددات على مراكز رعاية الحوامل بمديرتي زبيد والجراحي طبقاً للمواصفات التالية :-

١- أن يكون العمر الحلمي في الثلث الثاني أو الثالث .

٢- أن يكون مستوى الهيموجلوبين لديهن أقل من ١١ ملم/ دل .

## نبذة تعريفية عن المرأة :-

المرأة هي عماد الحضارة ولها دور عظيم في قيام الحضارات فالمرأة هي الأم والأخت والعمة والخالة والجددة والزوجة هي شريكة الرجل في تحمل مسؤوليات وأعباء الحياة وقد كلفها الله مع الرجل في الإستخلاف في الأرض وتربية الأبناء وتنشئتهم تنشئة سوية وجعلها درجة واحدة مع الرجل في التكريم والإجلال ، أن المرأة تتكفل بإعالة الأسرة عند عدم وجود معيل وهي تتبع طرق واساليب كثيرة لكسب العيش فهي تعمل كمزارعة في المزرعة وتقوم بإنتاج المحاصيل الزراعية وتقوم بالأعمال المنزلية بالإضافة إلى تربية الحيوانات وجلب الماء وتعمل في التجارة والتسويق للمنتجات الزراعية بالإضافة إلى دورها في إدارة المنزل والمهن الطبية والتعليمية ومنهن من تعمل في الحرف اليدوية وهي تنافس الرجال في مجالات العمل المختلفة منذ القدم، كان للنساء دور أساسي وكبير في الرعاية الصحية وذلك من خلال التمريض وإستعمال الأعشاب الطبية وتأمين العلاقات المنزلية ، وهي تساهم أيضاً بشكل أساسي في الأنشطة الإقتصادية ويختلف دورها إختلافاً كبيراً من منطقة لأخرى.

## ❖ نبذة مختصرة عن مديرية زبيد

### مديرية زبيد :-

تعتبر زبيد مدينة من المدن اليمنية التي تحتل موقعاً ذا أهمية أثرية وتاريخية فريدة بفضل هندستها المحلية والعسكرية وتخطيطها المدني بالإضافة إلى أنها كانت عاصمة اليمن من القرن الثالث عشر إلى القرن الخامس عشر إشتهرت زبيد بأهمية تاريخها في العالم العربي على مدى قرون من الزمن .

عدد سكان زبيد :- يبلغ ( ٢٩٠٨٥٠ ) نسمة حسب الإحصاء الذي جرى عام ٢٠٠٤م كما أدرجت زبيد في قائمة التراث العالمي .

موقع زبيد :- تقع في موقع متوسط في سهل تهامة الذي يمثل القسم الغربي من اليمن وتبعد عن صنعاء العاصمة حوالي ٢٣٣ كم باتجاه الجنوب الشرقي كما أن مدينة زبيد التاريخية تحتل موقعاً متوسطاً بين البحر الأحمر الواقع غرب المدينة وسلسلة الجبال الواقعة إلى الشرق منها حيث تبعد عن كل منهما مسافة ( ٢٠ كم )

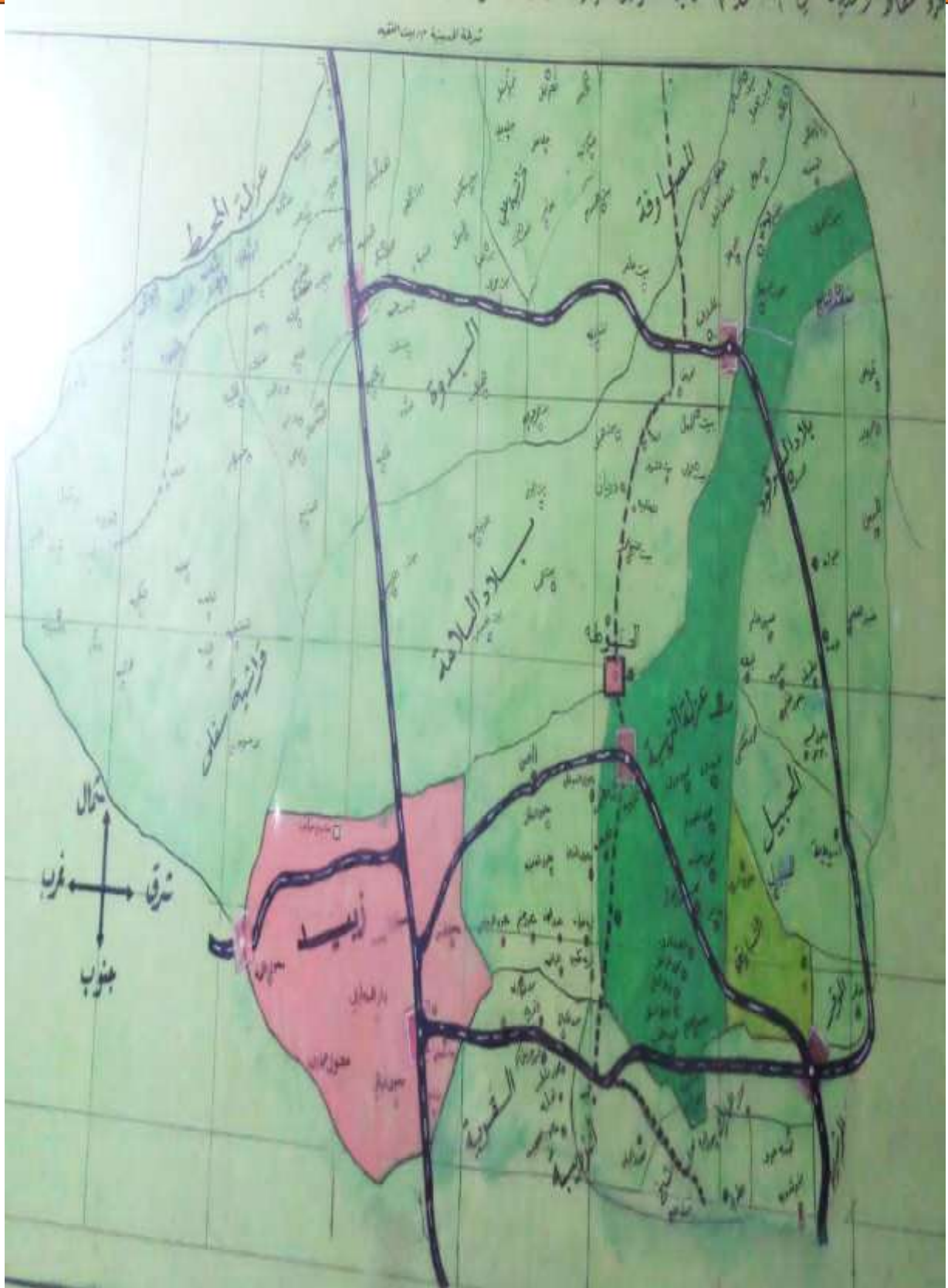
### مؤسس مدينة زبيد :-

محمد بن عبدالله بن زياد بن الأموي مؤسس الدولة الزيادية باليمن وهو أحد ثلاثة ثوار أمويين قدموا إلى الخليفة العباسي المأمون فحكم على إثنان منهما بالقتل وعفى عن الثالث وهو محمد بن عبدالله بن زياد وقد أشار الفضيل بن سهيل وزير المأمون علي الخليفة بإرسال أميراً للجيش العباسي إلى اليمن فأرسله الخليفة المأمون في عام ( ٢٠٣ هـ - ٨١٩م ) فدخل اليمن بعد موسم الحج فبنى مدينة زبيد في التسعينات ( ٢٠٣ هـ - ٨١٩م ) وجعلها عاصمة له .

### أبواب زبيد التاريخية :-

عدد أبواب زبيد أربعة أبواب لكل باب وظيفة خاصة وكان هناك عدداً من القبائل المحددة تدخل وتخرج من هذه الأبواب وفق العديد من القوانين التي تم تصنيفها من قبل السلطات التي حكمت زبيد التي تعتبر من المدن المميزة والتي ازدهرت في العديد من المجالات المختلفة وهذا ما جعل منها وهياًها لتكون عاصمة لليمن لمدة ثلاثة قرون وبناء على هذه المقومات تم تصنيفها ضمن المعالم التراثية الإنسانية البارزة من قبل اليونسكو وتقسّم المدينة إلى أربعة أحياء لكل حي منها مميزاته وأهميته ويسمى كل حي ربع وفي الآتي أسماء أبواب مدينة زبيد :-

- ١- باب سهام وهو الباب الرئيسي ويقع في الشمال .
- ٢- باب القرتب ويقع في الجنوب من قرية القرتب .
- ٣- باب النخل أو باب الغرب ويقع غرب المدينة .
- ٤- باب الشباريق ويقع في شرق المدينة .



## ❖ نبذة مختصره عن مديرية الجراحي

### ❖ مديرية الجراحي :-

تعتبر مديرية الجراحي من أكبر المديريات أهمية في محافظة الحديدة من حيث المساحة حيث تقدر مساحتها بحوالي (٦٢٥ كم) تقريباً .

### - الموقع والحدود :-

تقع مديرية الجراحي جنوب محافظة الحديدة بمسافة تقدر بحوالي (١١٠ كم) يحدها من الشرق مديرية جبل راس وبعض المناطق التابعة لمحافظة ذمار مثل وصاب ويحدها من الغرب مديرية الخوخة ومديرية التحيتا ويحدها من الجنوب مديرية حيس ويحدها من الشمال زبيد و تقع على الطريق الرئيسي الذي يربط بين محافظتي الحديدة وتعز وتبعد عن زبيد (١٠ كم) إتجاه تعز .

### - سكان المديرية :-

يبلغ عدد السكان لمديرية الجراحي (١٤٥٢٦٥) نسمة تقريباً حسب تعداد ٢٠٠٤ م وتقدر نسبة الزيادة في النمو السكاني حوالي (١٠.٢٣٧) نسمة سنوياً ويبلغ معدل النمو السكاني حوالي (١٧٣.١٥٥) نسمة تقريباً سنوياً.

### - الحالة المعيشة والدخل لسكان المديرية :-

تعتبر معظم سكان مديرية الجراحي فوق خط الفقر بحيث أنهم يعتمدون في معيشتهم على الزراعة والثروة الحيوانية والحرف اليدوية والتجارة بنسبة ضئيلة موظفين رسمياً .



### ❖ حجم العينة :-

(٢١٦) حالة من المراكز الصحية لمديرتي زبيد والجراحي

### ❖ أهداف البحث :-

- الهدف الخاص :

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى إنتشار فقر الدم لدى النساء الحوامل بمنطقة الدراسة وتقييم عوامل الخطر والعوامل المرتبطة بها .

حيث نهدف في هذه الدراسة إلى معرفة أسباب إنتشار فقر الدم والعادات الغذائية بين النساء الحوامل والعوامل المؤثرة في ذلك.

- الهدف العام :

نسعى من خلال الدراسة إلى إعداد مشروع كتيب إرشادي توعوي لرفع مستوى وعي النساء الحوامل بأسباب المرض والوقاية من الإصابة بفقر الدم لغرض التقليل من الإنتشار والحد من المضاعفات .

### ❖ فرضيات البحث

١ . يوجد علاقة بين إنتشار فقر الدم لدى النساء الحوامل وبين المواد الغذائية التي تتناولها .

٢ . تدني مستوى الوعي لدى النساء الحوامل بالعوامل المؤثرة للإصابة بفقر الدم والمضاعفات الناتجة عن ذلك .

٣ . وجود علاقة بين فقر الدم لدى الحوامل وبعض الأمراض .

# الباب الثاني



## ( الفصل الأول )

## فقر الدم

- ١- التعريف definition
- ٢- الأسباب causes
- ٣- عوامل الخطر لظهور مرض فقر الدم  
risk factors
- ٤- أنواع فقر الدم types of anemia
- ٥- أعراض مرض فقر الدم symptoms
- ٦- المضاعفات complication
- ٧- تشخيص فقر الدم diagnosis
- ٨- الوقاية من مرض فقر الدم prevention

## ❖ مرض فقر الدم Anemia :-

### التعريف : Definition :

**فقر الدم: [Anemia]** هو عبارة عن حالة مرضية تحدث بسبب انخفاض عدد خلايا الدم الحمراء السليمة في الجسم أو الهيموجلوبين وهو المكون الرئيسي لخلايا الدم الحمراء والمسؤول عن نقل الأكسجين إلى خلايا الجسم مما يؤدي إلى عدم حصول الجسم على إحتياجاته الكافية من الأكسجين [1].

- تدل إحصائيات منظمة الصحة العالمية أن نسبة المصابين بفقر الدم عالمياً تعادل 24.8 % من سكان العالم ويصل إنتشار المرض إلى أعلى معدلاته في صفوف الأطفال قبل سن التعليم المدرسي 47.4 % وإلى أدنى معدلاته بين الرجال 12.7 % [2,3].

### الأسباب: Causes :

- (١) النزيف hemorrhagic
- (٢) أمراض الجهاز الهضمي Digestiv bleedig
- (٣) نزيف الدورة الشهرية Menstrual bleeding
- (٤) إستعمال مضادات الالتهابات الستيروئيدية Use NSID
- (٥) المواد السامة Toxic substances
- (٦) خلل في إنتاج الخلايا الحمراء Red cell production
- (٧) إرتفاع ضغط الدم الحاد S. Hypertension
- (٨) تضخم الطحال SPLENOMEGALY
- (٩) الإصابة بالعدوى INFECTION
- (١٠) مشاكل في تخثر الدم BLOOD CLOTTING
- (١١) القصور الكلوي R. F

عوامل الخطر لظهور مرض فقر الدم :

- ١) سوء التغذية: تناول أطعمة فقيرة بالحديد والفيتامينات أهمها حمض الفوليك حيث أن نقص هذه المكونات تؤدي إلى الإصابة بفقر الدم فالجسم بحاجة إلى الحديد والبروتينات والفيتامينات لكي ينتج كمية كافية من خلايا الدم الحمراء.
- ٢) الإصابة بأمراض واضطرابات في الأمعاء: مما يؤثر على قدرة الجسم على إمتصاص الفيتامينات والحديد.
- ٣) الحيض: النساء في سن الخصوبة يكنّ أكثر عرضة للإصابة بفقر الدم نتيجة فقد كميات كبيرة من الدم أثناء فترة الحيض.
- ٤) الحمل: بسبب الحمل ينقص مخزون الحديد في الجسم لأن أغلب مخزون الحديد يحتاج إليه الجنين للنمو.
- ٥) الإصابة بأمراض مزمنة: مثل السرطان والفشل الكلوي أو أي مرض مزمن آخر.
- ٦) العوامل الوراثية: وجود تاريخ مرضي في العائلة لحالات فقر الدم التي تنتقل بالوراثة كفقر الدم المنجلي وهذا يشكل عامل خطر للإصابة بفقر الدم على أساس وراثي.

أنواع فقر الدم:١) فقر دم ناجم عن نقص الحديد: [Iron deficiency anemia]

- الحديد هو جزء أساسي في تركيب هيموجلوبين خلايا الدم الحمراء وبدون الحديد لا يتمكن الدم من نقل الأكسجين إلى الجسم بشكل فعال يحصل الجسم على الحديد من خلال النظام الغذائي اليومي وكمية الحديد لدى الإنسان الطبيعي البالغ تتراوح بين 2000 إلى 3000 ملغ تقريباً يتواجد المخزون الأساسي في كريات الدم الحمراء على شكل

- هيموجلوبين ويخزن الجسم فائض كمية الحديد في الكبد والطحال ونخاع العظم وهي تشكل مخزناً للحديد الزائد عن الحاجة [4].
- يحدث فقر الدم الناجم عن نقص الحديد عندما يقل مخزون الجسم من الحديد ويحدث ذلك لأسباب عدة منها: فقدان الجسم لخلايا الدم الحمراء والحديد بنسبة تفوق إنتاج كل منهما أو عدم قدرة الجسم على إمتصاص الحديد [5].

### ٢) فقر الدم الناجم عن نقص الفيتامينات: [Vitamin Deficiency anemia]

- ينتج هذا النوع من فقر الدم بسبب نقص عدد كريات الدم الحمراء بسبب نقص بعض الفيتامينات في الجسم وتشمل حمض الفوليك المعروف بإسم فيتامين (B9) الفولاسين وفيتامين B12 وفيتامين ج ويحدث هذا النقص عند عدم تناول الأغذية الغنية بهذه الفيتامينات مثل: الفاكهة و الخضار واللحوم والبيض والحليب ، وقد يحدث المرض رغم تناول نظام غذائي غني بهذه الفيتامينات عندما لا يتمكن الجسم من إمتصاصها بسبب وجود أمراض مزمنة في الأمعاء ناتجة عن تناول الكحول أو التدخين أو إزالة جزء كبير من الأمعاء الدقيقة جراحياً [6].

### ٣) فقر الدم اللاتخليقي : [Aplastic Anemia]

- يسمى هذا المرض فشل نخاع العظم وينتج عندما يفشل نخاع العظم عن إنتاج كميات كافية من خلايا الدم البيضاء والحمراء والصفائح الدموية وكذلك بواسطة نسيج إسفنجي داخل العظم ، وقد يكون هذا المرض وراثياً ينتقل من الآباء إلى الأبناء وقد يكون مكتسباً [7].
- من أسباب حدوث فقر الدم اللاتخليقي العلاج الكيميائي أو العلاج بالأشعة الخاصة في الجرعات مرتفعة التركيز أو التعرض لمواد كيميائية معينة مثل البنزين أو عدوى من فيروسات معينة خاصة فيروس اليرقان أو أمراض المناعة الذاتية.

مثل داء الذئبة: مرض الذئبة هو مرض مناعي ذاتي مزمن يمكن أن يتلف أي جزء من الجسم (مثل: الجلد، المفاصل، والأعضاء) كما أنها غير معدية. أنواع الذئبة الحمراء: الذئبة الحمامية الجهازية (المجموعية): وهي الأكثر شيوعًا؛ حيث يكون خفيفًا أو حادًا، ويمكن أن يؤثر في أجزاء كثيرة من الجسم. قد يؤدي مرض الذئبة إلى مشكلات في الدم، بما في ذلك انخفاض عدد كرات الدم الحمراء السليمة (فقر الدم) وزيادة فرص النزيف أو تكوُّن جلطات الدم ويمكن أيضاً أن يسبب التهاب الأوعية الدموية والرتان وتزيد الإصابة بمرض الذئبة فرص الإصابة بالتهاب بطانة التجويف الصدري، ما قد يجعل التنفس مؤلماً [8].

#### ٤) فقر الدم الناتج عن انحلال الدم [Hemolysis]:-

قد يحدث المرض بسبب التعرض للعدوى أو استخدام بعض الأدوية أو التعرض للسموم وبعض التفاعلات المناعية [9]. ومن أهم أسباب مرض فقر الدم الناجم عن انحلال الدم تلقي دم من فصيلة الدم الخطأ حيث يبدأ الجسم بإنتاج أجسام مضادة تعمل على تدمير خلايا الدم الحمراء أو تختلف عملية إنتاج الأجسام المضادة اعتماداً على شدة الحالة والعمر ومدى تقبل الجسم للأدوية وتشمل خيارات العلاج من فقر الدم الانحلالي نقل الدم أو الجلوبيولين المناعي الوريدي أو التدخلات الجراحية [10].

#### ٥) فقر الدم المنجلي [Sickle Cell Anemia]:-

هذا النوع من فقر الدم يكون أحياناً حاداً وينتقل بالوراثة ويحدث نتيجة لخلل في تركيب الهيموجلوبين الذي يجعل خلايا الدم الحمراء ذات شكل يشبه المنجل مما يسبب ضمور هذه الخلايا وموتها قبل الأوان فيسبب نقص مزمن في خلايا الدم الحمراء كما أنها تفقد مرونتها مما يؤدي إلى انسداد الشعيرات الدموية الصغيرة عند مرورها من خلالها فيعيق تزويد الأنسجة بالدم ويتم تشخيص هذا المرض بسهولة عند إجراء الإختبارات الروتينية ويعد العلاج الوحيد المتاح لهذا المرض هو زراعة نخاع العظم أو زراعة الخلايا الجذعية (Bon Marrow Transplant) [11].

#### ٦) فقر الدم الناجم عن مرض في نخاع العظم:-

بسبب مرض إبيضاض الدم [Leukemia] ومرض خلل النسيج النخاعي [Myelodysplasia] وأمراض أخرى تؤثر على قدرة النخاع الشوكي على إنتاج خلايا الدم والإصابة بفقر الدم [12].

**٧) فقر الدم بسبب لأمراض مزمنة chronic diseases**

يؤدي الإصابة بأمراض مزمنة مثل السرطان ومتلازمة العوز المناعي المكتسب [AIDS] او مرض النقرس او الفشل الكلوي او أمراض التهابية مزمنة أخرى إلى نقص إنتاج خلايا الدم الحمراء وتسبب في فقر الدم المزمن [13].

**٨) أنواع أخرى من فقر الدم:-**

هنالك أنواع أخرى إضافية من أمراض فقر الدم وهو أنواع أكثر ندرة مثل الثلاسيميا وهو اضطراب وراثي في الدم ينتج عن طفرة في تركيب الحمض النووي DNA تسبب الطفرة بنقص في إنتاج هيموجلوبين الدم وخلايا الدم الحمراء في الجسم مما يؤدي إلى فقر الدم وهناك عدة أنواع من مرض الثلاسيميا مثل الفا ثلاسيميا وبيتا ثلاسيميا وفقر دم البحر الأبيض المتوسط ويعتمد علاج مرض الثلاسيميا على نوع الثلاسيميا ويتضمن العلاج نقل الدم المتكرر وزرع نخاع العظم وزرع الخلايا الجذعية [14].

**أعراض المرض [فقر الدم]:**

- ١) التعب Fatigue
- ٢) شحوب البشرة Pale skin
- ٣) خفقان القلب السريع و الغير منتظم Irregular heart
- ٤) نبضات القلب سريعة Tachycardia
- ٥) ضيق في التنفس Dyspnia
- ٦) الدوخة dizziness
- ٧) الصداع headache
- ٨) إحتشاء عضلات القلب Myocardial infarction
- ٩) برودة اليدين والقدمين Cold feet and hand
- ١٠) تغيرات في الحالة الإدراكية Change in the cognitive and state [15]

**المضاعفات: complication:**

- من المضاعفات التأثيرات الجانبية لمرض فقر الدم ومنها :
- ١- فرط التعب **fatigue**
  - ٢- عدم القدرة على القيام بأي مجهود **inability**
  - ٣- زيادة النبض **increased puls (Tachycardia)**
  - ٤- اضطراب نظم القلب **heart erythema**
  - ٥- فشل القلب **hart failure**
  - ٦- ضرر الأعصاب **nerve damage**
  - ٧- تغيرات في الحالة الإدراكية **Change in the cognitive and state**
  - ٨- الموت **Death**

**تشخيص فقر الدم:**

يتم تشخيص فقر الدم عن طريق دراسة التاريخ الطبي للمريض وإجراء فحص شامل وإختبارات دم بما في ذلك العد الدموي الشامل وهو الإختبار الذي يفحص تركيز خلايا الدم الحمراء لمستوى الهيموجلوبين في الدم حيث تتراوح القيم الطبيعية لخلايا الدم الحمراء في الإنسان البالغ بين (4.3-5.6) مليون لكل ميكرو لتر لدى الذكور وبين (4-5.4) مليون لكل ميكرو لتر لدى الإناث بينما تتراوح القيم الطبيعية للهيموجلوبين لدى الإنسان البالغ بين 14 - 18 غرام لكل ديسيلتر لدى الذكور وبين 12 - 16 غرام لكل ديسيلتر لدى الإناث كما يتم فحص الخلايا تحت المجهر ودراستها من حيث الحجم والشكل واللون.

