

دراسة : النسيان أمر طبيعي مع “الأمومة”

تعتبر الأمومة من أكثر التجارب الإنسانية الفريدة إلا أنها ترافقها حقيقة النسيان و فقدان الذاكرة لدى الأمهات الجدد. قد تنسى في هذه التجربة أسماء الأصدقاء ، أو تهمل الرد على الرسائل الهاتفية، وأحيانا لا تعلم سبب الذهاب إلى المطبخ ! سببت حالة النسيان قلقا لدى عدد من الأمهات واعتبرنها علامة ضعف ، وتخشى من استمرار هذا الوضع للأبد. وأكد باحثون مؤخرا أن ظاهرة فقد الذاكرة لدى حديثات العهد بالأمومة هي في الواقع حالة طبيعية. ووثق الباحثون ذلك علميا ووجدوا العوامل الرئيسة التي تسبب ضعف الذاكرة ، بما في ذلك التغيرات الهرمونية والتعب والإجهاد الناجم عن رعاية طفل جديد. والخبر السار هو أن الباحثين يعتقدون أن على الأمهات عدم القلق كثيرا من هذه الحالة، لأنها مشكلة قصيرة الأجل تستمر لبضعة أشهر قبل أن تتحسن الأمور وتعود إلى طبيعتها. وفي نهاية المطاف ستكتشف السيدات أن لديهن ذكريات أفضل من السابق، وسيصبحن أكثر قدرة على التعامل مع مهام متعددة مما كن عليه قبل الولادة. وقام باحثون من جامعة بوسطن ومعهد ماساتشوستس للتكنولوجيا بدراسة ظاهرة “فقدان الأمهات للذاكرة” خلصوا إلى أن النسيان بعد الولادة يمكن إرجاعه إلى أربعة عوامل رئيسة: الأولويات وألم الولادة والهرمونات والإرهاق. العامل الأول تعتبر ظاهرة فقدان الذاكرة جزء من طريقة غير مباشرة لاستعادة حديثات العهد بالأمومة ضبط حياتهن بعد الولادة .



يقول الطبيب النفسي العصبي لوان بريزيندين أحد الباحثين الرئيسيين في الدراسة: ” حديثا العهد بالأمومة مكسرات لخدمة هذا الرضيع الصغير، ومصممت على إبقائه قيد الحياة بغض النظر عن أي أمر آخر. هذه هي أولويتهم الأولى وبالتالي يتم نسيان الأمور الأقل أهمية ، أو على الأقل وضعها في منطقة أقل نشاطا من الدماغ”.

إقرأ أيضا :

شهادة النساء منفردات في الإسلام

العامل الثاني النسيان هو جزء من آلية الدفاع عن المرأة بعد معاناتها من قساوة ألم الولادة.

وتوضح الدكتورة شارون فيلان طبيبة أمراض النساء في كلية نيو مكسيكو للطب “إذا لم تتلاشى ذكرياتنا فلن نمارس الجنس مرة أخرى”.

ثالثا تهبط مستويات هرمون الاستروجين لدى النساء من ارتفاع كبير في أواخر الحمل إلى مستويات صفيرية تقريبا بعد الولادة، وبينما يلعب هرمون الاستروجين دورا رئيسيا في الخصوبة ، إلا أنه يعمل أيضا كناقل عصبي ، ويرسل إشارات إلى الدماغ.

وأخيرا ستشعر حديثا العهد بالأمومة بالتعب وذلك بناء على إفادتهن.

وقدر الباحثون أن المرأة يمكن أن تفقد في السنة الأولى ما يصل إلى 700 ساعة من النوم من أجل رعاية طفلها أي ما يعادل ساعتين في الليلة .

وستشعر السيدات اللواتي يرضعن أكثر بتعب أكبر من غيرهن، وهذا عامل بالغ الأهمية عندما يتعلق الأمر بالقدرة على تذكر الأشياء.

وأشار أستاذ علم الأعصاب في معهد ماساتشوستس للتكنولوجيا جون غابرييلي إلى أن ” الإرهاق عامل مدمر للذاكرة ، تشير الدراسات إلى أن الناس قد يعيدون أحداث اليوم في أذهانهم أثناء نومهم، وعندما لا ينام الإنسان، أو إذا كان نومه متقطعا، فقد لا يتم دمج أحداث اليوم في ذكريات طويلة الأجل”.

وتزيد معدلات الرضاعة الطبيعية أيضا من وقت المعاناة مع النسيان لأنه ينشر الهرمونات التي تساعد الأمهات على الاسترخاء ، ويعزز الشعور الناعم المريح والفاقد للتركيز المعتدل.

حذر نشطاء من أن وضع وسوم وعلامات غير دقيقة ومربكة على الحليب الصناعي يمكن أن يعرض صحة الأطفال للخطر.

وقال الصندوق الوطني للولادة (NCT) إن الحليب الصناعي المجفف ليس معقما ويمكن أن يكون ملوثا بالبكتيريا وبالتالي من المحتمل أن تتسبب في أمراض مثل التهاب السحايا وتسمم الدم. وبالرغم من أن المرض نادر جدا ، إلا أن منظمة الصحة العالمية تنصح بتكوين زجاجة حليب واحدة فقط في كل مرة مع مزجه بماء تفوق درجة حرارته 70 درجة مئوية من أجل قتل البكتيريا وتقليل المخاطر.

وأضاف الصندوق الوطني للولادة (NCT) إنه يجب استخدام الماء في غضون 30 دقيقة من الغليان والتخلص من أي حليب غير مستخدم.

ولكن وفقا للمؤسسة الخيرية ، فإن التعليمات المرفقة مع عدد من علب الحليب الصناعي تتناقض مع هذا التوجيه.

يقترح بعض المصنعين أنه يمكن تبريد الخليط لمدة 30-40 دقيقة. ويقول آخرون إنه يمكن وضع الماء المغلي مسبقا في زجاجات معقمة وتخزينه لمدة تصل إلى 24 ساعة.

ودعا الصندوق الوطني للولادة (NCT) مصنعي الحليب الصناعي إلى تحديث معلوماتهم بحيث تكون واضحة وشاملة وتتطابق مع المبادئ التوجيهية.