**الوقاية من مرض فقر الدم:**

أغلب حالات فقر الدم قابلة لل منع ولكن بالإمكان منع ظهور فقر الدم الناجم عن نقص الحديد وفقر الدم الناجم عن نقص الفيتامينات بواسطة التغذية المتوازنة والمتنوعة التي تحتوي على:-

- ١- Iron الحديد
- ٢- Folic acid حمض الفوليك
- ٣- Vit...B12 فيتامين
- ٤- Vit...C فيتامين سي
- ٥- إجراء فحوصات الدم بانتظام والإمتناع عن التدخين وتناول الكحول

## ( الفصل الثاني )

## الحمل

- ❖ مقدمة عن الحمل
- ❖ تعريف الحمل
- ❖ التغيرات الفسيولوجية عند النساء الحوامل
- ❖ التغيرات الديناميكية للأم
- ❖ حجم البلازما
- ❖ كريات الدم الحمراء
- ❖ كيف يحدث الحمل
- ❖ أنواع الحمل
- ❖ تشخيص الحمل



❖ مقدمة عن الحمل:-

الحمل ظاهرة طبيعية تصاحبها بعض التغيرات البيوكيميائية والفيزيولوجية التي تطرأ على جسم الحامل ويعود ذلك إلى الإفرازات الهرمونية التي تميز هذه الفترة مما يؤدي إلى إحداث خلل في بعض الوظائف التي قد تؤدي إلى ظهور بعض الأمراض المرتبطة فقط بفترة الحمل وتزول مع إنتهاء هذه الفترة.

تعريف الحمل:-

(١) الحمل: هو عبارة عن جملة من التغيرات الفيزيولوجية التي تطرأ على جسم المرأة الحامل حيث يصاحب هذه التغيرات بعض الإفرازات الهرمونية التي يقوم بها جسم الأنثى والتي تعمل على ضمان إستمرار الجنين ونموه الطبيعي [16].

التغيرات الفسيولوجية عند النساء الحوامل:-

- من هذه التغيرات الفسيولوجية زيادة وزن المرأة الحامل نتيجة الاحتفاظ بالسوائل حيث أن زيادة حجم البلازما يؤدي إلى احتباس السوائل بالإضافة إلى زيادة 20% من بروتينات البلازما المخزنة كذلك نلاحظ زيادة في نشاط الألدوستيرون وزيادة الرنين أثناء الحمل وزيادة نشاط الأثروروبوتين خلال فترة الحمل ومن التغيرات الهرمونية الأخرى زيادة إنتاج كريات الدم الحمراء.
- إرتفاع إفراز البرولاكتين المشيمي وخاصة في الثلث الثاني من الحمل وأيضاً للإستروجينات علاقة طردية مع إنتاج الإثروروبوتين حيث أن زيادة الإستروجينات في المشيمة خلال فترة الحمل يؤدي إلى زيادة الإثروروبوتين وبالتالي زيادة إنتاج الكريات الدموية الحمراء.

### التغيرات الديناميكية للأم:-

يرتبط بتوسيع الأوعية الدموية الجهازية وكتلتي الأم ويحدث هذا التوسيع للعمل في وقت مبكر يصل إلى (٥) أسابيع يسبق المشيمة الكاملة للدورة الدموية الرحمية من الثلث الثاني من الحمل مع زيادة طفيفة من الفترة المتبقية والنقص هو 35% إلى 43% من خط الأساس تزداد مقاومة الأوعية الدموية الجهازية إلى مستويات قريبة من مرحلة ما قبل الحمل وبعد الولادة ، وبعد أسبوعين من الولادة تعود ديناميكا الدم للأم إلى حد كبير إلى مستويات غير الحامل وتزيد مقاومة الأوعية الدموية الجهازية إلى مستويات قريبة من مرحلة ما قبل الحمل .

### حجم البلازما:-

- يزداد حجم البلازما بنسبة من 10 إلى 15% في فترة الحمل في الفترة من 6 إلى 18 أسبوع وتكون الزيادة سريعة حتى الفترة من 30 إلى 34 أسبوع ويبلغ معدل زيادة حجم البلازما عند إكمال الحمل من 1100 إلى 1900 مل وبهذه الزيادة يصل حجم البلازما من 4200 إلى 5200 مل لزيادة تقدر بـ 30 إلى 50% أعلى مما عند المرأة غير الحامل.
- ربما يكون ذلك بسبب الإرتفاع في نسبة البلازما في التزامن مع زيادة إفراز هرمون الإلدوستيرون ولزيادة نشاط الرنين [بروتين الكلى] بالبلازما أثناء الحمل.

### كريات الدم الحمراء:-

تبدأ كريات الدم الحمراء في الزيادة في الفترة من 8 إلى 10 أسابيع من الحمل كما تزداد نسبة كريات الدم الحمراء في النساء الحوامل اللاتي يتلقين مكملات الحديد بنسبة من 20 إلى 30 % [250 – 450] مل. وقد تبلغ الزيادة في كريات الدم الحمراء بنسبة من 15 إلى 20 % في النساء اللاتي يتلقين مكملات الحديد [17].

### كيف يحدث الحمل:-

- يحدث الحمل عندما يلقي الحي وأن المنوي البويضة ويتحدا معاً.
- تبدأ إنتاج الحيوانات المنوية في خصيتي الرجال أو الأشخاص المخصصين للذكورة عند الولادة أثناء القذف يتم تحديد الملايين من خلايا الحيوانات المنوية بهدف وحيد هو إيجاد بويضة للتخصيب عند ممارسة الجنس دون وقاية تقذف الحيوانات المنوية عبر المهبل حيث تعبر إلى قناتي فالوب تتصارع الملايين من الحيوانات المنوية للوصول إلى البويضة واختراقها لكن واحد فقط يخترق الطبقة الخارجية للبويضة لتخصيبها والبويضة إذا لم يتم تخصيبها فإنها تذوب.
- تسمى البويضة التي أخصبت [البويضة الملقحة].
- تستمر البويضة الملقحة في التحرك إلى أسفل قناة فالوب وتنقسم إلى خليتين ثم أربع خلايا ثم المزيد من الخلايا بعد حوالي أسبوع من إخصاب الحيوانات المنوية للبويضة تنتقل البويضة الملقحة إلى الرحم.
- وهي تتنامى لتصل إلى 100 خلية تسمى الكليسة الأريمية.
- بعد ذلك تلصق الكليسة الأريمية نفسها ببطانة الرحم وتسمى هذه العملية عملية التعلق بالزرع ومع ذلك ليس لمجرد حدوث الحمل يعني أن الإنغراس سوف يحدث وفي بعض الأحيان لا يحدث الإنغراس وتستمر الخلايا في الإنقسام لتطور بعض الخلايا لتصل إلى تكوين [طفل] بينما تشكل الخلايا الأخرى المشيمة [18].

### أنواع الحمل:-

#### ١) الحمل داخل الرحم [Intrauterine Pregnancy]

الحمل داخل الرحم هو الحمل الطبيعي الذي يتم عن طريق التصاق البويضة المخصبة بجدار الرحم.

#### ٢) الحمل العنقودي [Molar Pregnancy]

### الحمل العنقودي نوعان كامل وجزئي:-

- يحدث الحمل العنقودي الكامل عندما تتشكل المشيمة في الرحم بدون جنين.
- ينتج الرحم العنقودي الجزئي عندما يقوم حيوانين منويين بتخصيب بويضة واحدة.

### (٣) الحمل خارج الرحم [ectopic Pregnancy]

يحدث الحمل خارج الرحم عندما تزرع البويضة المخصبة في مكان آخر غير بطانة الرحم.

### (٤) الحمل داخل البطن [Intra – abdominal Pregnancy]

وهو يحدث عادة في الحمل الثاني من الولادة القيصرية حيث يمكن للندبة الناتجة عن الولادة القيصرية أن تنمو أو تنضج مما يسمح للجنين بالإنزلاق في تجويف البطن.

### (٥) الحمل المنفرد [Single Pregnancy]

يعتبر الحمل المنفرد من أكثر انواع الحمل شيوعاً وهو الحمل الذي يحدث نتيجة إلتقاء بويضة واحدة مع حي وأن منوي واحد.

### (٦) الحمل المتعدد [Multiple Pregnancy]

يحدث الحمل المتعدد نتيجة لتخصيب بويضات متعددة في نفس الوقت.

### (٧) الحمل البيوكيميائي [Biochemical Pregnancy]

وهو مصطلح طبي يعني فقدان الحمل الذي يحدث بعد فترة وجيزة من الالتصاق ويحدث بشكل عام قبل أن تتمكن الموجات فوق الصوتية من الكشف عن نبض قلب الجنين حيث تزرع البويضة في الرحم لكنها تكون غير قادرة على النمو لسبب ما .

### (٨) الحمل المعقد [Breech presentation Pregnancy]

وهو من أنواع الحمل التي يكون فيها وضع أرداف أو قدمي الجنين بالقرب من عنق الرحم والطبيعي أن يكون رأس الجنين إلى أسفل تجاه قناة الولادة [19-20-21-22-23-24].

### تشخيص الحمل:-

- (١) إختبار الحمل عن طريق الدم او البول
- (٢) الأمواج فوق الصوتية [25].

## (الفصل الثالث)

فقر الدم اثناء الحمل

Anemia in Pregnancy

- ❖ التعريف definition
- ❖ العلامات والأعراض Symptoms
- ❖ الأسباب causes
- ❖ التشخيص Diagnosis
- ❖ الوقاية Prevention
- ❖ العلاج Treatment

## التعريف : Definition

فقر الدم أثناء الحمل هو إنخفاض في إجمالي خلايا الدم الحمراء أو إنخفاض الهيموجلوبين في الدم أثناء الحمل أو فترة ما بعد الحمل وهي تنطوي على إنخفاض في قدرة الأكسجين على تغذية الجسم أثناء الحمل وفقر الدم هو حالة شائعة للغاية أثناء الحمل أو بعد الولادة في جميع أنحاء العالم والتي قد تؤدي إلى عدد من المخاطر الصحية للأم والطفل<sup>[26]</sup>.

## العلامات الاعراض :Symptoms

- |                     |                                   |
|---------------------|-----------------------------------|
| fatigue             | ١- التعب                          |
| palleness           | ٢- الشحوب                         |
| fainting            | ٣- الإغماء                        |
| difficult breathing | ٤- صعوبة التنفس <sup>[15]</sup> . |

## الاسباب :Causes

ينتج فقر الدم عن ضعف في إنتاج كريات الدم الحمراء وزيادة تدمير كريات الدم الحمراء ويعتبر فقدان الدم السبب الأكثر شيوعاً وذلك بسبب نقص الحديد لأن نقص الحديد أثناء الحمل يؤدي بشكل مستقبلي إلى حدوث العديد من المخاطر على الأم والجنين<sup>[28]</sup>.

## اسباب نقص الهيموجلوبين عند النساء

يحدث فقر الدم الناتج عن نقص الحديد غالباً عند النساء أكثر من الرجال وذلك بسببين هما :-

١- **الحمل** : تحتاج المرأة الحامل لضعف كمية الحديد وحمض الفوليك اللازم لبناء جسم الجنين وجسمها وأن نقص الحديد قد يؤدي لإنخفاض مستوى كريات الدم الحمراء وبالتالي إنخفاض هيموجلوبين الدم الذي يعد أساسياً لتوفير كميات الأكسجين اللازمة للجسم .

٢- **الحيض** : تخسر المرأة شهرياً كمية من الدم مع إنسلاخ بطانة الرحم وانفجار البويضة وتصاحبها عدم الرغبة بالأكل مما يؤدي لحدوث مشاكل ، وسوء التغذية يؤدي لافتقار الجسم لكمية الحديد اللازمة لتكوين جزئيات الهيموجلوبين .

يشترك الذكر والأنثى بنفس قيمة قوة الدم وبنسبة كريات الدم الحمراء خلال مرحلة الطفولة حتى البلوغ ثم يبدأ الاختلاف فيتميز الرجل بعدد أكبر لكريات الدم الحمراء ويعود هذا الاختلاف لسببين رئيسيين هما .

عند البلوغ وفق فترة الخصوبة تتعرض الأنثى لفقد الدم بشكل شهري من خلال الدورة الشهرية ويحافظ الجسم على مستوى أقل لكل من الحديد وكريات الدم الحمراء .

— وجود هرمون الإندروجين في جسم الرجل بشكل أعلى محفز بالجسم لصناعة كمية أكبر من كريات الدم الحمراء مقارنة بالأنثى .

يلاحظ أن الأنثى بعد سنقطاع الطمث تصبح قيم قوة الدم لديها مساوية للذكر وذلك لتغير مستوى الهرمونات في جسمها وإنقطاع الحيض [29].

### الأمراض المعدية :

مثل فيروس نقص المناعة المكتسب (الإيدز) والسل ، ومرض الدودة الشريطية والملاريا في البلدان النامية ، تشير التقديرات إلى أن حوالي 40% من أطفال المدرسة و50% من النساء الحوامل مصابون بفقر الدم و20% من وفيات الأمهات تكون بسبب فقر الدم حيث تمثل العواقب الصحية لفقر الدم إنخفاض نتائج الحمل وضعف النمو الإدراكي والبدني [30].

### سوء التغذية :

نظراً لسوء التغذية لن يتمكن الجسم من إنتاج الهيموجلوبين بما فيه الكفاية مما يؤدي إلى فقر الدم ونظراً لذلك هناك إنخفاض في كتلة خلية الدم وبالتالي هناك حاجة إلى عدد أكبر من كرات الدم الحمراء [6].

### وجود أمراض في الجهاز الهضمي :

وجود امراض في الجهاز الهضمي تؤدي إلى نزيف مما يؤدي إلى حدوث نقص في الهيموجلوبين مما يؤدي إلى نقص مخزون الحديد مما يؤدي إلى فقر الدم مثل القرحة الهضمية او مشاكل في الجهاز الهضمي العلوي أو السفلي [16,17,18].

### بكتيريا القرحة :

تعيش هذه الميكروبات في مجرى الجهاز الهضمي وبعد عدة سنوات تسبب قرحة في بطانة المعدة أو الأمعاء الدقيقة لذلك فإن نسبة عالية من المرضى الذين يعانون من فقر الدم الغذائي قد يكون لديهم اضطرابات هضمية محتملة بسبب فقر الدم المزمن وهذا شائع في الأشخاص الذين يعانون من نقص الدم ، وكبار السن ومرضى السكري أيضاً كما يمكن أن يأتي فقر الدم الشديد بنتيجة فقدان الدم أثناء الحيض والولادة وسرطان الأمعاء وإضطراب يعيق قدرة الدم على التخثر [16,17,18].

### عيب في إنزيم تخليق الهيم :

تؤدي إلى إختلاف في المسار النهائي لتخفيف الهيم وتراكم كرات الدم الحمراء غير الناضجة المحتوية على الحديد يصنف على أنه نوع من أنواع فقر الدم وضعف الكريات وناقصة الصباغ [9].

### التشخيص Diagnosis :

الإختبار الأكثر فائدة للتشخيص هو إنخفاض كريات الدم الحمراء ولكن قيم الهيموجلوبين والهيماتوكريت هي الأكثر إستخداماً في إجراء التشخيص الأول لفقر الدم أن القيم لا تكون هي الأكثر في الأحيان بالنسبة للنساء الحوامل بالإضافة إلى ذلك غالباً ما تتغير القيم طوال فترة الحمل.

التغيرات الهرمونية في المرأة الحامل تؤدي إلى زيادة في حجم الدم يصل 1.5 /كجم مع اجمالي الدم ما يقارب 6000-1000 مل بينما تزيد كتلة الخلايا الحمراء بنسبة 15% إلى 20% اثناء الحمل ويزداد حجم البلازما بنسبة 40% وتعتبر مستويات الهيموجلوبين أقل من 11غ/دل خلال الأشهر الثلاثة الاولى من الحمل وتصل خلال الثلثين الثاني والثالث إلى أقل من 15.5 /دل ويصل إلى أقل من 15ملغ / دل في فترة ما بعد الولادة [28].

### الوقاية Prevention

يمكن الوقاية من فقر الدم بسبب نقص الحديد عن طريق تناول 15 – 60 ملغ من الحديد عن طريق الفم يومياً ، كذلك تناول الأطعمة المحتوية على البروتينات والفيتامينات اللازمة لتصنيع الدم.

وعلاج فقر الدم اثناء الحمل وإدارة النزيف التوليدي تقلل من حدوث فقر الدم بسبب نقص الحديد [17,21].



## العلاج Treatment

١. علاج الحوامل من فقر الدم بسبب نقص الحديد ننصح بجرعات من الحديد عن طريق الفم ما بين 65 – 200 ملغ يوميا أو عن طريق الوريد عندما لا يكون الحديد الفموي فعلاً تعتمد مكملات الحديد عن طريق الفم على المعيار الذهبي لعلاج فقر الدم الناجم عن نقص الحديد<sup>[4]</sup>.
٢. علاج النزيف ما بعد الولادة متعدد العوامل ويتمثل بالإدارة الطبيعية والإدارة الخارجية للنزيف إلى جانب منتجات الدم وينطوي نقل منتجات الدم على عدد من المخاطر سواء المخاطر المعدية أو غير المعدية وتشمل الأمراض المنقولة عن طريق النقل على سبيل المثال لا الحصر فيروس نقص المناعة المكتسب (HIV) وفيروس الكبد (C) وفيروس التهاب الكبد (B) ومرض الزهري وتشمل المخاطر غير المعدية الناتجة عن نقل الدم الإنحلاقي وتفاعلات نقل الدم التحسسي والحمل الزائد على الجهاز الدوري المرتبط بالنقل ويجب نقل الدم في حالات النزيف الحاد وعند نقص الهيموجلوبين في الدم للأم الحامل<sup>[4]</sup>.

## ( الفصل الرابع )

## عوامل الخطورة لفقر الدم

**١- الفقر :-** يعد الفقر من عوامل الخطورة ويعد أيضاً سبباً من اسباب فقر الدم لأن معظم النساء الحوامل الذين لا يتناولون اللحوم والأطعمة الغنية والفواكه والخضروات المفيدة التي يحتاجها نخاع العظم من أجل توفير الحديد الذي يصنع الهيموجلوبين لخلايا الدم الحمراء وعند عدم القدرة على توفير هذه الاحتياجات الضرورية والأساسية يعد هذا سبباً من أسباب الفقر [25].

**٢- العادات الغذائية السيئة:-** ترتبط العادات الغذائية السيئة الغنية باللحوم والأطعمة التي تحتوي على نسبة عالية من السكر والدهون والتي تنخفض فيها نسبة الحبوب الكاملة والفواكه والخضروات إرتباطاً وثيقاً بالأمراض الغير سارية التي تعتبر سبباً رئيسياً للوفاة المبكرة ليس فقط في البلدان ذات الدخل المرتفع ولكن أيضاً في العديد من دول العالم النامية [25].

**٣- وجود الإلتباسات وأمراض معدية :-** مثل الملاريا و فيروس نقص المناعة البشرية الإيدز والسل ومرض الدودة الشريطية والملاريا في البلدان النامية ، تشير التقديرات إلى أنه حوالي إلى 40% من اطفال ما قبل المدرسة و 50% من النساء الحوامل مصابات بفقر الدم و 20% من وفيات الأمهات تكون بسبب فقر الدم حيث تشمل العواقب الصحية لفقر الدم انخفاض نتائج الحمل وضعف النمو الإدراكي والبدني [17].

**٤- تناول الأدوية التي تقلل من إمتصاص الحديد وفيتامين B12 :-**

بعض الأدوية يمكن أن يكون لها آثار ضاره وتسبب فقر الدم الغذائي كذلك الأدوية التي توقف إمتصاص الحديد في الأمعاء وتسبب النزيف من الأمعاء.

مثل مضادات الالتهاب الستيرويدية والإسبرين يمكن أن تكون السبب في تطوير هذه الحالة .

الأسباب الشائعة الأخرى هي اضطرابات الغدة الدرقية والأمراض المعدية (مثل الملاريا) والإدمان على الكحول ونقص فيتامين (هـ) [32].

**٥- الإصابة بالأمراض المزمنة :-** مثل بكتيريا القرحة وتعيش هذه الميكروبات في مجرى الجهاز الهضمي وبعد عدة سنوات تسبب قرحة في بطانة المعدة أو الأمعاء الدقيقة لذلك فإن نسبة عالية من المرضى الذين يعانون من فقر الدم الغذائي قد يكون لديهم اضطراب هضمي محتمل بسبب فقدان الدم المزمن وهذا شائع في الأشخاص الذين يعانون من نقص المناعة وكبار السن [17].

**٦- وجود أمراض الهيموجلوبين :-** عيب موروث في إنزيم تخليق الهيم يؤدي إلى إختلال في المسار النهائي لتخليق الهيم وتراكم كرات الدم الحمراء غير الناضجة المحتوية على الحديد يصنف على أنه نوع من أنواع فقر الدم صغير الكريات وناقص الصباغ ، ويمكن إعتباره غذائي لأنه مستجيب لفيتامين B 6 [13].

**٧- كثرة القيئ :-** تشمل بعض الأسباب المحتملة الجينات ، وصعوبة الهضم والقيئ بسبب محفزات مثل نزلات البرد أو الحساسية أو مشاكل الجيوب الأنفية الضغط العاطفي أو الحماس الزائد ، لا سيما لدى الأطفال وقلّة الفترة الزمنية بين الحمل والآخر [6].

**٨- نقص الحديد :-** فهو الأكثر شيوعاً ويعود سببه إلى نقص الحديد في الجسم حيث أن نخاع العظم يحتاج إلى الحديد لصنع الهيموجلوبين وعند نقص الهيموجلوبين لخلايا الدم الحمراء يحدث هذا النوع من فقر الدم مع الكثير من النساء الحوامل وهو أيضاً يحدث بسبب فقدان الدم مثل نزيف الدم الغزير خلال الحيض والقرح السرطانية [5].

**٩- قلة تناول الأطعمة التي تحتوي على الفيتامينات والحديد :-**

قد تحدث بسبب الإصابة بأنيميا نقص الفيتامينات عند عدم تناول ما يكفي من الأطعمة الغنية بفيتامين B12 وحمض الفوليك أو عندما يجد الجسم صعوبة في إمتصاص هذه الفيتامينات أو معالجتها [6].

**١٠- نقص فيتامين B12 :-** قد يؤدي نقص فيتامين B12 إلى فقر الدم لأن هذا الفيتامين ضروري لتكوين خلايا الدم الناضجة حيث يتصف فقر الدم بوجود خلايا الدم الحمراء كبيرة بشكل غير (Macrocyte) وخلايا الدم

البيضاء غير طبيعية وقد لا يظهر فقر الدم إلا بعد مرور زمن (٣-٥) سنوات من حدوث النقص نتيجة تخزين كمية كبيرة من فيتامين B12 في الكبد [6].

**١١- التدخين:** حيث أنه عندما يدخن الشخص فإن العديد من المواد الكيميائية الضارة تدخل إلى الرئة ثم يتم إمتصاصها إلى الدم وإنتقالها إلى أجزاء مختلفة من الجسم وأوضحت العديد من الدراسات أن التدخين يقلل من مستويات الهيموجلوبين في الدم وهذا يؤثر على أنتاج كريات الدم الحمراء مسبباً الأنيميا [17].

**١٢- الحمل المتكرر** يستنزف جسم المرأة من حيث الطاقة والغذاء ويظهر ذلك جلياً من خلال المشاكل التي تحدث عند تكرار الحمل بشكل متقارب أكثر من اللازم وعندما تكون الفترة الفاصلة بين الحملين أقل من ستة أشهر [32].

**١٣- نقص حمض الفوليك:** تصاب الأم بنقص حمض الفوليك نتيجة لعدم حصولها على كميات كافية من الفيتامينات مما يتسبب بنقص مستوياته في الدم وحدث عدد من المضاعفات المرتبطة به بإنخفاض مستويات حمض الفوليك بسبب فقر دم ناجم عن نقص حمض الفوليك [6].

**١٤- قلة الفترة الزمنية بين الحمل والآخر :-** وتؤدي الفترة القصيرة بين الحمل والآخر إلى مخاطر من بينها احتمال حدوث ولادة مبكرة أو ولادة أطفال أقل وزن وقد تصل هذه المخاطر إلى وفاة الرضيع أو الأم بحسب إرشادات منظمة الصحة العالمية الحالية فإن الفاصل المثالي بين ولادتين وهو أربعة وعشرون شهراً ولا يقل عن ثمانية عشر شهراً [32].

#### **١٥- الجهل عند النساء الحوامل:-**

يؤثر الجهل بشكل كبير على صحة الحامل حيث أن معظم النساء الحوامل جهلن مدى مخاطر الممارسات الخاطئة مثل :-

تناول بعض المأكولات الغير متزنة من الناحية الصحية كالتركيز على تناول اطعمة غنية بالبروتين و الدهون وتفتقر إلى الفيتامينات التي هي بحاجة اليها أكثر من أي فترة أخرى

تناول المأكولات و المشروبات التي تعيق إمتصاص الحديد [17].

**١٦- فقر دم سابق :-** مثل النساء اللاتي داماً يكون مستوى الهيموجلوبين لديهن منخفض عن المستوى الطبيعي بسبب بعض الأمراض المزمنة مثل تكسرات الدم (sickle cell anemia) [11].

# الباب الثالث

❖ الدراسة العملية :-

حيث تم توزيع ٢١٦ إستمارة وكانت النتائج بحسب الفئات المحددة كالتالي:

من حيث العمر الحالي للام

## الجدول رقم (١)

النسبة المئوية	التكرار FI	عمر لام الحالي
3,7%	8	اقل من ١٥ سنة
19%	41	من ١٥ - ١٨ سنة
51,4%	111	من ١٨ - ٣٥ سنة
22,7%	49	من ٣٥ - ٤٥ سنة
3,2%	7	اكبر من ذلك
100%	216	الأجمالي

❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم (١) أن أكبر رقم فئه عمرية للحوامل كانت من 18 - 35 سنة بنسبة 51.4% وأن أصغر فئه عمرية هي التي يتجاوز اعمارهن عن 45 سنة بنسبة 3.2%



## عمر الام عند الزواج

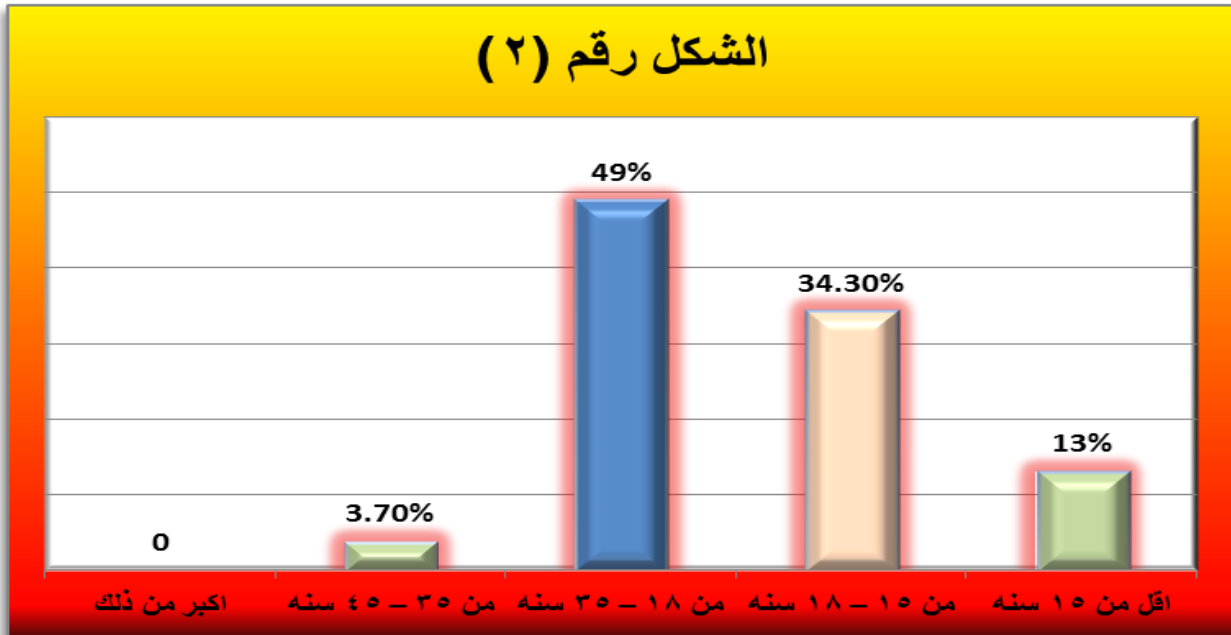
## الجدول رقم (٢)

النسبة المئوية	التكرار FI	عمر الام عند الزواج
13%	28	اقل من ١٥ سنة
34,3%	74	من ١٥ - ١٨ سنة
49%	106	من ١٨ - ٣٥ سنة
3,7%	8	من ٣٥ - ٤٥ سنة
0	0	اكبر من ذلك
100%	216	الأجمالي

## ❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم (٢) أن أكبر رقم فئه عمرية كانت من 18 - 35 سنة بنسبة 49% وأن أصغر فئه عمرية كانت من عمر 35 - 45 سنة بنسبة 3.7% مما يدل على إنتشار ظاهره الزواج المبكر في المنطقة المستهدفة والتي تعتبر من العوامل المؤثرة في الإصابة بمشاكل أثناء الحمل ومنها إنتشار فقر الدم

## الشكل رقم (٢)



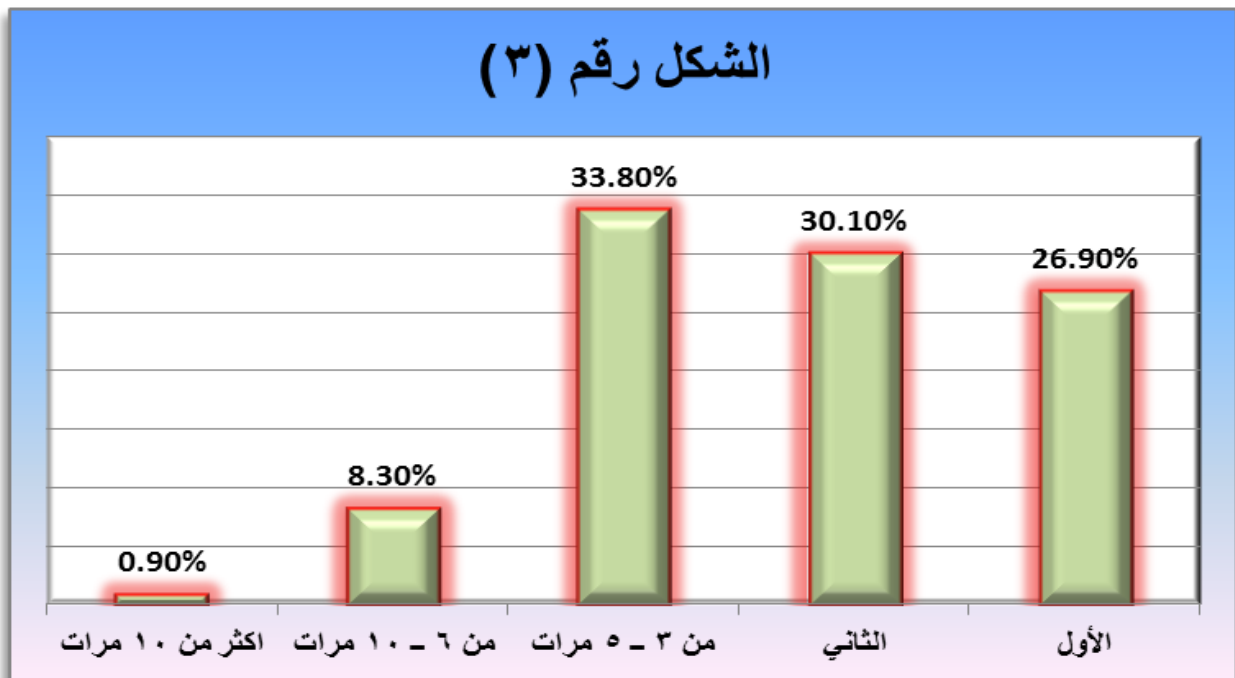
## من حيث عدد مرات الحمل

## الجدول رقم ٣

النسبة المئوية	التكرار FI	عدد مرات الحمل
26.9%	58	الأول
30.1%	65	الثاني
33.8%	73	من ٣ - ٥ مرات
8.3%	18	من ٦ - ١٠ مرات
0.9%	2	اكثر من ١٠ مرات
100%	216	الأجمالي

## ❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم (٣) أن أكبر رقم فئه عمرية كانت من 3 - 5 مرات بنسبه 33.8% وأن أصغر رقم فئه عمرية كانت في النساء اللاتي تكرر الحمل لديهن اكثر من 10 مرات بنسبه 9. مما يدل على أن تكرار الحمل وعدم المباعده بين الولادات يعتبر من العوامل المؤثرة في الإصابة بفقر الدم





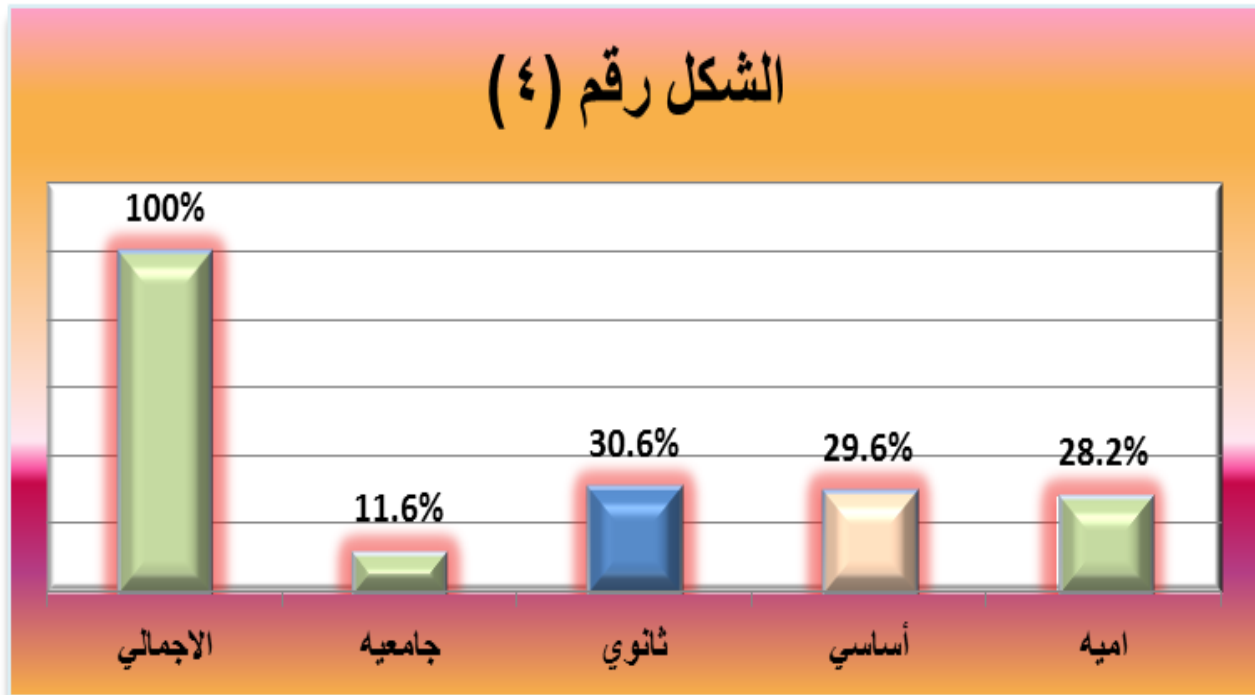
## المستوى التعليمي

## الجدول رقم (٤)

النسبة المئوية	التكرار FI	المستوى التعليمي للام
28,2%	61	اميه
29,6%	64	أساسي
30,6%	66	ثانوي
11,6%	25	جامعيه
100%	216	الأجمالي

## ❖ (التحليل) :-

يتضح من الشكل رقم (٤) أن أكبر رقم فئه كانت ممن كان مستواهن الدراسي ثانوية وبنسبه 30.6% وأن أصغر رقم فئه كنت ممن كان مستواهن الدراسي جامعي وبنسبه 11.6% مما يدل على أن متوسط المستوى التعليمي وأن المستوى التعليمي لم يكن احد العوامل المؤثرة بالإصابة بفقر الدم .



**الوزن**

**الجدول رقم (٦)**

النسبة المئوية	التكرار	الوزن
27,7%	60	نحافة
51%	110	معتدل
21,3%	46	سمنة
100%	216	الأجمالي

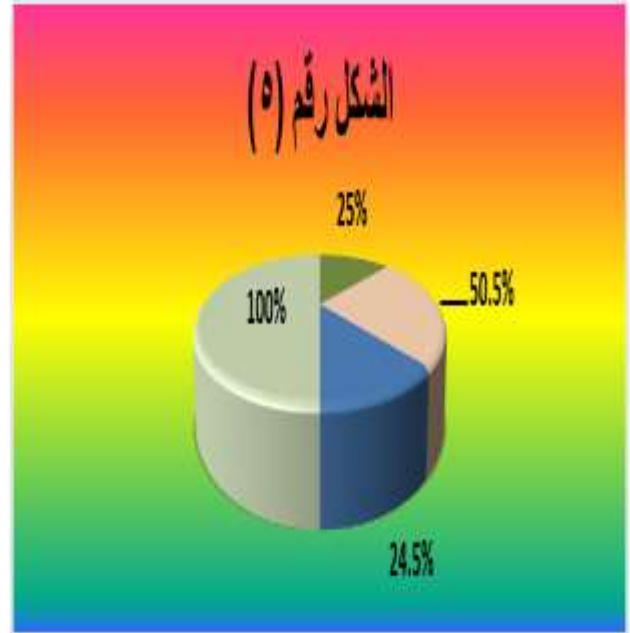
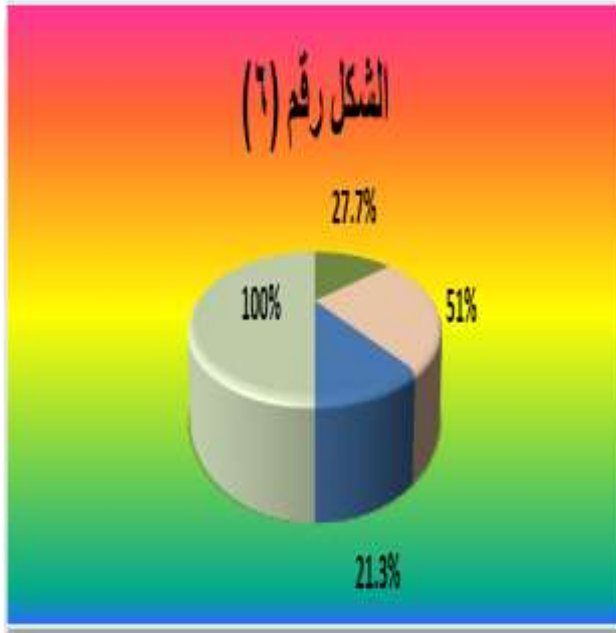
**الطول**

**الجدول رقم (٥)**

النسبة المئوية	التكرار	الطول
25%	54	قصير
50,5%	109	معتدل
24,5%	53	طويل
100%	216	الأجمالي

**❖ (التحليل) :-**

من خلال الجدول رقم ( ٥ & ٦ ) يتضح أن مؤشر كتلة الجسم BMI الوزن إلى الطول عامل غير مؤثر



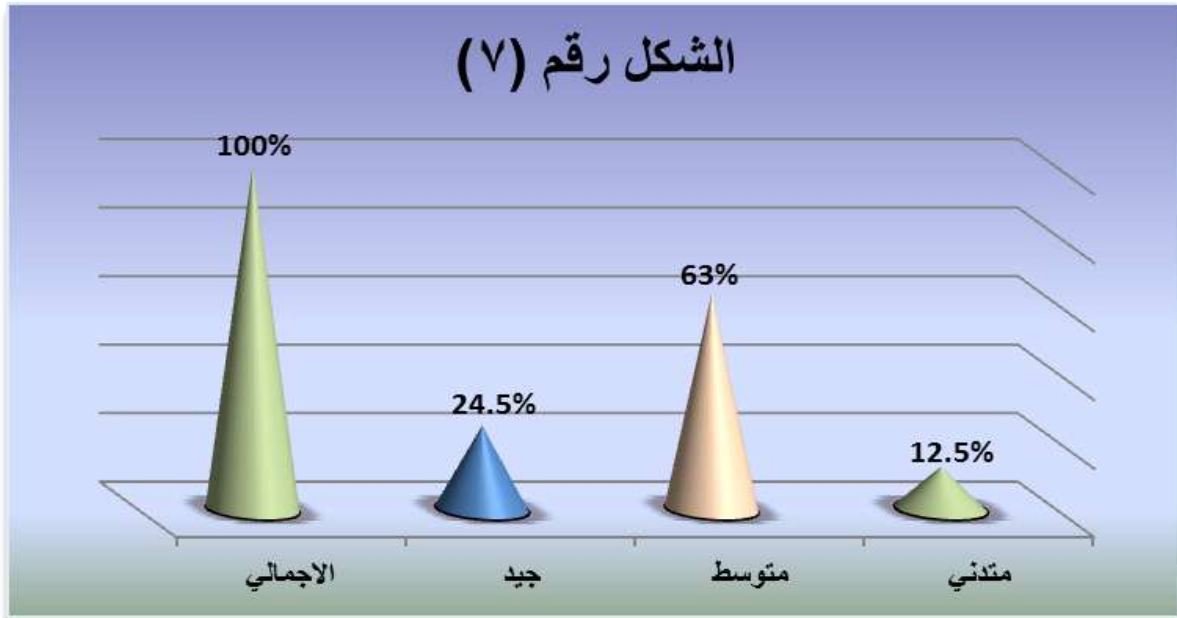
## المستوى الإقتصادي للأم

## الجدول (٧)

النسبة المئوية	التكرار fi	المستوى الإقتصادي
12,5%	27	متدني
63%	136	متوسط
24,5%	53	جيد
100%	216	الأجمالي

## ❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم (٧) أن أكبر فئة كانت ممن كان مستواهن الإقتصادي متوسط بنسبة 63% وأن أقل رقم فئة كانت ممن كان مستواهن الإقتصادي متدني بنسبة 12.5% مما يدل على أن المستوى الإقتصادي في الأسرة من العوامل المؤثرة للإصابة بفقر الدم



## السكن الحالي

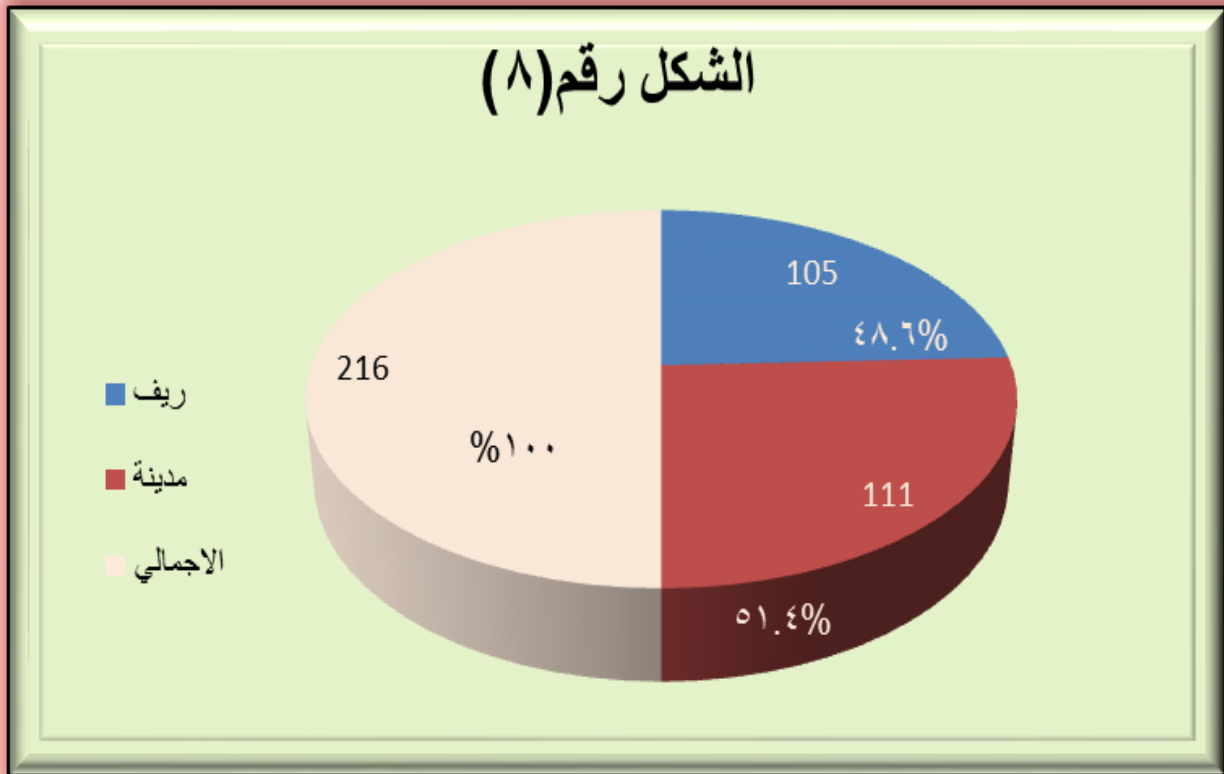
## الجدول رقم (٨)

النسبة المئوية	التكرار fi	السكن الحالي
48,6%	105	ريف
51,4%	111	مدينة
100%	216	الأجمالي

❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٨) أن أكبر رقم فئة كان ممن يسكن في المدينة بنسبة %51.4

وأن أصغر فئة كان ممن يسكن في الريف بنسبة %48.6 مما يدل على أن النساء الساكنات في المدينة يختلفن بنسبة قليلة جداً عن النساء الساكنات في الريف .



### الحالة الإجتماعية الحالية للإم

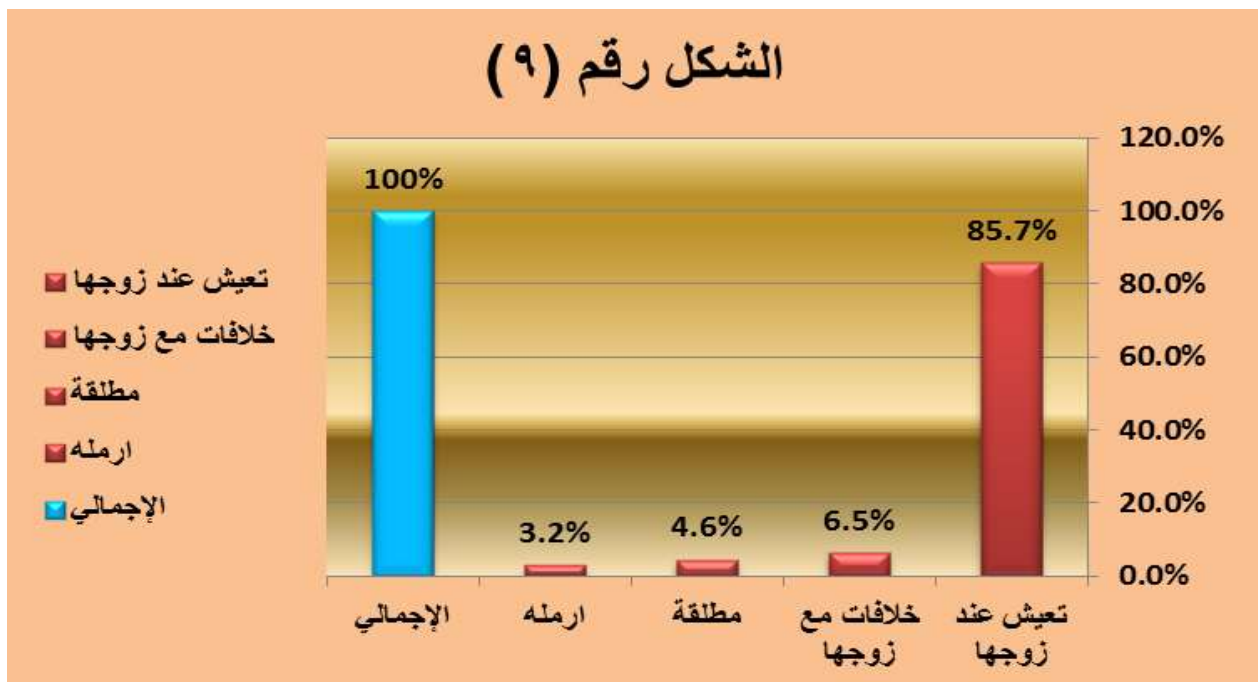
#### الجدول رقم (٩)

النسبة المئوية	التكرار	الحالة الإجتماعية
85,7%	185	تعيش عند زوجها
6,5%	14	خلافات مع زوجها
4,6%	10	مطلقة
3,2%	7	أرمله
100%	216	الأجمالي

#### ❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم (٩) أن أعلى فئة كانت ممن يعيشن مع أزواجهن وبنسبة 85.7 % وأقل فئة كانت ممن توفين أزواجهن ( أرامل ) 3.2 % مما يدل على أن الحالة الإجتماعية لها دور مؤثر في الإصابة

#### الشكل رقم (٩)



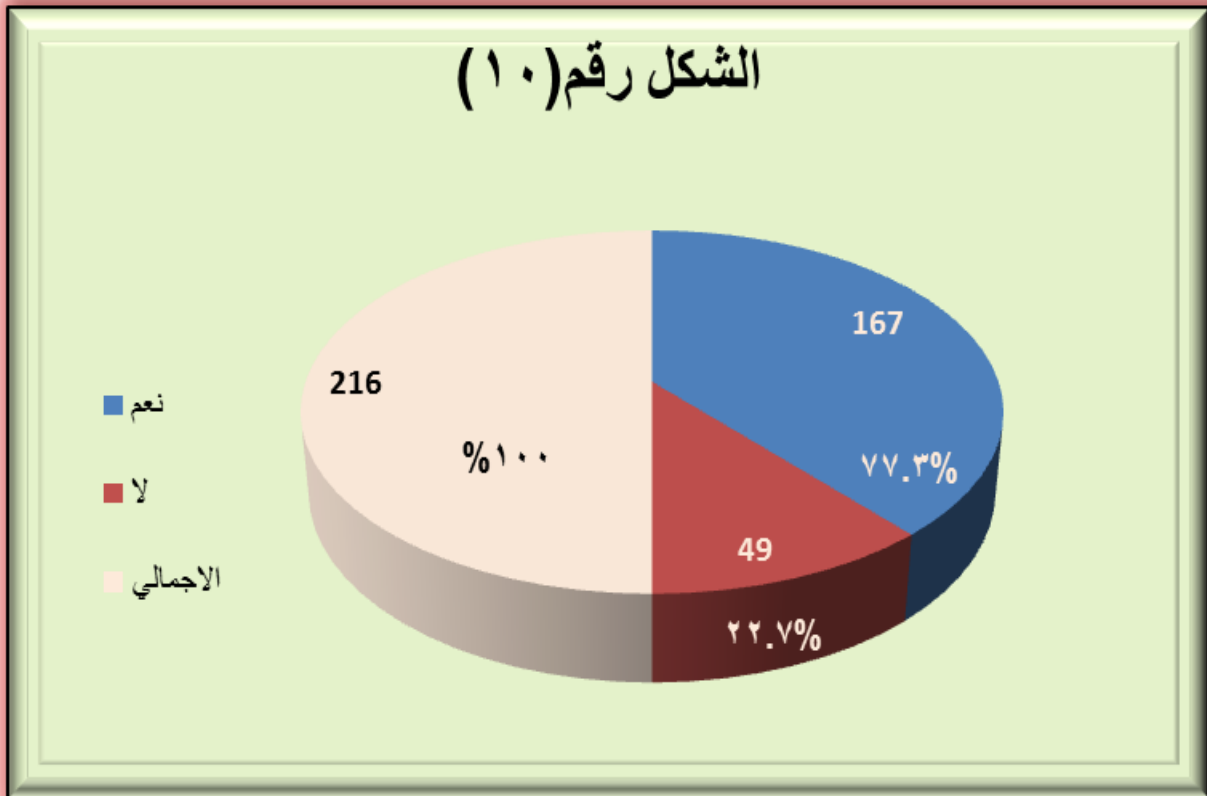
## قبل الحمل هل كانت الدورة الشهرية منتظمة

## الجدول (١٠)

النسبة المئوية	التكرار	إنتظام الدورة الشهرية
77,3	167	نعم
22,7	49	لا
100%	216	الأجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن أعلى فئة كانت ممن كان عندهن إنتظام في الدورة الشهرية بنسبة 77.3% واقل فئة كانت ممن لم يكن عندهن إنتظام في الدورة الشهرية بنسبة 22.7% مما يدل على أنه لا يوجد علاقة بين إنتظام الدورة الشهرية والإصابة بفقر الدم.



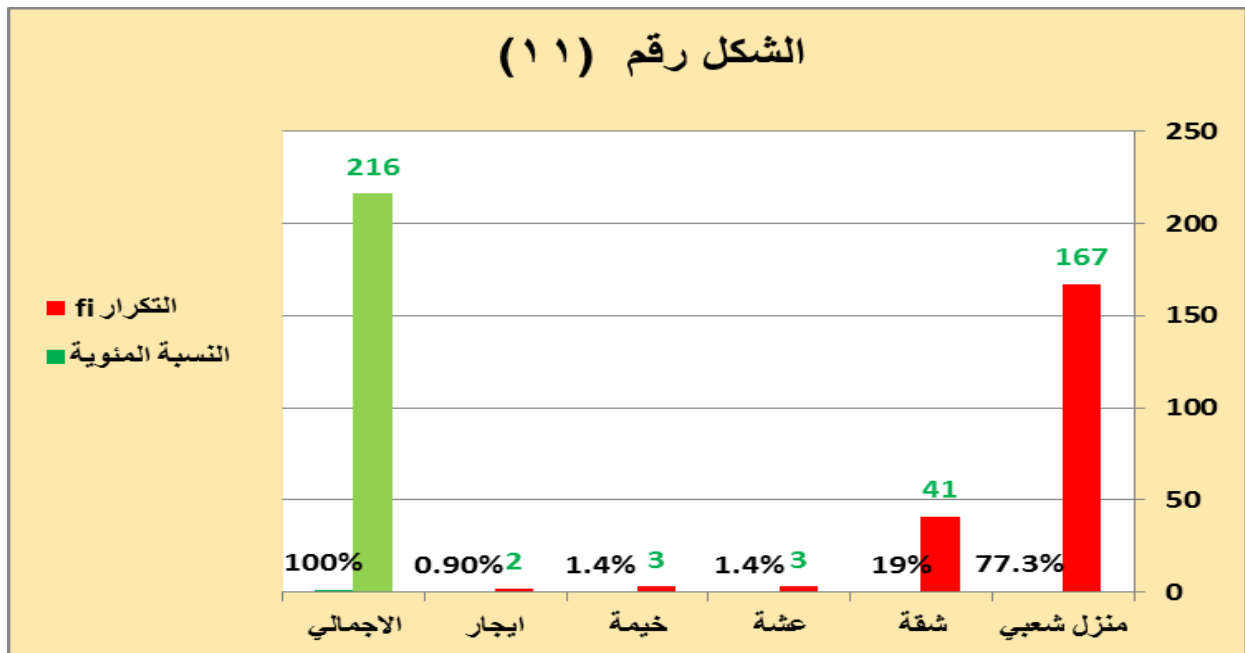
## نوع السكن

## الجدول رقم ( ١١ )

النسبة المئوية	التكرار fi	نوع السكن
77,3%	167	منزل شعبي
19%	41	شقة
1,4%	3	عشة
1,4%	3	خيمة
0,9	2	ايجار
100%	216	الأجمالي

## ❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم ( ١١ ) أن أكبر فئة كانت ممن يسكن في منزل شعبي وبنسبة 77.3% وأن أقل فئة كانت ممن يسكن إيجار بنسبة 0.9%



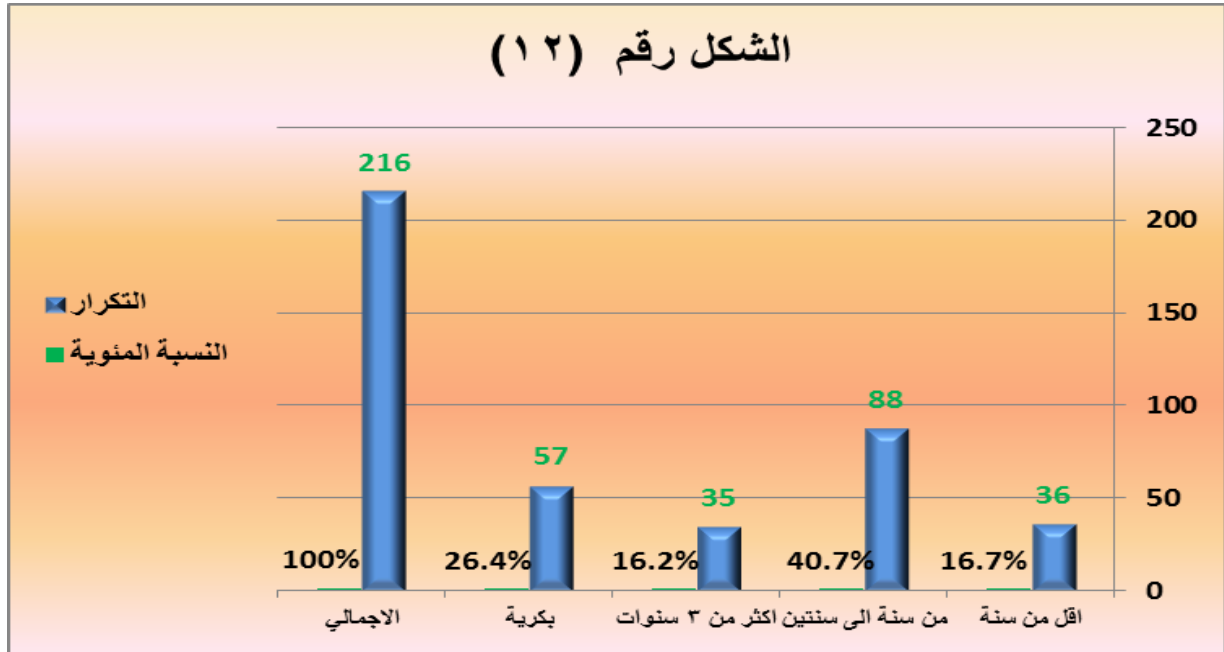
ما هو متوسط التباعد بين الحمل الأخير والحمل الحالي

الجدول رقم (١٢)

متوسط التباعد	التكرار	النسبة المئوية
أقل من سنة	36	16,7%
من سنة إلى سنتين	88	40,7%
أكثر من ٣ سنوات	35	16,2%
بكرية	57	26,4%
الأجمالي	216	100%

❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم (١٢) أن أعلى فئة كانت ممن متوسط التباعد بينهن من سنة إلى سنتين بنسبة 40.7% وأن أقل فئة كانت ممن متوسط التباعد بينهن أكثر من 3 سنوات بنسبة 16.7% مما يدل على أنه لا يوجد تباعد بين الحمل وأن تكرار الحمل وعدم المباشرة بين الولادات يعتبر أحد العوامل المؤدية إلى الإصابة بفقر الدم .





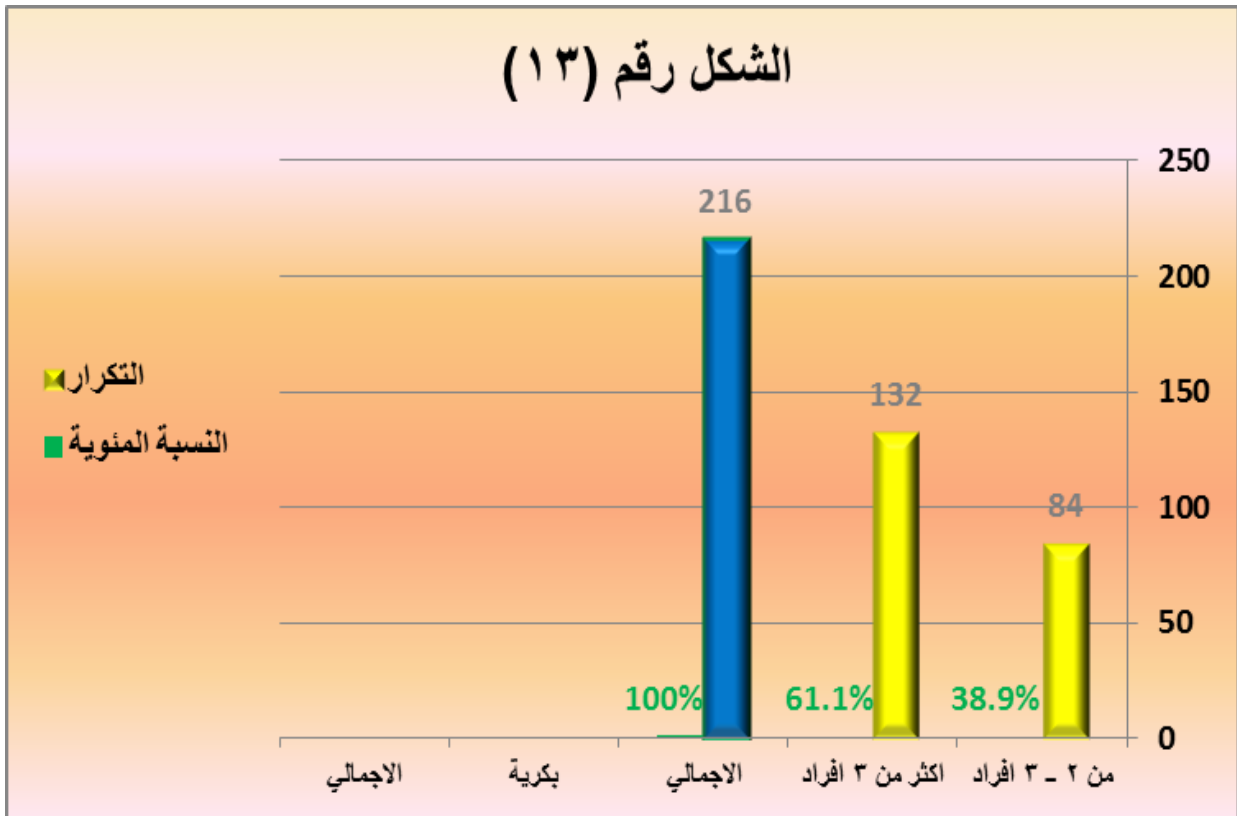
## عدد الافراد المقيمين في الاسرة

## الجدول رقم ( ١٣ )

النسبة المئوية	التكرار	عدد الأفراد المقيمين في الأسرة
38,9%	84	من ٢ - ٣ افراد
61,1%	132	اكثر من ٣ افراد
100%	216	الأجمالي

## ❖ (التحليل) :-

يتضح من الجدول رقم (١٣) أن أعلى فئة هي أكثر من 3 افراد وبنسبة 61.1% وأن أقل فئة هي من 2 - 3 افراد بنسبة 38.9% مما يدل أن عدد افراد الأسرة اكثر من 3 افراد تكون أكثر عرضة للإصابة بفقر الدم .



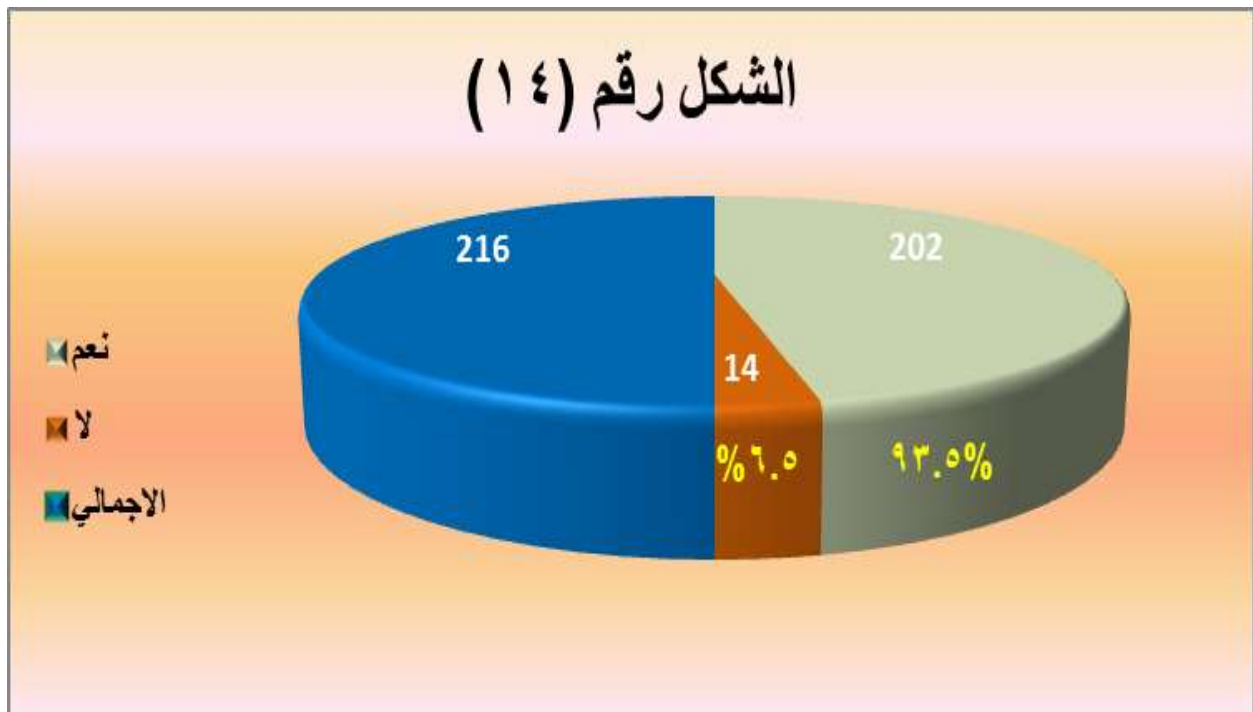
فقر الدم هو سبب للدوخة والدوار وفقدان الشهية

الجدول رقم ( ١٤ )

النسبة المئوية	التكرار fi	الإجابة
93,5 %	202	نعم
6,5 %	14	لا
100%	216	الأجمالي

### ❖ التحليل:-

يتضح من الجدول رقم (١٤) أن أعلى رقم هو ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 93.5% وأن أقل رقم هو ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 6.5% مما يدل على أن أكثر الأعراض التي تشكو منها النساء المستهدفات هي الدوخة والدوار وفقدان الشهية.



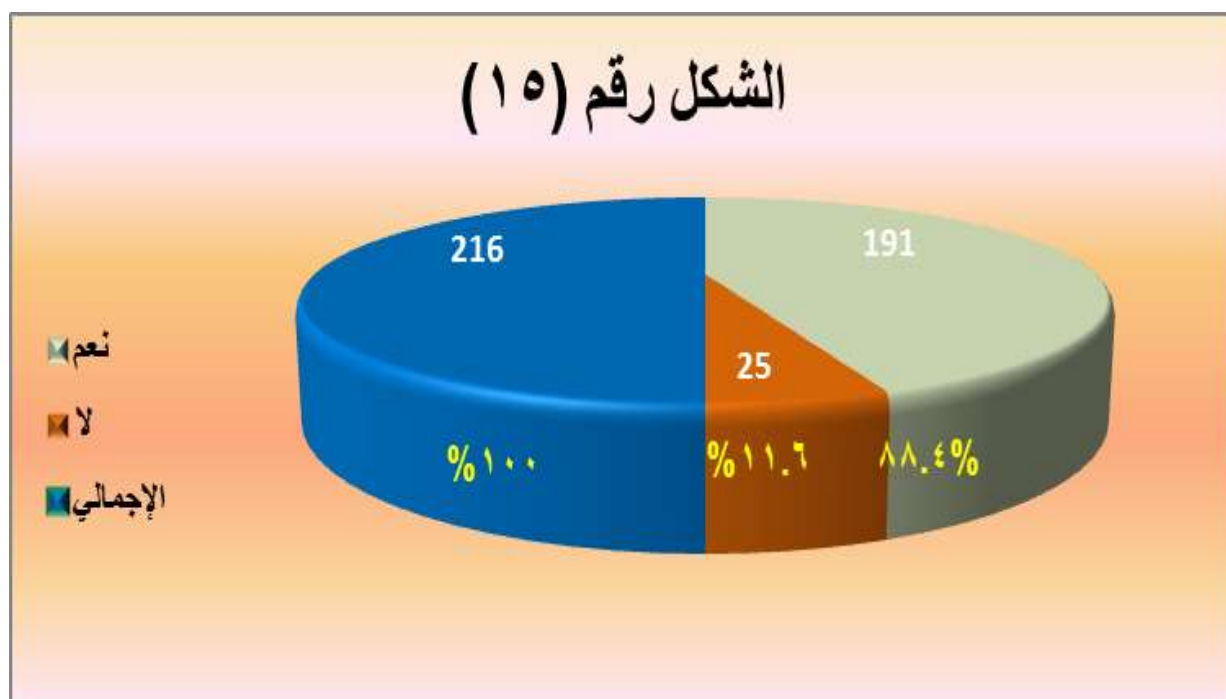
## فقر الدم يحدث بسبب سوء التغذية

## الجدول رقم ( ١٥ )

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
88,4	191	نعم
11,6	25	لا
100%	216	الأجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (١٥) أن أعلى رقم هو ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 88.4% وأن أقل رقم هو ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 11.6% مما يدل على أنه يوجد وعى لدى النساء الحوامل المصابات بفقر الدم حول أن سوء التغذية هو من العوامل المؤثرة للإصابة بفقر الدم.



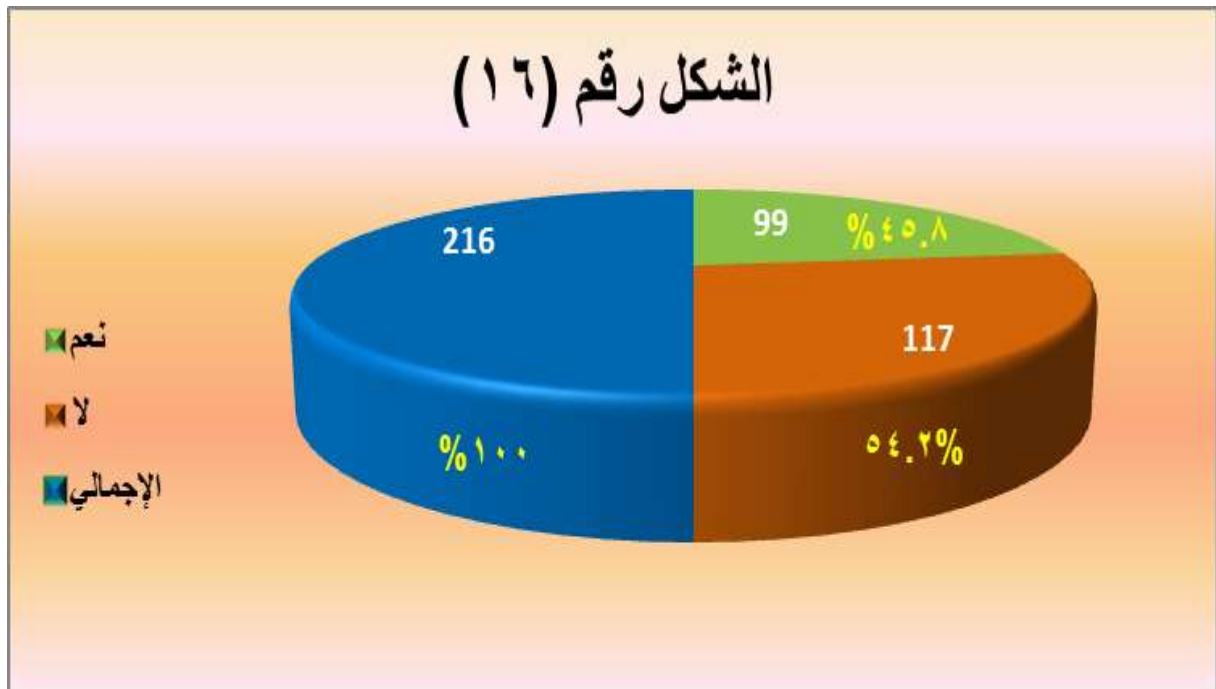
## الزواج والحمل في سن مبكر قد يؤدي إلى فقر دم

## الجدول رقم (١٦)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
45,8%	99	نعم
54,2%	117	لا
100%	216	الأجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (١٦) أن أكبر فئة هي ممن كانت إجاباتهن ( بلا ) بنسبة 54.2% وأن أقل فئة هي ممن كانت إجاباتهن ( بنعم ) بنسبة 45.8% مما يدل على تدني الوعي لدى النساء الحوامل بأن الزواج والحمل في سن مبكر هو السبب للإصابة بفقر الدم .



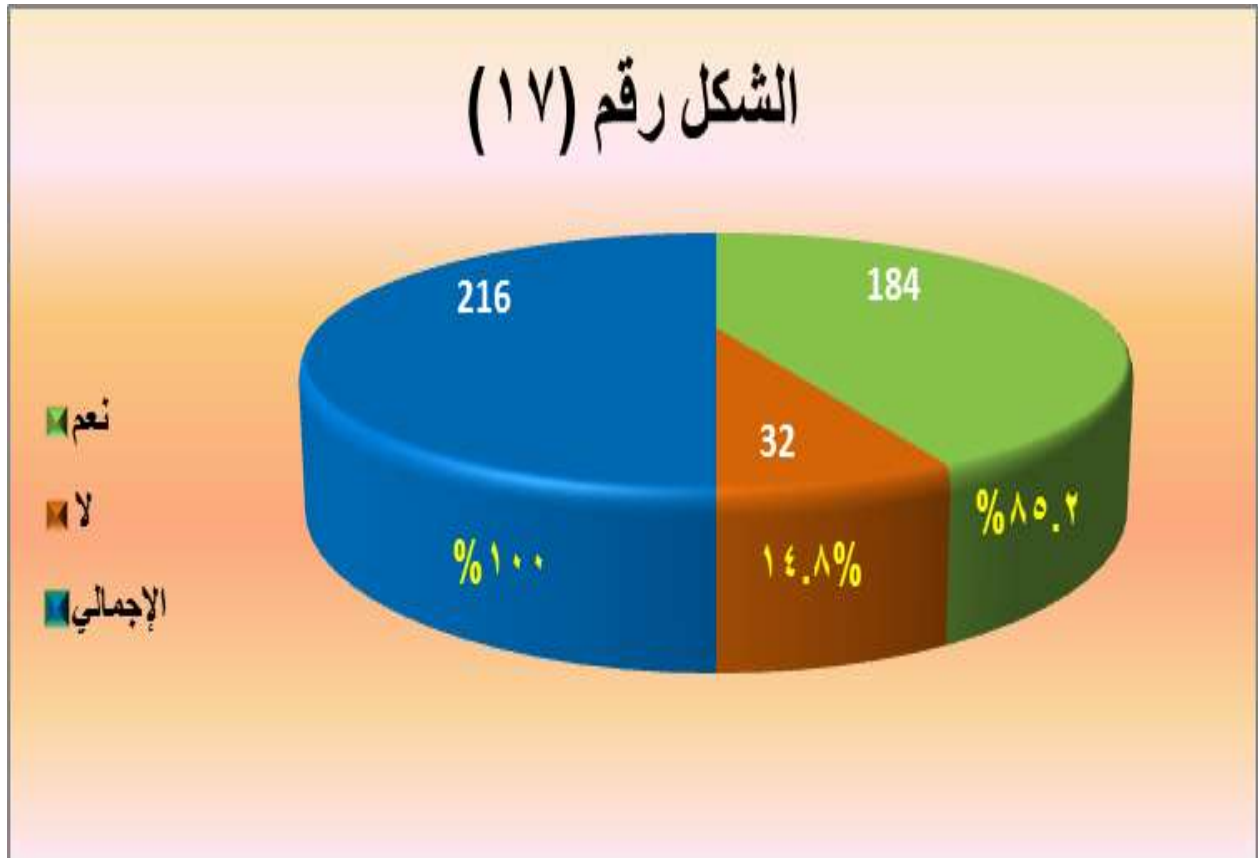
## أقراص حمض الفوليك والحديد مفيدة للحوامل للوقاية من فقر الدم

## الجدول رقم (١٧)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
85,2%	184	نعم
14,8%	32	لا
100%	216	الأجمالي

❖ التحليل:-

يتضح من الجدول رقم (١٧) أن أكبر فئة هي ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 85.2% وأن أقل فئة هي ممن كانت إجابتهن ( بلا ) بنسبة 14.8% مما يدل على وجود وعي بأقراص حمض الفوليك ودورها .



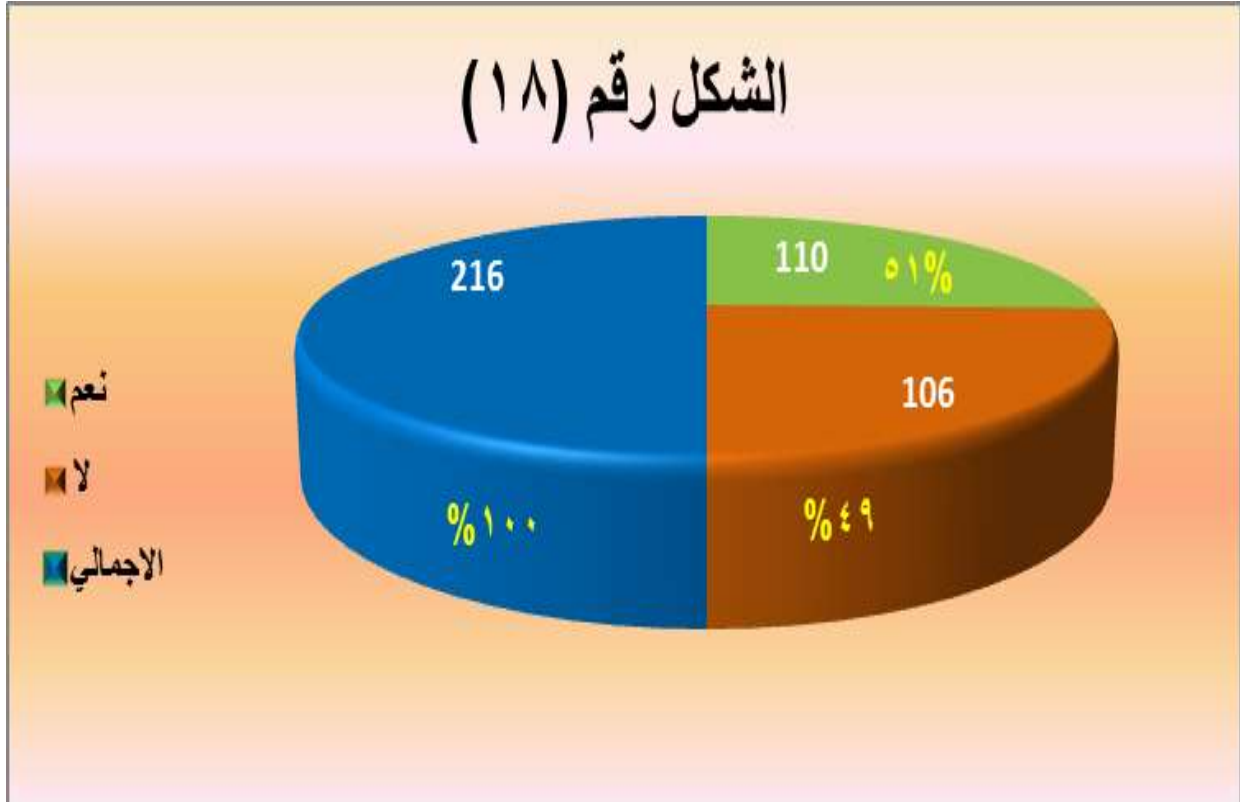
وسائل تنظيم الاسرة تقلل النزيف اثناء فترة العملية في الدورة الشهرية

### الجدول رقم (١٨)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
51%	110	نعم
49%	106	لا
100%	216	الأجمالي

### ❖ التحليل:-

يتضح من الجدول رقم (١٨) إجاباتهن بلا بنسبة 49% مما يدل على أن 49% من النساء يجهلن دور وسائل تنظيم الأسرة في التقليل) أن أكبر فئة هي ممن كانت إجاباتهن بنعم بنسبة 51% وأن أقل فئة هي ممن كانت من النزيف.



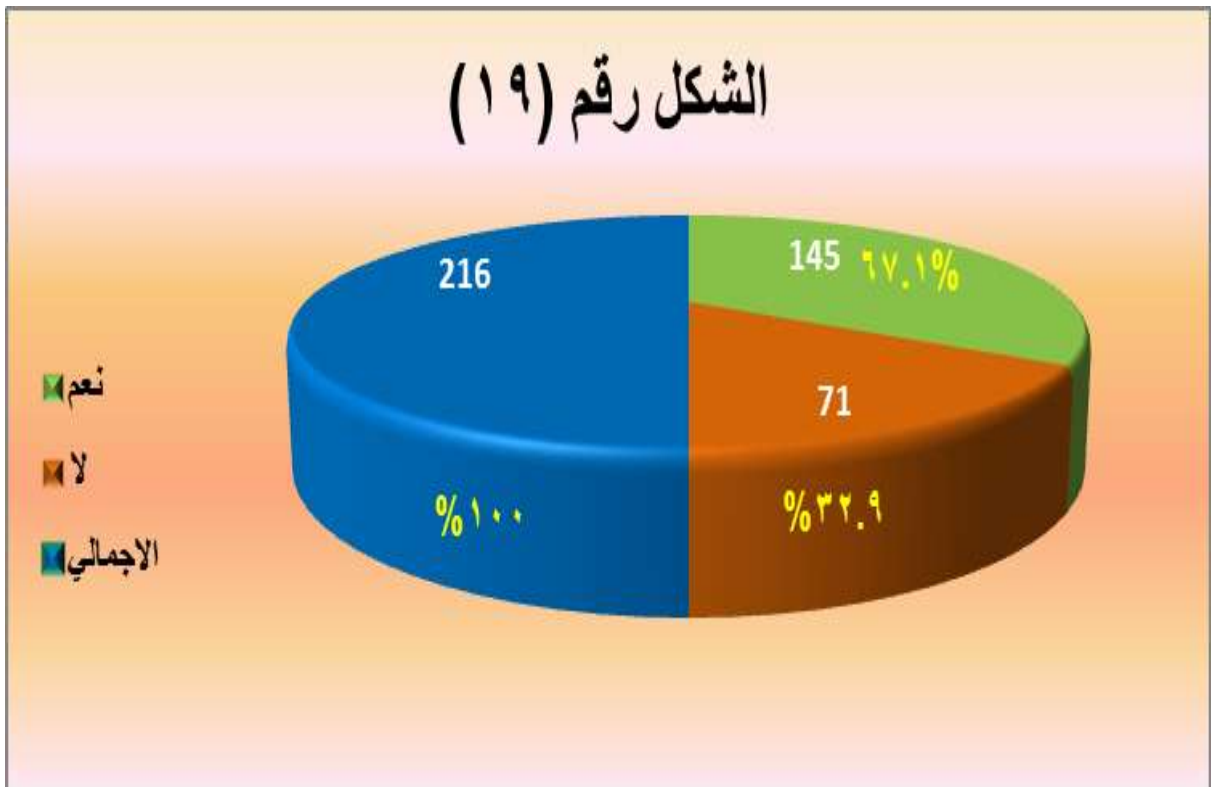
## الشاهي والقهوة من العوامل المساعدة على الإصابة بفقر الدم

## الجدول رقم (١٩)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
67,1%	145	نعم
32,9%	71	لا
100%	216	الإجمالي

❖ التحليل:-

يتضح من الجدول رقم (١٩) أن أكبر فئة هي ممن كانت إجاباتهن بنعم بنسبة 67.1% وأن أقل فئة هي ممن كانت إجاباتهن بلا بنسبة 32.9% مما يدل على وجود وعي بمخاطر تناول الشاهي والقهوة كعامل رئيسي للإصابة بفقر الدم .



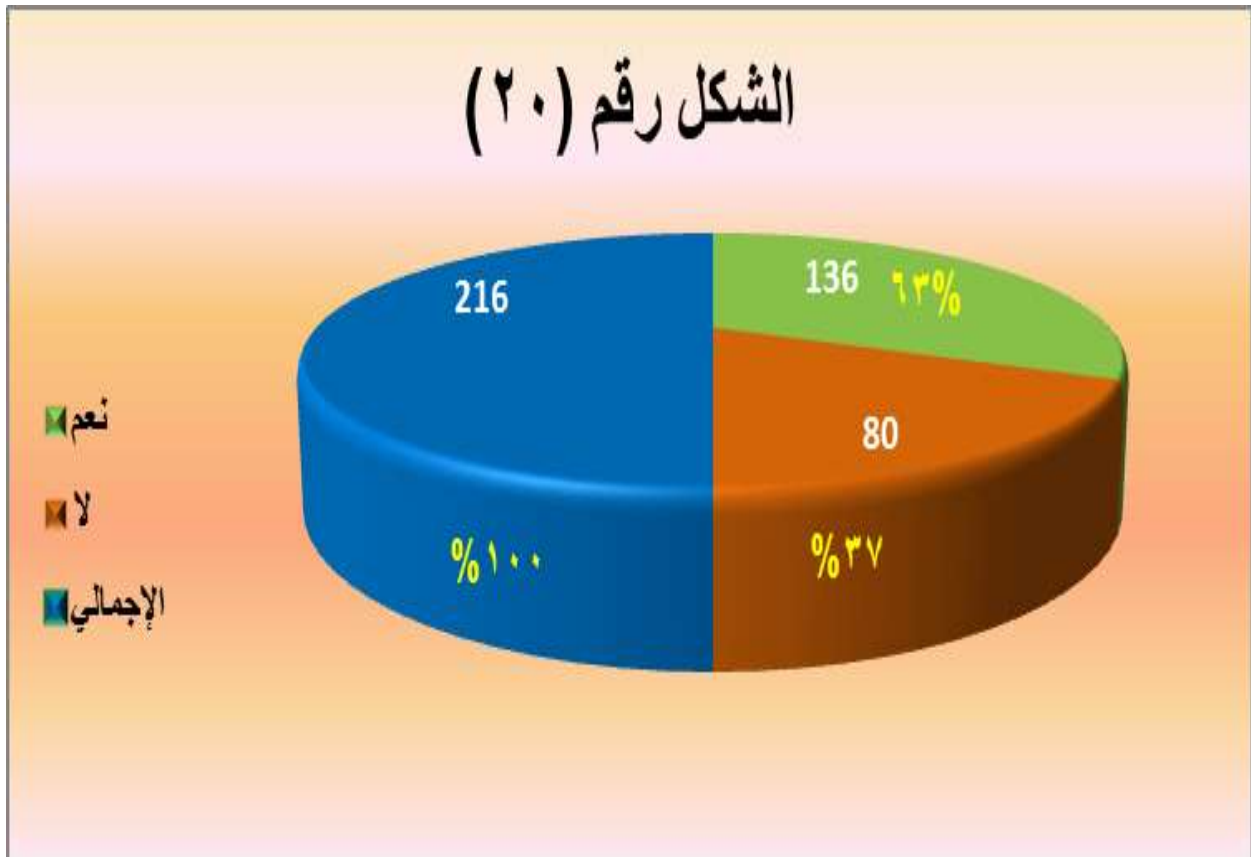
## تعاطي الفيتامينات اثناء الحمل يزيد من حجم الجنين ويؤدي إلى عسر الولادة

## الجدول رقم (٢٠)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
63%	136	نعم
37%	80	لا
100%	216	الإجمالي

❖ التحليل:-

يتضح من الجدول رقم (٢٠) أن أكبر فئة هي ممن كانت إجاباتهن بنعم بنسبة 63% وأن أقل فئة هي ممن كانت إجاباتهن بلا بنسبة 37% مما يدل على تدني الوعي حول تعاطي الفيتامينات وأن إشاعة زيادة حجم وزن الجنين وتعسر الولادة منتشرة بشكل كبير





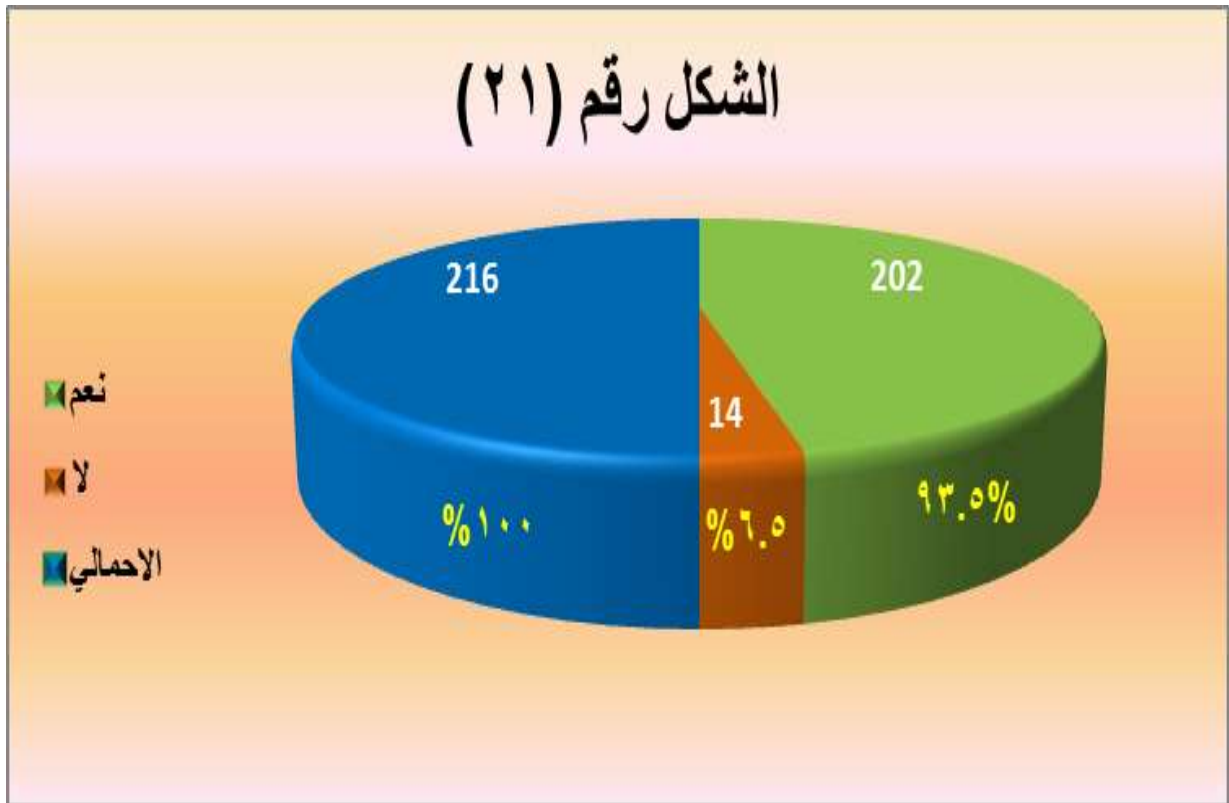
## هل تتناولين ثلاث وجبات رئيسية في اليوم

## الجدول رقم (٢١)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
93,5%	202	نعم
6,5%	14	لا
100%	216	الاحمالي

❖ التحليل:-

يتضح من الجدول رقم (٢١) أن أكبر فئة ممن كانت اجابتهن بنعم بنسبة 93.5% وأن أصغر فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 6.5% .



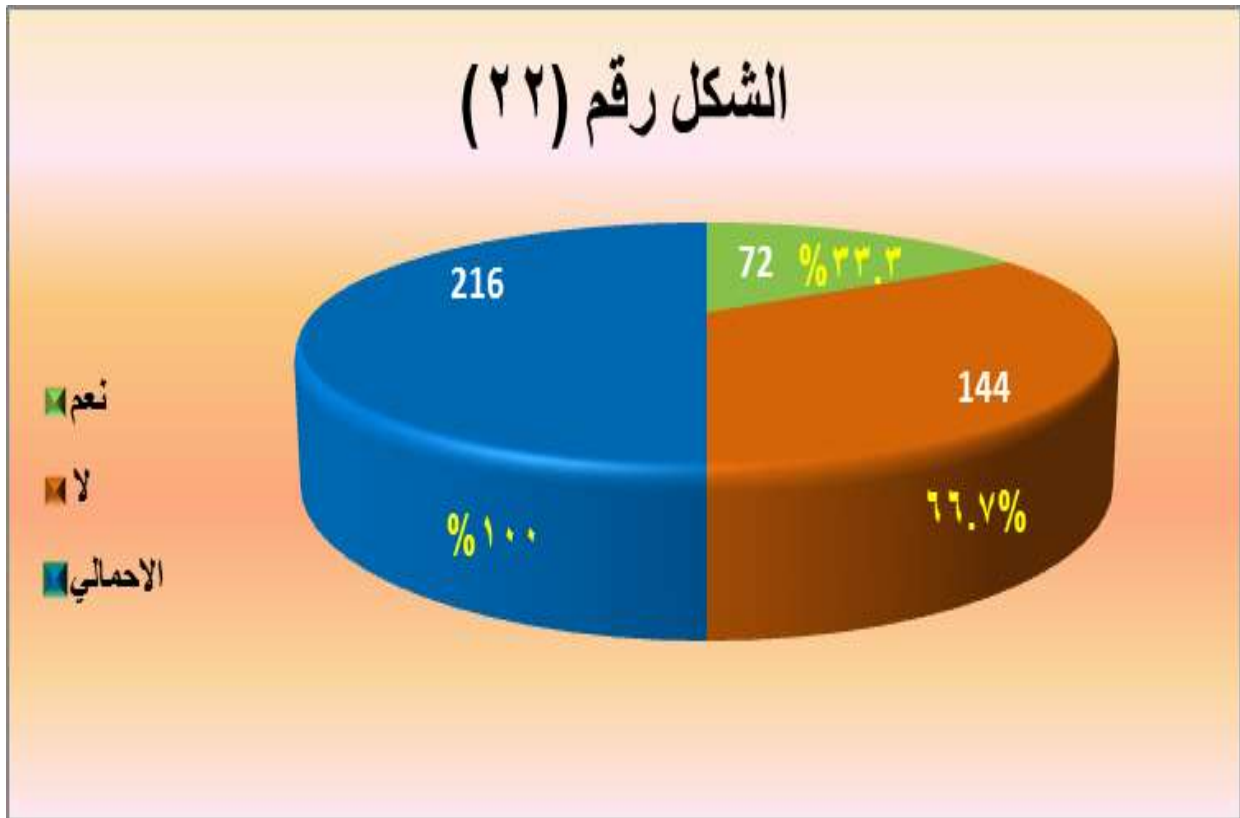
## هل تتناولين الفواكة بشكل يومي

## الجدول رقم (٢٢)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
33.30%	72	نعم
66.70%	144	لا
100%	216	الإجمالي

❖ التحليل:-

يتضح من الجدول رقم (٢٢) أن أكبر فئة كانت ممن إجابتهن بلا بنسبة 66.7% وأن أقل فئة كانت ممن إجابتهن بنعم بنسبة 33.3% مما يدل على أن عدم تناول الفواكه عامل مؤثر في إنتشار فقر الدم لدى الحوامل .



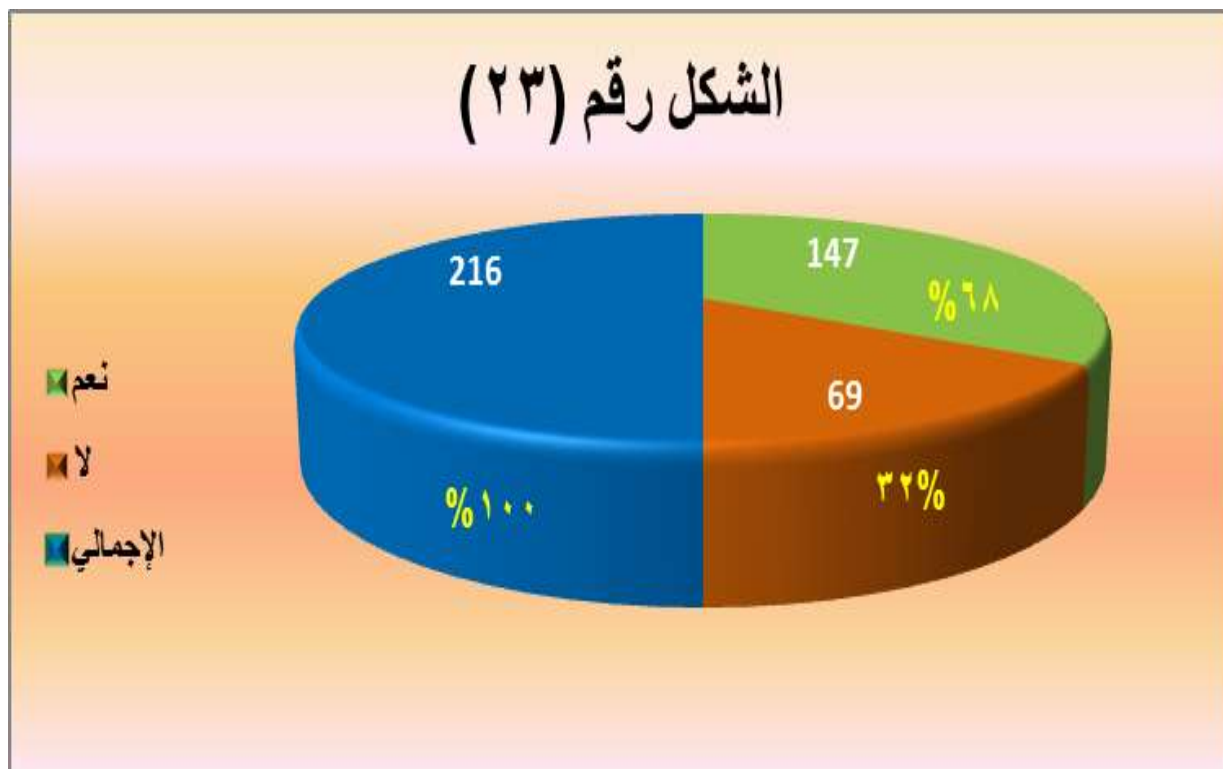
## هل تتناولين الخضار والبقوليات بشكل اساسي

## الجدول رقم (٢٣)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
68%	147	نعم
32%	69	لا
100%	216	الإجمالي

❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٢٣) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 68% وأن أصغر فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 32% مما يدل على وجود وعي حول تناول الخضار والبقوليات بشكل اساسي .



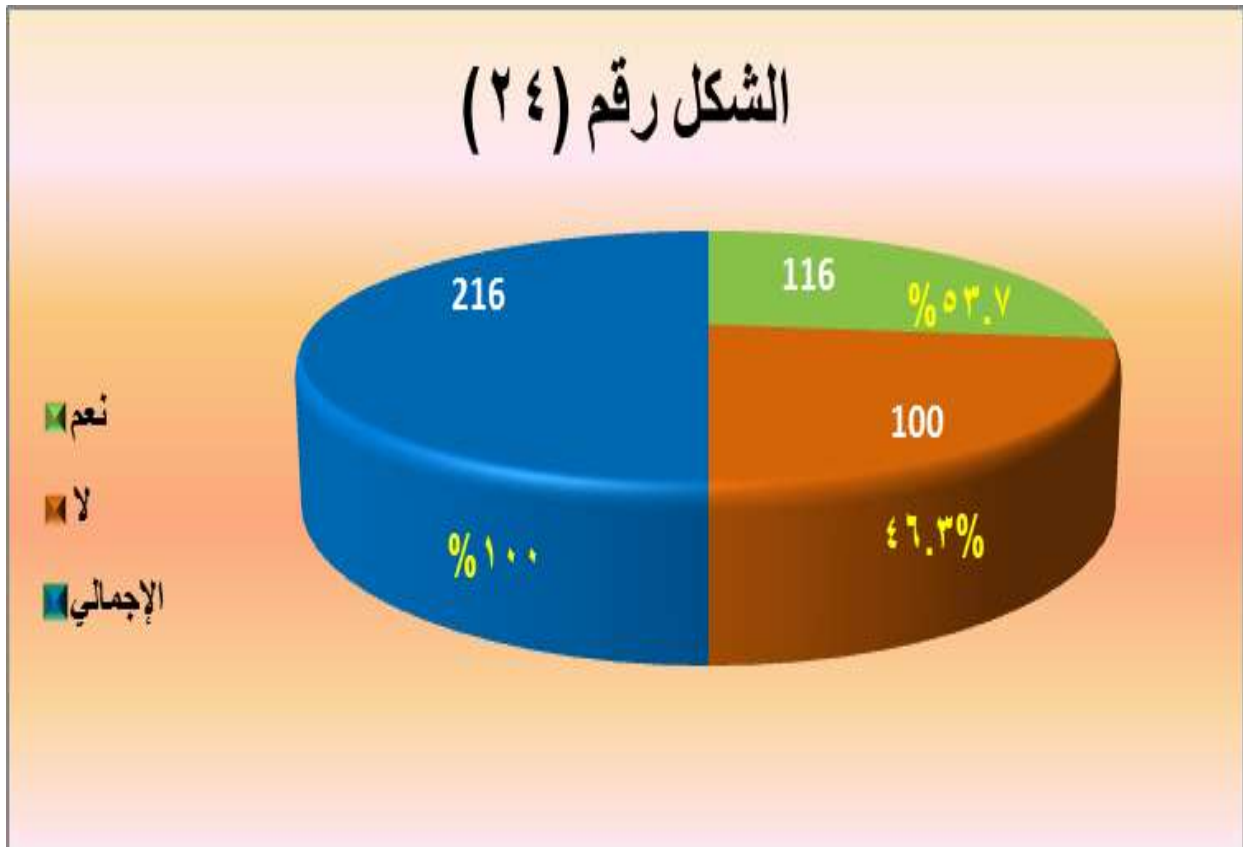
## هل تتناولين طحين الذرة والخبز الأحمر بشكل يومي

## الجدول رقم (٢٤)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
53.7 %	116	نعم
46.3 %	100	لا
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٢٤) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 53.7% وأن أصغر فئة ممن كانت إجابتهن بلا ٤٦.٣% مما يدل على أن 46.3% لا يتناولن طحين الذرة والخبز الأحمر بشكل يومي .



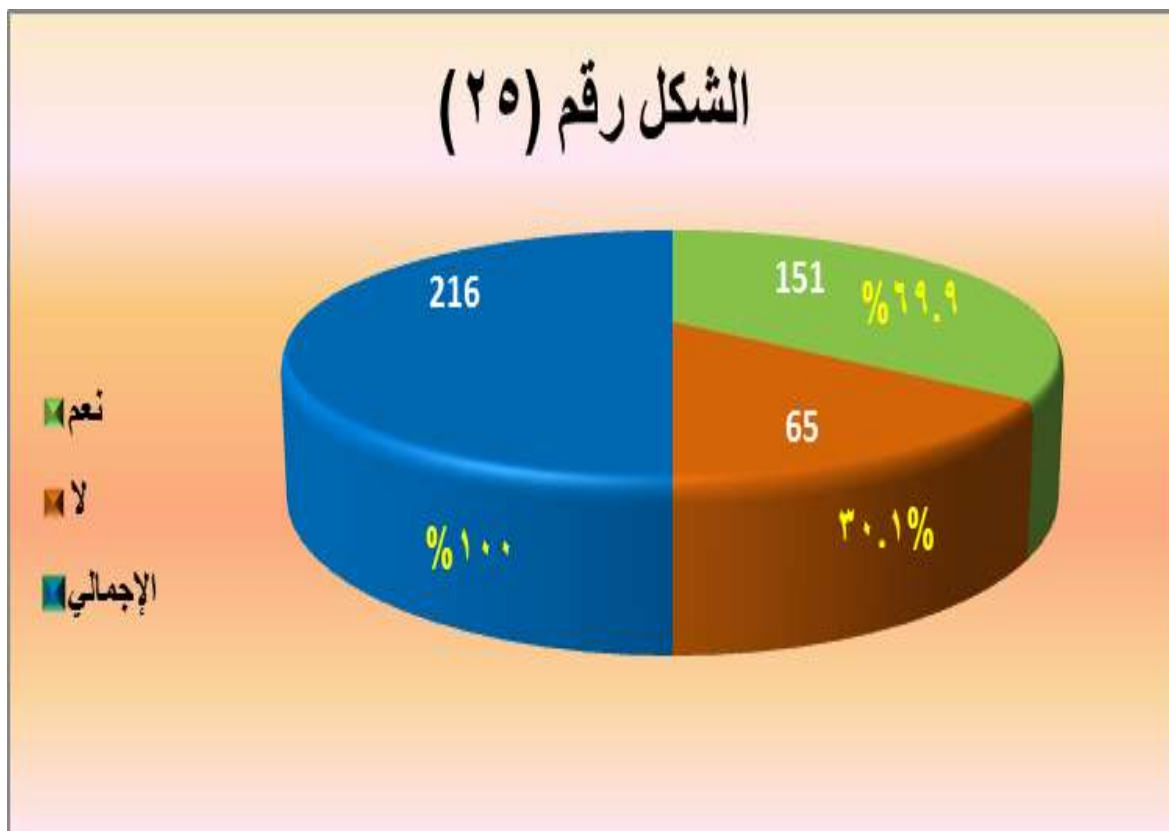
هل تتناولين اللحوم (السّمك - الدجاج - اللحم - الكبد) بشكل أساسي

الجدول رقم (٢٥)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
69.90%	151	نعم
30.10%	65	لا
100%	216	الإجمالي

### ❖ التحليل:-

يتضح من الجدول (٢٥) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 69.9% وأن أقل فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 30.1% مما يدل على وجود وعي بالقيمة الغذائية للحوم ومشتقاتها .



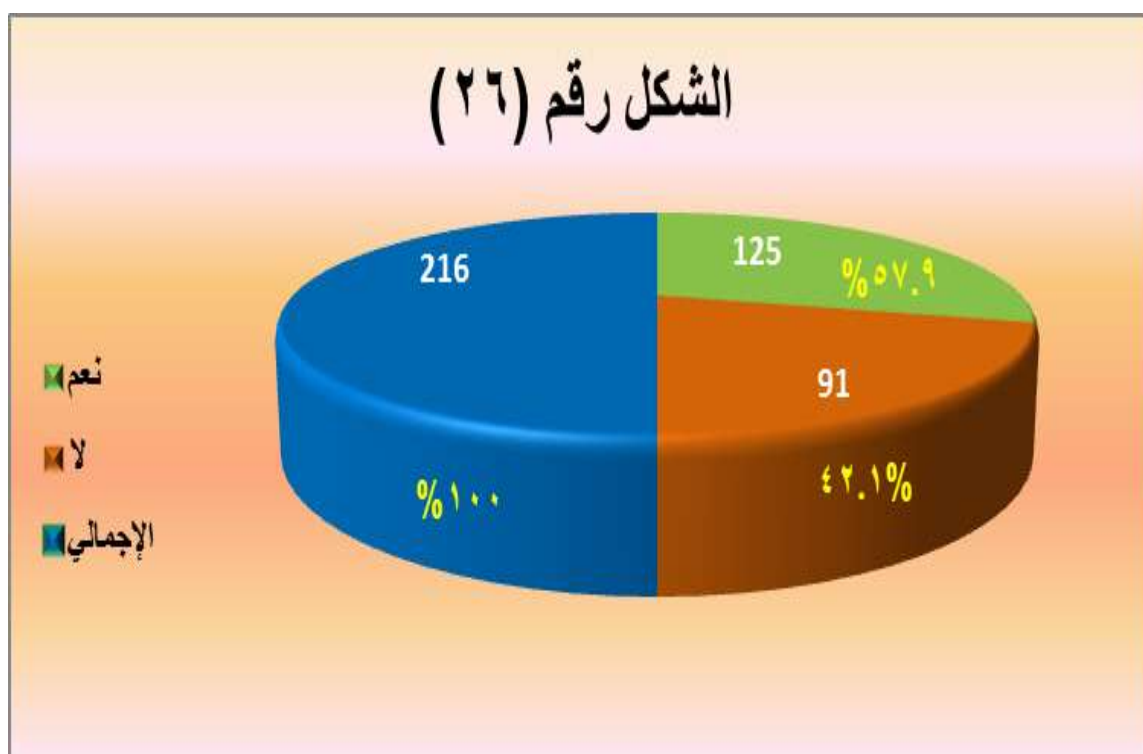
## هل تتناولين البيض في وجباتك الغذائية

## الجدول رقم (٢٦)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
57.9 %	125	نعم
42.1 %	91	لا
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل:-

يتضح من الجدول (٢٦) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 57.9% وأن أقل فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 42.1% مما يدل على تدني مستوى الوعي وذلك بسبب أن البيض يحتوي على مواد مثبطة لإمتصاص الحديد .



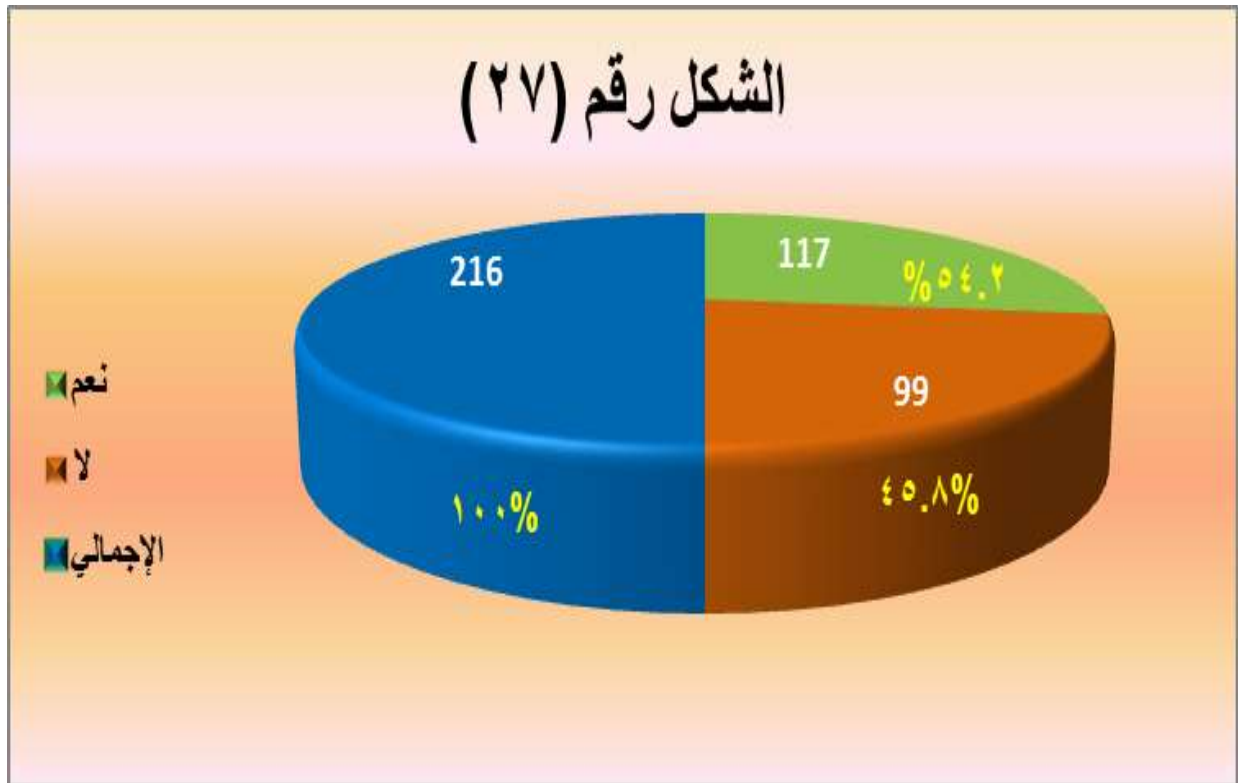
هل تتناولين الشاي مع او بعد وجبات الطعام

الجدول رقم (٢٧)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
54.20%	117	نعم
45.80%	99	لا
100%	216	الإجمالي

### ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٢٧) أن أكبر فئة هي ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 54.2% وأن أقل فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 45.8% مما يدل على أن الشاي والقهوة احد العوامل المؤثرة بالإصابة بفقر الدم



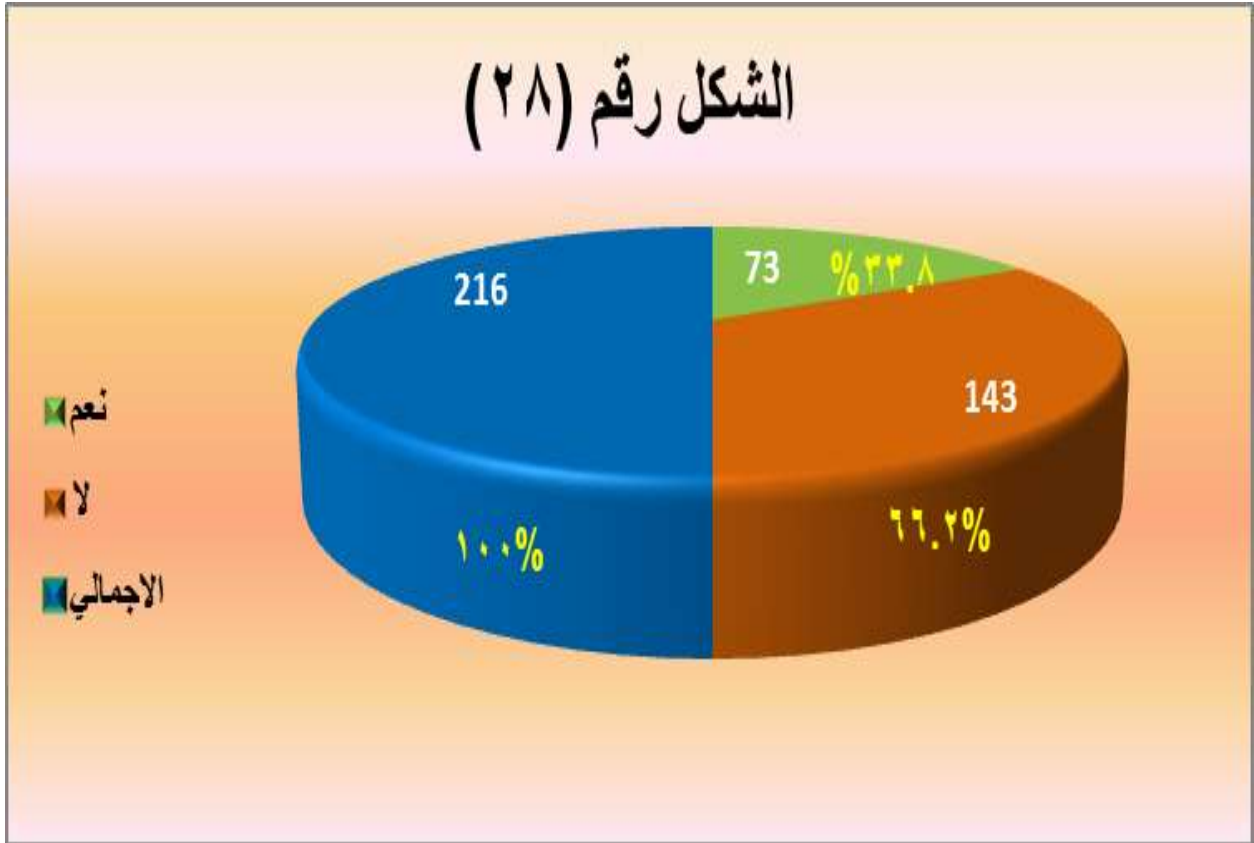
## هل تدخنين

## الجدول رقم (٢٨)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
33.80%	73	نعم
66.20%	143	لا
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٢٨) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 66.2% وأن أقل نسبة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 33.8% مما يدل على عدم وجود عامل مؤثر





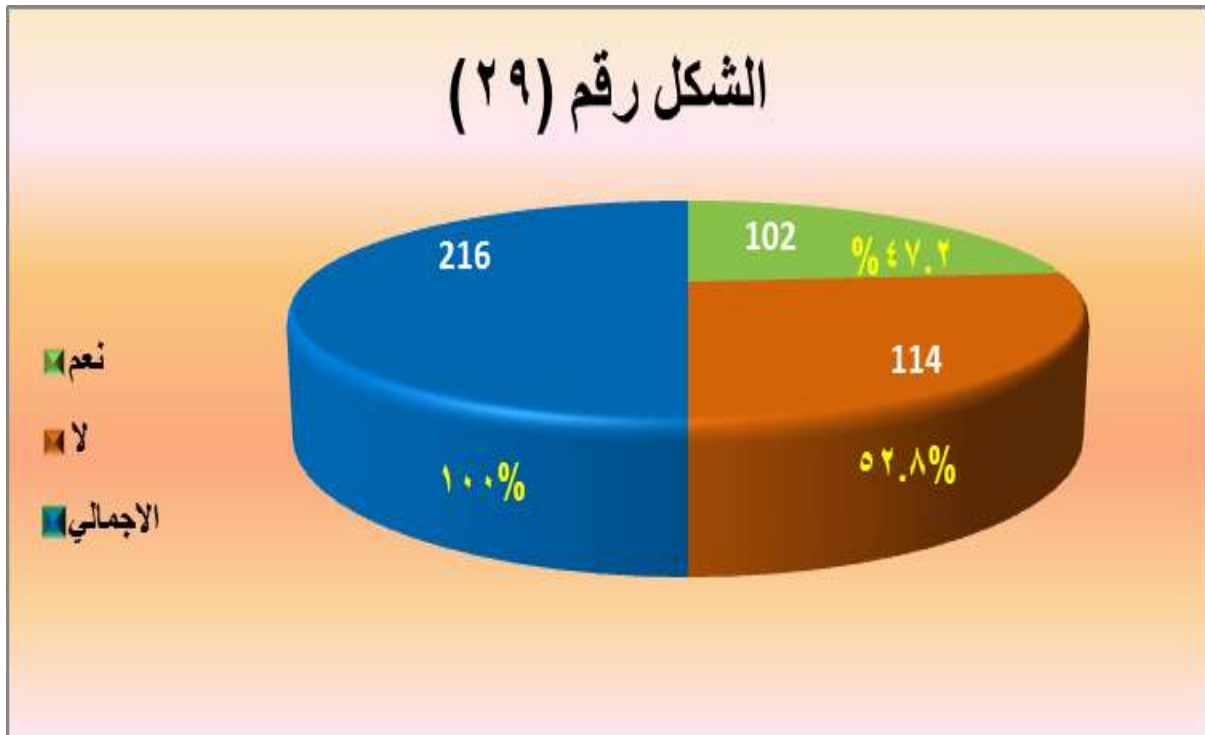
## هل تتعاطين القات

## الجدول رقم (٢٩)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
47.2 %	102	نعم
52.8 %	114	لا
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٢٩) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 52.8% وأن أقل نسبة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 47.2% مما يدل على عدم وجود عامل مؤثر .



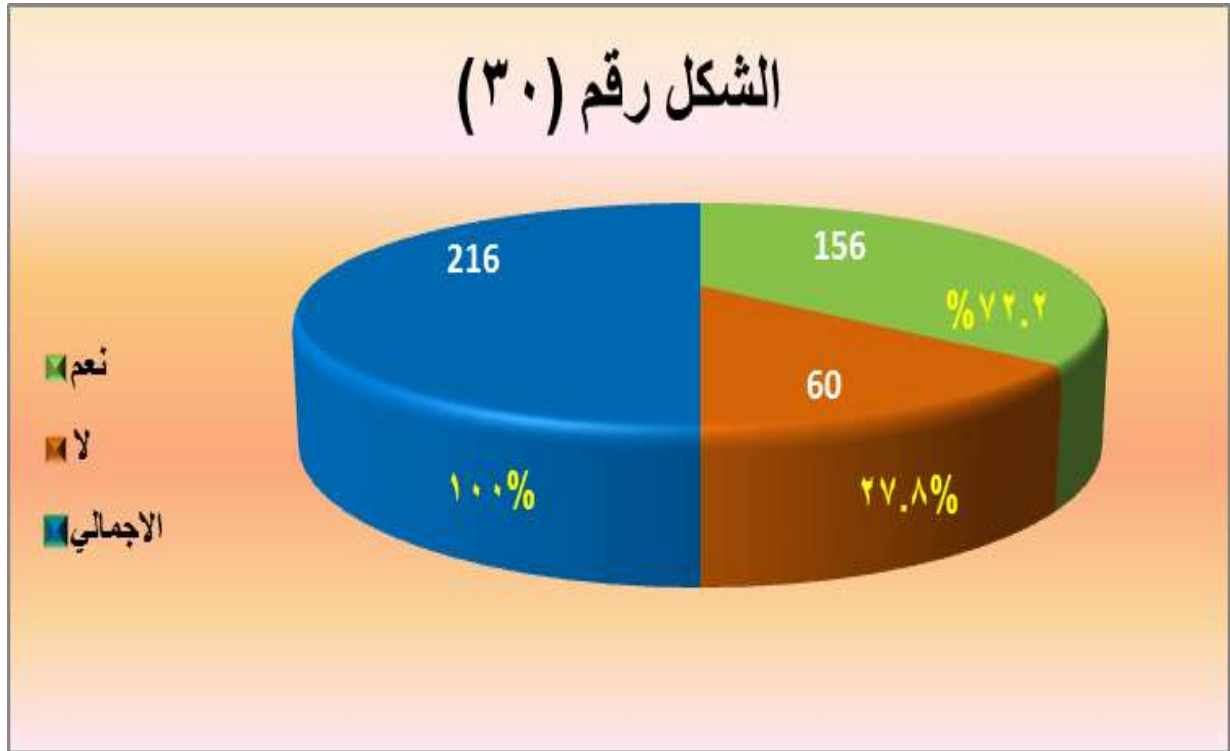
هل تتناولين حبوب حمض الفوليك والحديد مع كل حمل

الجدول رقم (٣٠)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
72.20%	156	نعم
27.80%	60	لا
100%	216	الإجمالي

### ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣٠) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 72.2% وأن أقل نسبة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 27.8% مما يدل على عدم وجود عامل مؤثر.



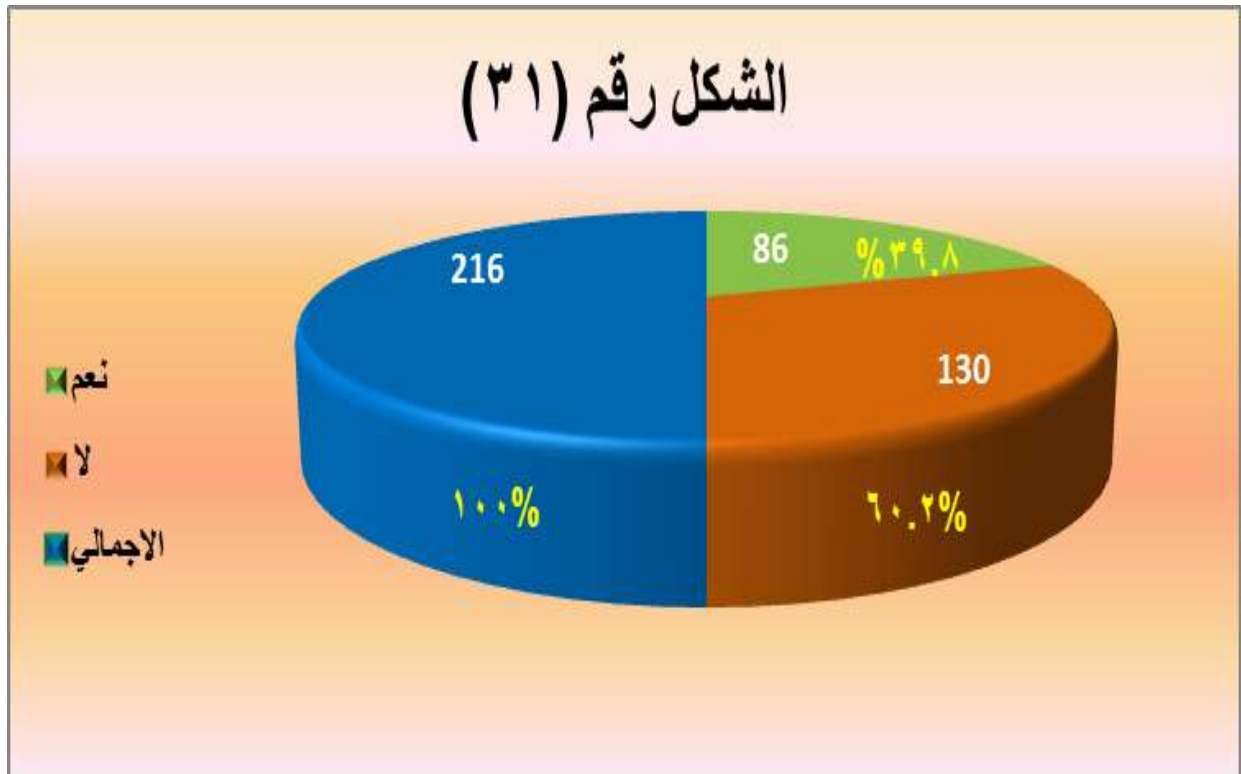
## ماذا تعرفين عن أسباب فقر الدم

## الجدول رقم (٣١)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
39.80%	86	نعم
60.20%	130	لا
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣١) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 60.2% وأن أقل نسبة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 39.8% مما يدل على تدني الوعي لدى الأمهات عن أسباب فقر الدم بنسبة 60.2% .



## عدد مرات الاجهاض

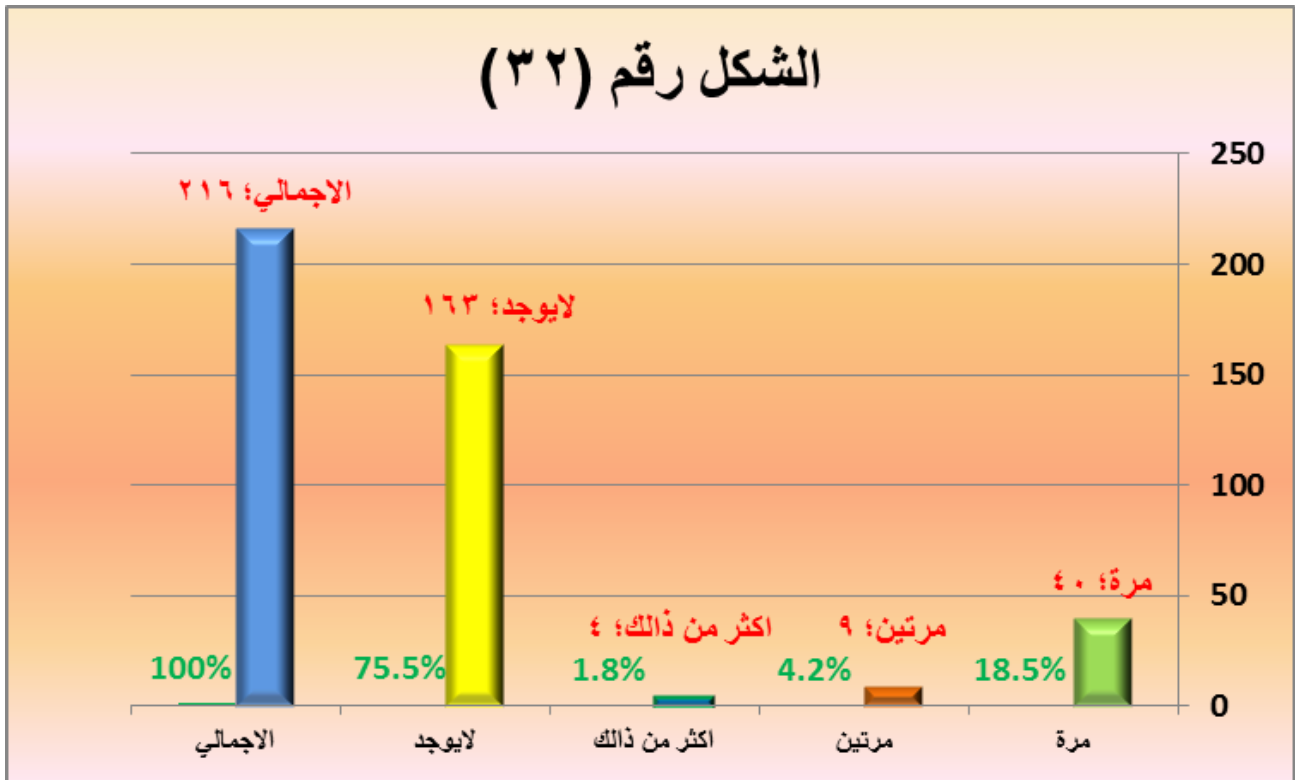
## الجدول رقم (٣٢)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
18.5%	40	مرة
4.2 %	9	مرتين
1.8 %	4	أكثر من ذلك
75.5%	163	لا يوجد
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣٢) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن لا يوجد بنسبة 57.5% وأن أقل نسبة ممن كانت عدد مرات الإجهاض لديهن أكثر من مرتين بنسبة 1.8% .

## الشكل رقم (٣٢)



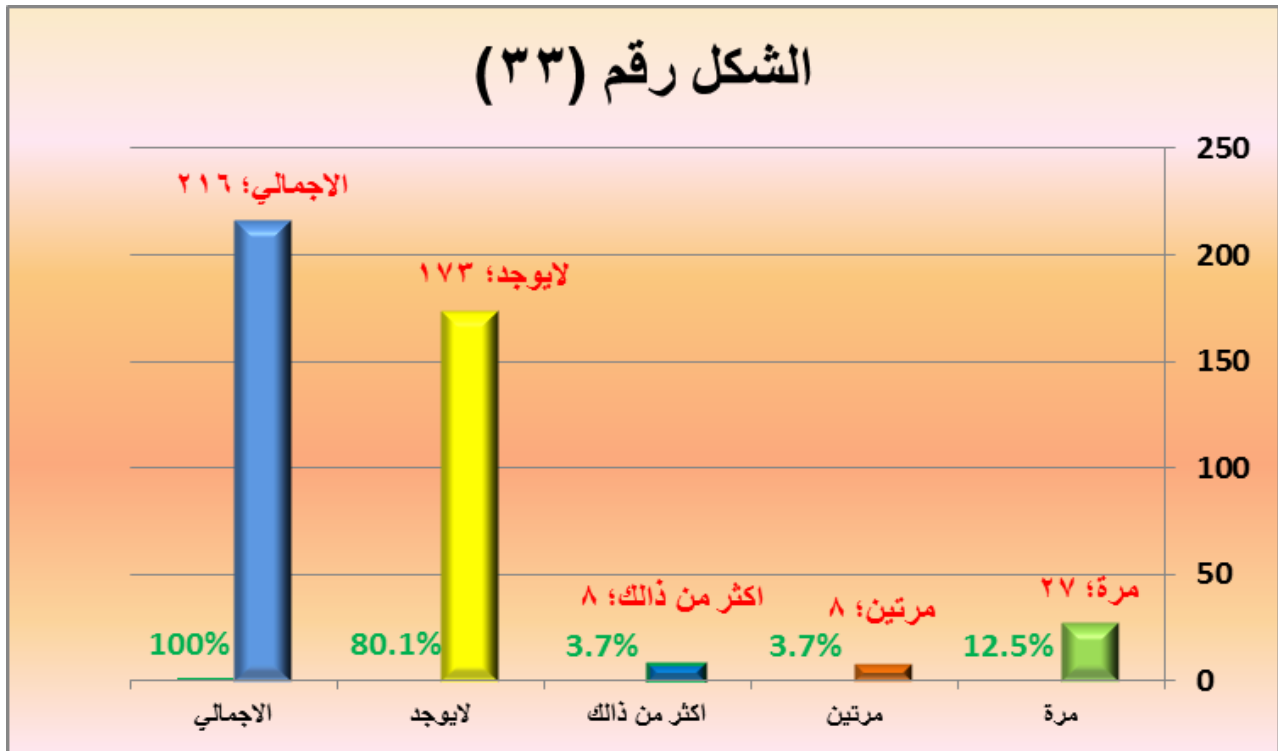
## عدد مرات الولادات القيصرية

## الجدول رقم (٣٣)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
12.5%	27	مرة
3.7 %	8	مرتين
3.7%	8	اكتر من ذلك
80.1%	173	لا يوجد
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣٣) أن أكبر فئة ممن كانت إجابتهن لا يوجد بنسبة 80.1% وأن أقل نسبة ممن كانت عدد مرات الولادات القيصرية لديهن اكثر من مرتين بنسبة 3.7% .

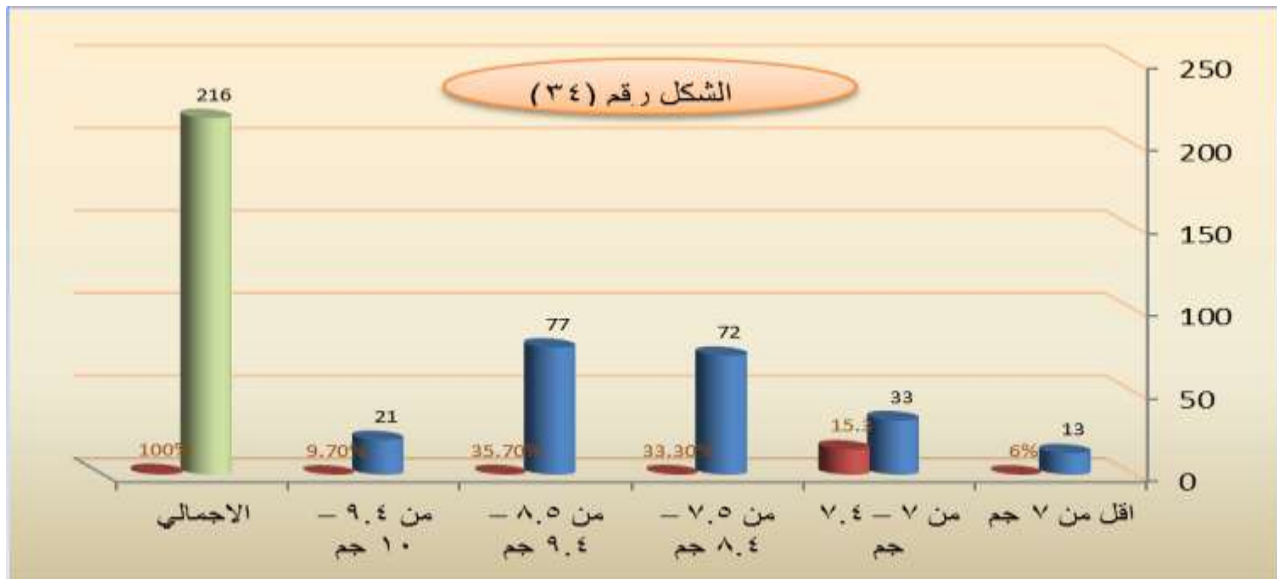


آخر نتيجة لفحص الهيموجلوبين  
الجدول رقم (٣٤)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
6%	13	اقل من ٧ جم
15.3%	33	من ٧ - ٧.٤ جم
33.3%	72	من ٧.٥ - ٨.٤ جم
35.7%	77	من ٨.٥ - ٩.٤ جم
9.7%	21	من ٩.٤ - ١٠ جم
100%	216	الإجمالي

❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣٤) أن أكبر فئة ممن كانت قيمة الهيموجلوبين من 8.5 - 9.4 جم بنسبة 35.7% وأن أقل فئة ممن كانت قيمة الهيموجلوبين لديهن أقل من 7 جم بنسبة 6% مما يدل على أن المتوسط الحسابي لقيمة الهيموجلوبين للنساء المستهدفات هو (8.1) جم.



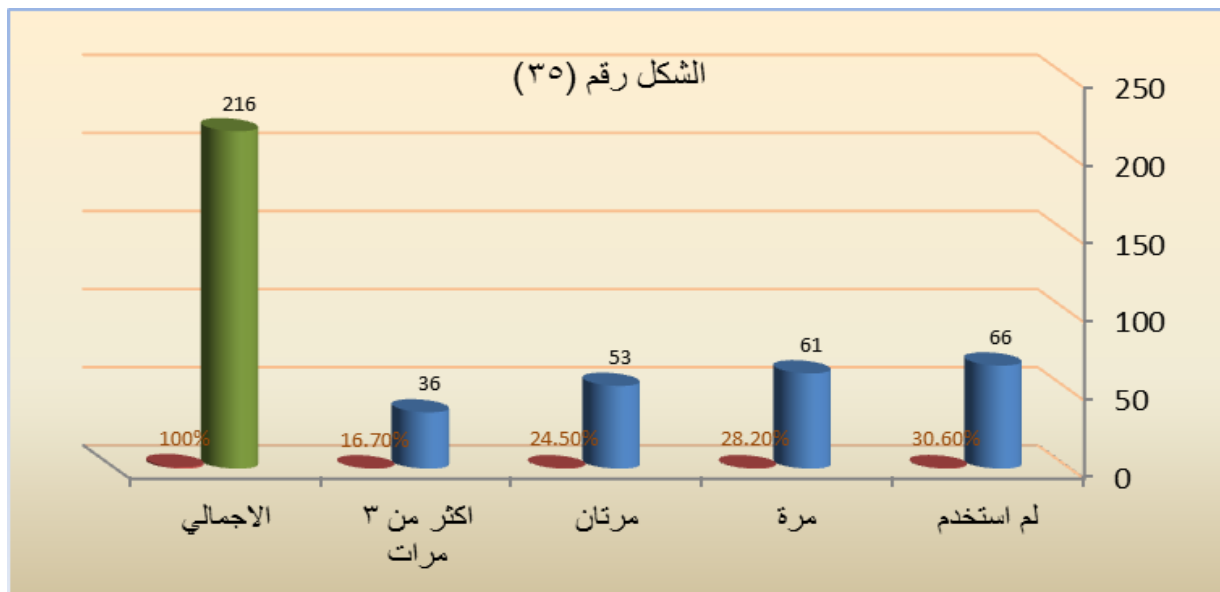
## هل استخدمتي مضادات حيوية خلال فترة الحمل

## أجدول رقم (٣٥)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
30.6 %	66	لم استخدم
28.2 %	61	مرة
24.5 %	53	مرتان
16.7 %	36	اكتر من ٣ مرات
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣٥) أن أكبر فئة ممن لا يستخدمن المضادات الحيوية خلال فترة الحمل بنسبة 30.6% وأن أقل فئة ممن أستخدمن المضادات الحيوية خلال فترة الحمل أكثر من 3 مرات بنسبة 16.7% مما يدل على أن النساء اللاتي يتعاطين المضادات الحيوية أثناء الحمل بنسبة 69.4% ومن لم يتعاطين المضادات الحيوية كانت بنسبة 30.6% مما يدل أن تناول المضادات الحيوية أثناء الحمل أحد العوامل المؤثرة بالإصابة بفقر الدم



## هل تتعاطين الشاي والقهوة بكثرة

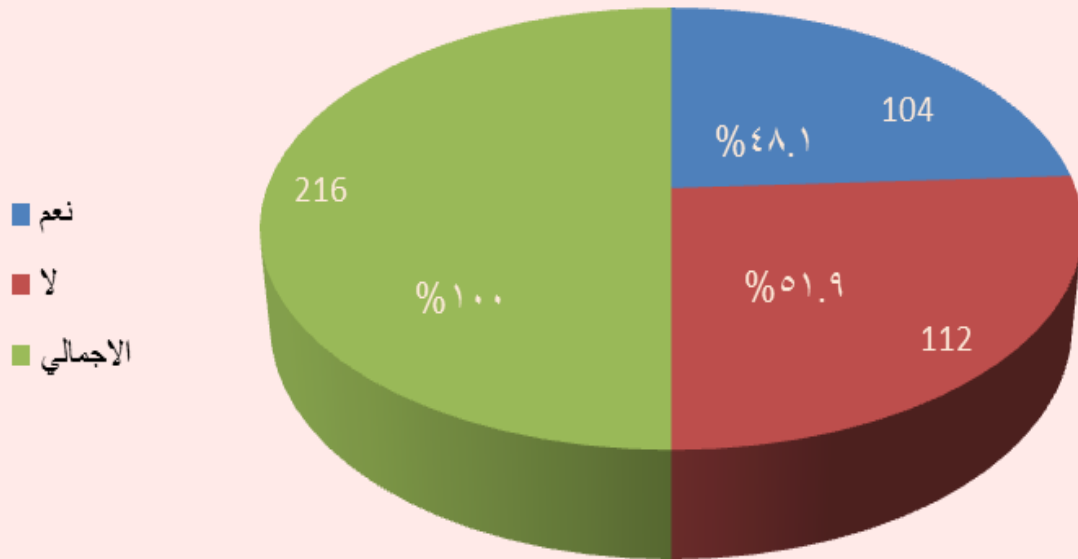
## الجدول رقم (٣٦)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
48.1 %	104	نعم
51.9 %	112	لا
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣٦) أن أكبر فئة هي ممن كانت إجابتهن بلا بنسبة 51.9% وأن أقل فئة ممن كانت إجابتهن بنعم بنسبة 48.1% مما يدل على أن الشاي والقهوة أحد العوامل المؤثرة بالإصابة بفقر الدم بسبب قلة إمتصاص الحديد.

الشكل رقم (٣٦)





## هل تعاني الأم من مشاكل صحية اخرى

## الجدول رقم (٣٧)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
56.9%	123	نعم
43.1%	93	لا
100%	216	الإجمالي

## ❖ التحليل :-

نستنتج من الجدول رقم (٣٧) أن أكثر المشاكل الصحية التي تعاني منها النساء الحوامل كالاتي وبالترتيب:-

١. فقر دم سابق ٥٠ حالة .
٢. ملاريا ٣٥ حالة.
٣. النزيف ١٩ حالة.
٤. سعال وامراض في الجهاز التنفسي ١٨ حالة .
٥. داء المقوسات(داء القطط) جرثومة الحمل ١٨ حالة.
٦. ارتفاع ضغط الدم ١٣ حالة.
٧. الداء السكري ٨ حالات.
٨. الاسهال حالتان .

نستنتج من ذلك أن الامراض المتعلقة بالدم هي اكثر المشاكل الصحية التي تعاني منها النساء الحوامل



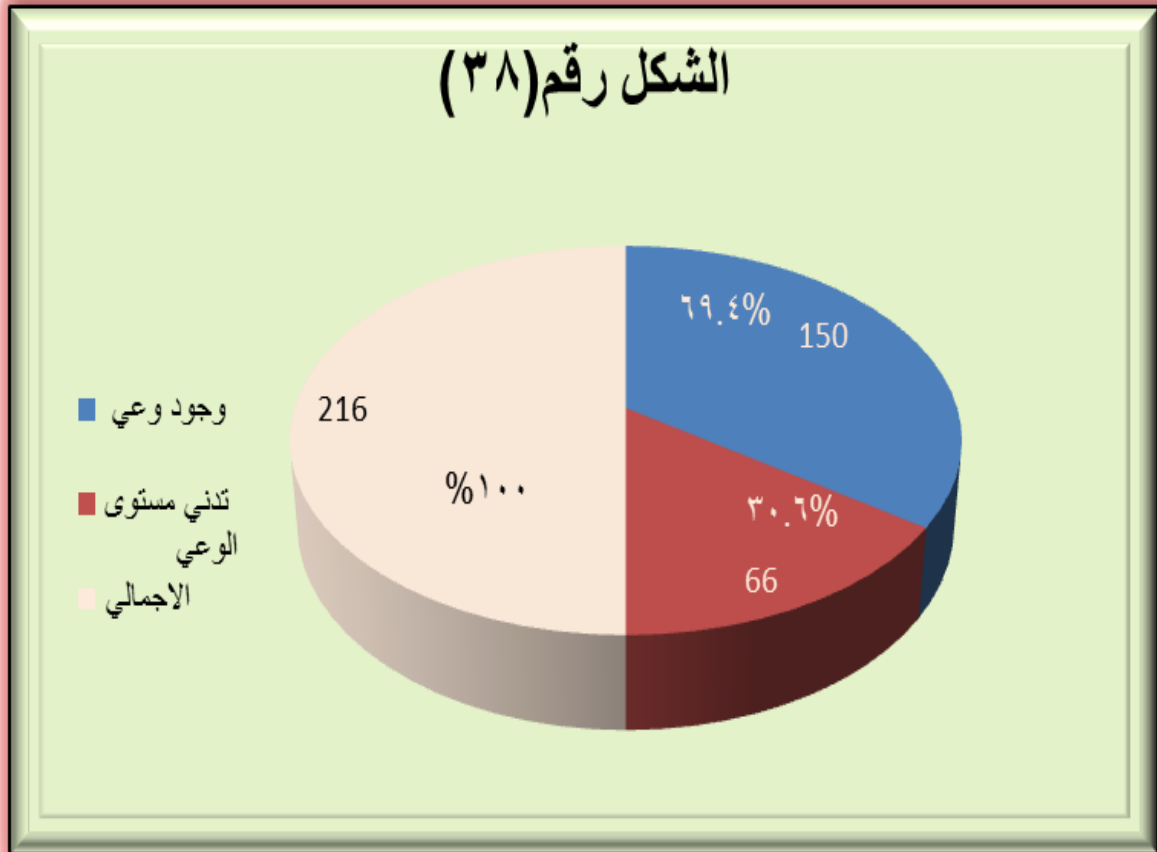
ماهي العلامات الخطيرة في الحمل التي أن ظهرت على الحامل يجب عليها مراجعة الطبيب

الجدول رقم (٣٨)

النسبة المئوية	التكرار	الإجابة
69.4%	150	وجود وعي
30.6%	66	تدني مستوى الوعي
100%	216	الإجمالي

### ❖ التحليل :-

يتضح من الجدول رقم (٣٨) أن الإجابة تدل على وجود وعي حول العلامات الخطيرة في الحمل وبنسبة 69.4% .



### ملخص الاستنتاجات

١. ضعف المعرفة الغذائية في العينة المستهدفة {عدم الثقافة الغذائية} وتدني بسيط في مستوى التعليم وزيادة أعداد أفراد الأسرة والزواج المبكر .
٢. تدني مستوى الوعي لدى النساء الحوامل مما أسهم بتدني المستوى الغذائي لديهن .
٣. من أسباب فقر الدم بين النساء الحوامل { عدم الإختيار الجيد } للعناصر الغذائية التي تزيد من نسبة الهيموجلوبين .
٤. من أسباب فقر الدم تكرار الحمل وعدم المباشرة بين الولادات .
٥. من أسباب فقر الدم العادات الغذائية الخاطئة .
٦. كثير من أفراد العينة لا يقومون بزيارة المركز الصحي .
٧. إنخفاض مستوى الهيموجلوبين لدى النساء الحوامل .
٨. يوجد وعي بسيط ببعض أهمية العناصر الغذائية للأم الحامل .
٩. إن أكثر المشاكل الصحية التي تعاني منها العينة هي ( فقر الدم سابق - ملاريا - النزيف )
١٠. يوجد جهل بدور تناول الشاي والقهوة في التقليل من إمتصاص الحديد مما يؤدي إلى الإصابة بفقر الدم .

## التوصيات

- إستناداً إلى نتائج البحث التي وصلنا إليها نوصي بالآتي :

١. تصميم برامج لرفع الوعي الغذائي الصحي بالمنطقة والتركيز على العادات الغذائية الصحية (السليمة) والإبتعاد عن العادات الغذائية الخاطئة (الغير سليمة) إستخدام الأغذية والموارد الغذائية المحلية المتوفرة بالمنطقة .
٢. تدريب الكوادر العاملة في مجال التثقيف الصحي الغذائي .
٣. توفير الرسائل الإرشادية السمعية والبصرية في مجال التثقيف الصحي الغذائي بالمراكز الصحية ( فئة النساء في سن الإنجاب )
٤. تشجيع زراعة بعض الخضروات والفواكه بالمنازل ( الملوخية - الجرجير )
٥. نوصي بإجراء العديد من البحوث في مجال التثقيف الغذائي للأمهات الحوامل .
٦. عمل حملات تثقيفية تؤكد على عدم تشجيع الزواج المبكر وذلك بالمخاطر الناجمة عن الحمل والإنجاب في هذا السن لعدم إكمال نمو ونضج الفتاه والعمل على توجيه الفتيات على الزواج في سن يتراوح بين ٢٢ - ٣٥ سنة لأنه السن الأمثل لحمل آمن وإنجاب ناجح .
٧. نوصي برفع برامج تعليمية لتوعية المرأة على أهمية متابعة الحمل من خلال زيارات المراكز الصحية .
٨. نوصي بإستخدام برامج التعليم المستمر التي تقدم للعاملين في مجال رعاية الأم والطفل وأن تتضمن موضوعات تتناول أهمية التغذية أثناء الحمل .
٩. توعية النساء بإختيار الأكل المناسب الذي يزيد من عملية إمتصاص الحديد والتقليل من المأكولات والمشروبات التي تحتوي على مواد مثبطة لإمتصاص الحديد ( كالبيض والحليب - والشاي والقهوة )
١٠. نوصي الأمهات بتعاطي الحديد وحمض الفوليك وفيتامين B<sub>12</sub> والمكملات الغذائية الأخرى.

## ملخص الدراسة

تهدف الدراسة إلى معرفة العوامل المؤثرة في إنتشار فقر الدم لدى الحوامل وصياغة برنامج إرشادي غذائي يستفيد منه النساء الحوامل المصابات بفقر الدم في منطقتي زبيد و الجراحي. وتكمن أهمية البحث بعد إثبات تفشي فقر الدم بين النساء في سن الإنجاب وأثناء فترة الحمل. وأن اكثر حالات فقر الدم لدى الحوامل يأتي بسبب نقص الحديد وعناصر أخرى مثل حمض الفوليك وفيتامين (أ) وفيتامين (ب) المركب ونقص هذه العناصر لها تأثير سلبي على وزن المولود وعلى صحة المرأة الحامل ومن الجانب الآخر فإن من أسباب الأنيميا الجهل - الفقر - العادات الغذائية السيئة - بعض الامراض المزمنة.

### مكان الدراسة :-

أجريت الدراسة في المراكز الصحية الآتية ... مركز زبيد الصحي - مستوصف الاسرة بزبيد - مستشفى زبيد العام - مركز الأمومة والطفولة بالجراحي - مركز السلام الجراحي .

### أدوات جمع البيانات:-

- تصميم إستمارة إستبيان لتحديد العوامل الخطيرة التي تسبب مرض فقر الدم معتمدة على المراجع والأبحاث والمقالات المتعلقة بهذا الموضوع متضمنة بيانات المريضة الديموغرافية لتاريخ المرض والنساء الخاصات بالدراسة .

### أدوات البحث :-

١- الإستبيان

٢- المقابلة

وحيث شملت العينة ( ٢١٦ ) امرأة من النساء الحوامل المصابات بفقر الدم والمترددات على المراكز الصحية أثناء فترة إجراء الدراسة.

حيث تمت الدراسة في مختلف الفترات من الحمل وفق إستبانة تم إعدادها بعد الإطلاع على بحوث مماثلة ، وتم تقديم وشرح المطلوب من قبل الباحثين للعينة وإخراج البحث بنتائج كثيرة أهمها :-

١) ضعف المعرفة الغذائية في العينة المستهدفة {عدم الثقافة الغذائية} وتدني بسيط في مستوى التعليم وزيادة أعداد أفراد الأسرة والزواج المبكر .

٢) تدني مستوى الوعي لدى النساء الحوامل مما اسهم بتدني المستوى الغذائي لديهن وأن أكثر المشاكل الصحية التي تعاني منها العينة هي ( فقر الدم السابق - الملاريا - النزيف )

٣) إنخفاض مستوى الهيموجلوبين لدى النساء الحوامل .

٤) كثير من أفراد العينة لا يقومون بزيارة المراكز الصحية .

و خرجت الدراسة بتوصيات منها تصميم برامج لرفع الوعي التغذوي والصحي بالمنطقة والتركيز على العادات الغذائية الصحيحة السليمة والإبتعاد عن العادات الغذائية غير الصحيحة، باستخدام الأغذية والموارد الغذائية المحلية المتوفرة في منطقة الدراسة، وإجراء المزيد من البحوث في مجال تصميم برامج التثقيف الغذائي والتعليم الغذائي، وتدريب الكوادر العاملة في مجال التثقيف الصحي الغذائي، وكذلك توفير الوسائل الإرشادية السمعية والبصرية في مجال التثقيف الغذائي في المراكز الصحية في سن الإنجاب ، وتشجيع زراعة بعض الخضروات في المنازل والمزارع المحلية مثل ( الجرجير - الكركدة - السبانخ ) .

### Study summary

The study aims to find out the factors affecting the prevalence of anemia in pregnant women and to formulate a dietary guidance program for the benefit of anemic pregnant women in Zabid and Al Garrahi regions. The importance of the research lies in the evidence of anemia prevalence among women of childbearing age and during pregnancy. And that most cases of anemia in pregnant women come due to a deficiency of iron and other elements such as folic acid, vitamin A and vitamin B complex, and the deficiency of these elements has a negative effect on the weight of the newborn and the health of the pregnant woman. On the other hand, one of the causes of anemia is ignorance - poverty - habits Poor diet - some chronic diseases.

### Study place:

The study was conducted in the following health centers: Zabid Health Center - Al-Osra Clinic in Zabid - Zabid General Hospital - Maternity and Childhood Surgical Center - Al-Salam Surgical Center.

### Data collection tools:-

- Designing a questionnaire to identify the risk factors that cause anemia based on references, research and articles related to this topic, including the patient's demographic data for the history of the disease and the women of the study.

### search tools :-

1- The questionnaire

2- The interview Where the sample included (216) pregnant women suffering from anemia and attending health centers during the study period. Where the study was carried out in different periods of pregnancy according to a questionnaire that was prepared after reviewing similar research, and the required explanation was presented by the researchers to the sample and the research was produced with many results, the most important of which are:

1) Poor knowledge of food in the target sample (lack of food culture), a slight decline in the level of education, and an increase in preparing family members and early marriage.

2) The low level of awareness among pregnant women, which contributed to their low nutritional level. The most common health problems that the sample suffers from are (previous anemia, malaria, bleeding).

3) Low level of hemoglobin in pregnant women.

4) Many respondents do not visit health centers.

The study came out with recommendations, including designing programs to raise nutritional and health awareness in the region, focusing on correct and healthy eating habits, and avoiding incorrect eating habits, using local food and food resources available in the study area, and conducting more research in the field of designing nutritional education and nutritional education programs, and training cadres. Working in the field of nutritional health education, as well as providing audio-visual guidance in the field of nutritional education in health centers of childbearing age, and encouraging the cultivation of some vegetables in homes and local farms such as (watercress - karkada - spinach).



## المراجع :-

[1] Understanding Anemia the basics webmd . com .

[2-3] Global anemia prevalence and number of individuals affected world Health organization , Retrieved 15 – 10 – 2016 .

Bruno de Benoist ,Erin Mclean , Ines Egli and others of Anaemia 1993 – 2005 WHO Global Database on Anaemia Geneva Switzerland : World Health Orgnization Page 3,4 . Edited

[4] web TEb . فقر الدم بسبب نقص الحديد .

[5] Iron deficiency anemia , Medline plus .

[6] Vitamin deficiencg anemia mayo أ . ب Clinic 2.1.2014 .

[7] What is Aplastic Anemia ?

National Hear , Lung and blood Instituie .

[8] Web Teb فقر الدم اللاتنسجي

[9] Hemolysis, Medline . Plus .

[10] April Khn . Rachel Nal (23 – 10 – 2015 )

Hemolytic .Anemia line .

[11] Sickle Cell Anemia Medline Plus .

[12] web Teb أ . ب . ت فقر الدم - الأنيميا

[13] Thalassemia mayo clinic

[14] Anemia Mayo Clinic أ . ب

[15] What Are the signs and Symptoms of Anemia ?

National Heart , lung and blood institute .

١٦- بورد ١٩٨٩

١٧- ويكبيديا

١٨- كليفلاند كلينك

[19] Parenting First cry – list of 20

[20] Different Types of Pregnaucy 30/3/2020

[21] everyday hedth – Types of pregnancy 30/3/2020

[22] Babymed – Different Types of Pregnancy 30/3/2020

[23] Planned Parenthood – Ectopic Pregnancy 30/3/2020

[24] Pregnancy birthand baby types of mi scarriage 30/3/2020

[25] Geneva 2002 world Hedth or ganizatiom WHO

[26] Robinson . Myors . Bethan . Parord . Sue strony . Jane . Alard .  
Shubha . Susan : 2012 يناير oppenheiner .christina

16) uk guidelienes on the manage ment of iron de Fiiency in

Pregnanclly ( <https://web.archive.org/web/20141210104307https://onlinelibrary.wiley.com/doi/Full/10.1111/j.1365-2141.2011.09012.X>)

65 – 2141 . 2011 . 09012 × )) British Jounol of Haematology 156 ((5)) 588 . 600 – doi : 10.1111 / j.1365 – 2141 . 2011 . 09012 . X ((<https://doi.org/10.1111/j.1365-2141.2011.09012.X>) issn0007 1048 ((<https://online.library.wiley.com/doi/Full/10.1111/j.1365-2141.2011.09012.X>) مؤرشف من الفصل )

Y. Com / doi / Full / 10 . 1111 / j 1355 – 2141 . 201 – 10 – 12 – 2019

[27] Breymann . christain ((2015 – 10 )) iron Denicicney Anemia  
inpregnany . web . archire . ory / web / 20180607173242 / h ttps //  
Linkinghub . elsevier . com / retrieve / pii / 500371963 15000591 )  
seminars in – 339 ((4)) 52 (بالإنجليزي) 11ematology 4 7 doi – 150 1053 /  
jseminhemato 2051 . 07 . 003 <https://doi.org/10.1053/jseminhemato.2051.07.003>

seminhenat 01 . 2015 . 07 . 003 Archived com / retrived / pii /  
Soo37196315000591 on 2018 – 06 – 07

**[28]** Henrys elinical diagnosis and management by laboratory methds ((  
[https // web . archive . orglweb / 20 / 9 / 2108413](https://web.archive.org/web/20/9/2108413)

5/ [https // www . wondcat . org / title / henrys . C – linical diagnosis –  
and . management – by – lab – linical – diagnosis and – management –  
by – lab - oratory – methodsloc / 7003 76882 22nded Philadelphia , PA](https://www.wondcat.org/title/henrys.C-linical%20diagnosis-and-management-by-lab-linical-diagnosis-and-management-by-lab-oratory-methodsloc/70037688222ndedPhiladelphia,PA)

**[29]** [www . nhlbi . nih . gov](http://www.nhlbi.nih.gov)

**[30]** The mana gement of anaemia and heamatinic deficiencies in  
pregnaney and post – partun .

TransTusion medicine (( Oxford , England .

**[31]** Themengement of anaemia and . haematinic doficieneies in  
preghany and postpartum Transfuison medicine oxford, Englanel

**[32]** Lozoff, Bestsy , Beard , John , ConnorJames Barbara, Felt , Goryieff ,  
Michael , schallert, Timothy ((May2006

بوابة طب . بوابة صحة المرأة - بوابة المرأة

[https / ar . wikipe dia / org / W / index . php](https://ar.wikipedia.org/W/index.php) مطلوبة من

ttile = فقر الدم اثناء الحمل oldid = 60836424

# الملاحق



معهد الجراحي للعلوم الصحية  
مشاريع التخرج للعام ٢٠٢٣م  
قسم : مساعد طبيب

### استبيان بحث حول

( العوامل المؤثرة في انتشار فقر الدم ( الانيميا ) لدى النساء الحوامل )

دراسة ميدانية في مديرتي الجراحي وزبيد - محافظة الحديدة

إشراف الدكتور/ عمر أفلاح

مرحبا ... نحن طلاب وطالبات معهد الجراحي للعلوم الصحية سنه ثالثة قسم مساعد طبيب نقوم بدراسة مشروع تخرج بعنوان (( العوامل المؤثرة في انتشار فقر الدم ( الانيميا ) لدى النساء الحوامل ) في مديرتي الجراحي وزبيد بمحافظة الحديدة ... وذلك لنيل درجة الدبلوم العالي - إن المعلومات التي تدلى بها سريه والا تستخدم إلا لأعراض البحث العلمي - ليس من المهم ان نعرف اسمك ولكن المهم ان نحصل على إجابتك فهي تفيد في تطوير البحث العلمي - لست وحدك المجيب بل إجابتك ستضاف الى إجابات اخرين مستهدفين من هذا البحث نطمح الى ان تقدر اهدافنا العلمية وبالتالي نتفهم الى الحصول على إجابته صريحه معك

نرجوا منكم تعبئة الاستمارة بحسب ما هو محدد ونود التأكيد لكم بأن جميع البيانات ستعامل بسرية تامة وهي تستخدم لغرض البحث العلمي ولن يلحقكم أي ضرر من إجابتك على هذه الاسئلة

مع تمنياتنا لكم بالسلامة التامة

### اولا : بيانات خاصة بالحوامل :

١- عمر الأم الحالي :

اقل من ١٥ سنة	من ١٥ الى ١٨	من ١٨ الى ٣٥	من ٣٥ الى ٤٥	اكبر من ذلك

١- عمر الأم عند الزواج :

اقل من ١٥ سنة	من ١٥ الى ١٨	من ١٨ الى ٣٥	من ٣٥ الى ٤٥	اكبر من ذلك

٢- الوزن والطول

الطول			الوزن		
طويل	معتدل	قصير	سمنة	معتدل	نحافة

[ العوامل المؤثرة في إنتشار فقر الدم (الأنيميا) لدى النساء الحوامل ]

٣- المستوى التعليمي للام :

اميه ( لا تقرا ولا تكتب)	اساسي ( تقرا وتكتب )	ثانوية	جامعية

٤- السكن الحالي

ريف	مدينة

٥- الحالة الاجتماعية الحالية للام :

تعيش مع زوجها	خلافات مع زوجها	مطلقة	ارملة

٦- قبل الحمل هل كانت الدورة الشهرية منتظمة :

نعم	لا

٧- عدد مرات الحمل :

الأول	الثاني	من ٣ الى ٥	من ٦ الى ١٠	اكثر من ١٠

عدد مرات الاجهاض	عدد الولادات القيصرية

٨- المستوى المادي / الاقتصادي للأسرة :

متدني	متوسط	جيد

٩- نوع السكن :

شقه	منزل شعبي	عشه	خيمة	اخرى تذكر

١٠- عدد الافراد المقيمون في الأسرة ؟

٣-٢	٥-٤	١٠-٦	اكثر

١١- ما هو متوسط التباعد بين الحمل الاخير و الحمل الحالي ؟

اقل من سنة	من سنة الى سنتين	اكثر من ثلاث سنوات

## [ العوامل المؤثرة في إنتشار فقر الدم (الأنيميا) لدى النساء الحوامل ]

ثانيا : بيانات خاصة من فحص الهيموجلوبين :

١٢- ما نتيجة اخر فحص للهيموجلوبين :

أقل من ٧ جم / دل	من ٧ - ٧.٤ جم / دل	من ٧.٥ الى ٨.٤ جم / دل	من ٨.٥ الى ٩.٤ جم / دل	من ٩.٥ الى ١٠.٩ جم / دل

١٣- هل تعاني الام من مشاكل صحية اخرى

لا	نعم

١٤- اذا كانت الاجابة نعم يتم وضع اشارة في المكان المخصص :

فقر دم سابق	ملاريا	سعال او امراض في الجهاز التنفسي	داء المقوسات (جرثومة الحمل)	اسهال او اضطرابات هضمية	نزيف	سكري	ارتفاع ضغط الدم

١٥- هل تلخنين ؟

لا	نعم

١٦- هل تتعاطين القات

لا	نعم

١٧- هل تتعاطين الشاي والقهوة بكثرة ؟

لا	نعم

١٨- هل تتناولين حبوب حمض الفوليك والحديد عند كل حمل ؟

لا	نعم

١٩- اذا كانت الاجابة ( لا ) فما هي الاسباب ..... انكرها

٢٠- كم عدد المرات التي تزورين فيها المركز الصحي / العيادات لغرض متابعة الحمل

لا استطيع	المركز بعيد	نادرا	عندما اشعر بالتعب	باستمرار وكل شهر

٢١-تقييم المعرفة :

		فقر الدم يحدث بسبب سوء التغذية
		فقر الدم هو سبب للدوخة والدوار وفقدان الشهية
		الزواج والحمل في سن مبكر قد يؤدي الى فقر الدم
		أفراص حمض الفوليك والحديد مفيدة للحامل للوقاية من فقر الدم
		وسائل تنظيم الاسرة تفلل النزيف اثناء فترة الطمث في الدورة الشهرية
		الشاي و القهوة من العوامل المساعدة على الاصابة بفقر الدم
		تعاطي الفيتامينات اثناء الحمل يزيد من حجم الجنين ويؤدي الى عسر الولادة

٢٢-تقييم النظام الغذائي

الفقرة	نعم	لا
هل تتناولين ثلاث وجبات رئيسية في اليوم		
هل تتناولين الفواكه بشكل يومي		
هل تتناولين الخضار والبقوليات بشكل اساسي		
هل تتناولين طحين الذرة والخبز الأحمر بشكل يومي		
هل تتناولين اللحوم ( سمك - دجاج - لحم - كبد ) بشكل اساسي		
هل تتناولين البيض في وجباتك الغذائية		
هل تتناولين شرب الشاي مع او بعد وجبات الطعام		

٢٣-كم مرة استخدمتي مضادات حيوية خلال فترة الحمل الحالي :

لم استخدم	مرة	مرتين	اكثر من ثلاث مرات

٢٤- برأيك ..... ماهي العلامات الخطيرة في الحمل التي ان ظهرت على الحامل يجب عليها مراجعة المركز الصحي ؟

٢٥- ماذا تعرفين عن اسباب فقر الدم لدى الحوامل ( تذكر كما ترويهما الحامل ) :

اسم الطالب الباحث ..... تاريخ أخذ الاستبيان .....



## الخاتمة

لقد كان الهدف العام من هذه الدراسة هو معرفة العوامل المؤهلة التي تساهم في فقر الدم لدى النساء الحوامل وتحديد الأسباب المختلفة و الارتباط بين شدة فقر الدم و خصائص الحامل المختلفة ومن خلال هذه الدراسة العملية تبين لنا إنتشار فقر الدم عند النساء الحوامل المترددات على مراكز الرعاية الصحية يعتبر مرتفعاً بشكل عام ومعظمهم كانوا يعانون من فقر الدم من النوع المعتدل حيث أن مستوى الهيموجلوبين لديهم كان من ٧ إلى ٩ جم / دسيليتر

وارتبط ذلك ارتباطاً وثيقاً بعدة عوامل منها طبيعة السكن و المستوى الإقتصادي للإسرة و عمر الحمل وعدم الإلتزام بالرعاية الصحية المبكرة للأم الحامل وقلة الوعي العام بأهمية التغذية الجيدة للحامل كما أن الإشاعات التي تشاع بأن مكملات الحديد وحمض الفوليك تزيد من وزن الجنين وتؤدي إلى عسر الولادة كانت من أهم عوامل الخطر للإصابة بفقر الدم .

لهذا كانت توصيات الدراسة حول تحسين الوضع الإقتصادي و تنوع تناول الطعام بما في ذلك الأطعمة الغنية بالحديد و تناول مكملات الحديد باستمرار و تشجيع المرأة الحامل على الحضور إلى مراكز رعاية الحامل وفق الجدول الزمني للزيارات المحددة ببطاقة رعاية الحامل المتفق عليها في وزارة الصحة العامة والسكان كما أن لتعزيز التفقيف الغذائي لصحة الأم له دور كبير في الحد من أنتشار فقر الدم أثناء الحمل.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## إعداد :

مصطفى محمود الحميدي - عبدالله محمد باجل

يحيى عيسى دين - محمد علي الحميدي

محمد حميد بره - محمد سعيد عبده

كلثوم أحمد حيدر - أميره أحمد معمري

علياء علي سالم - ذكرى عبده مرزوق

بشرى إبراهيم حايك - ملك علي شلا

صادق حداد الدباسي - حميد عبدالرحمن غالب

عاصمه منصور الحاتمي - حنين محمد فقيه

حمزه محمد النعمي



2022/2023