الاستعداد للحمل:
قرار مبكر لتحقيق نتائج صحية أفضل

تعزيز الصحة قبل الحمل في قطر



أ.د. حنان عبد الرحيم

أستاذ الصحة العامة (علم الوبائيات)، كلية العلوم الصحية – جامعة قطر

يعتقد كثير من الناس أن الصحة تبدأ عند الولادة، إلا أن الأبحاث تُظهر أنها تبدأ قبل ذلك بكثير. فقبل ولادة الطفل، بل وحتى قبل حدوث الحمل، تبدأ أسس الصحة في التكوُّن تدريجيًا. فعلى سبيل المثال، تؤثر تغذية الوالدين ونمط حياتهما قبل الحمل تأثيرًا كبيرًا في نمو الأطفال وفي احتمالات إصابتهم بالأمراض (Jahan-Mihan et al., 2024). وقد شكّلت هذه المرحلة الحاسمة، المعروفة بمرحلة ما قبل الحمل، محور دراستنا البحثية.

بالتعاون مع مؤسسة الرعاية الصحية الأولية، يجري فريق بحثي من جامعة قطر، يضم الأستاذة الدكتورة حنان عبد الرحيم، أستاذة الصحة العامة (علم الوبائيات)، والدكتورة غدير الجيوسي، أستاذ مساعد في الصحة العامة، وطالبي ماجستير الصحة العامة عبد الله عنانزة ومايرة شهباز، دراسة تهدف إلى تعزيز فهم صحة ما قبل الحمل وقياسها ودعمها في دولة قطر، وذلك من خلال تطوير مجموعة أساسية من مؤشرات الرصد التي تمكّن النظام الصحي من متابعة صحة الرجال والنساء قبل الحمل وتحليلها وتحسينها. وتحظى الدراسة بدعم من منحة تعاونية من جامعة قطر (QUCG-CHS-25/26-725).

أهمية وجود مجموعة أساسية من المؤشرات

يعتمد نظام الصحة العامة القوي على قياس دقيق ومتّسق للظواهر الصحية. ومن دون مؤشرات قياس واضحة تُجمع بصورة منتظمة، يصعب تقييم الوضع الراهن أو اتخاذ قرارات بشأن الجوانب التي تتطلب التحسين.

تسعى الدراسة إلى تحديد مجموعة من مؤشرات صحة ما قبل الحمل تتسم بما يلي:

- **شاملة:** تعكس أهم جوانب الصحة قبل الحمل.
- **حسّاسة:** قادرة على رصد التغيرات المهمة بمرور الوقت.
- **موجَّهة للتخطيط:** تساعد صُنّاع القرار على وضع سياسات وبرامج تستجيب للاحتياجات الفعلية.
- **قابلة للتطبيق:** يمكن جمعها ومتابعتها بسهولة ضمن النظام الصحي في دولة قطر.

قد تشمل هذه المؤشرات، على سبيل المثال، نسبة النساء اللاتي يتناولن حمض الفوليك قبل الحمل، ونسبة الشباب الذين يحافظون على وزن صحي، ومستوى الإقبال على الاستشارات الوراثية بين الأزواج، وغيرها. كما تُتيح المتابعة المنتظمة لهذه المؤشرات للجهات الصحية تحديد الفجوات، ورصد الاتجاهات، وتصميم تدخلات موجهة تُسهم في تحسين صحة الأجيال الحالية والمقبلة.

منهجية الدراسة

تتبع الدراسة منهجية متكاملة تجمع بين مراجعة الأدبيات العلمية والاستفادة من آراء المتخصصين في الرعاية الصحية وأفراد المجتمع، بما يضمن فعالية المؤشرات المقترحة وقابليتها للتطبيق. وتشمل مراحل الدراسة ما يلي:

1. المراجعة الاستكشافية: لرسم خريطة للأدبيات العالمية والإقليمية وتحديد المؤشرات المحتملة لصحة ما قبل الحمل. وقد ركزت المراجعة على بلدان إقليم شرق المتوسط.

2. المقابلات النوعية: استكشاف وجهات نظر أفراد المجتمع لفهم آرائهم وأولوياتهم وتفضيلاتهم بشأن رعاية ما قبل الحمل.

3. مسح دلفي: بناء توافق في الآراء بين الخبراء وممثلي المجتمع بشأن المجموعة النهائية من المؤشرات.

4. تقييم التطبيق والجدوى: تقييم مدى القبول والجدوى والاستعداد المؤسسي لدمج مجموعة المؤشرات النهائية في نظام الرعاية الصحية الأولية في دولة قطر، من خلال التشاور مع مقدمي الرعاية الصحية وصُنّاع القرار.

التقدم المحرز حتى الآن

اكتملت المرحلة الأولى من الدراسة بنجاح من خلال مراجعة استكشافية شاملة للأدبيات الدولية والإقليمية المتعلقة بمؤشرات صحة ما قبل الحمل. وحددت المراجعة نطاقًا واسعًا من المؤشرات المستخدمة حاليًا في مختلف البلدان، كما أبرزت تفاوتًا كبيرًا في أساليب رصد صحة ما قبل الحمل، مما يؤكد الحاجة إلى مجموعة أساسية موحدة من المؤشرات. وخلصت المراجعة أيضًا إلى أن رعاية ما قبل الحمل في إقليم شرق المتوسط لا تزال تركز على الجوانب الطبية الحيوية والفحوصات، مع محدودية دمج المحددات النفسية والاجتماعية ومحددات النظام الصحي.

وقد وفرت هذه النتائج الأساس العلمي للمراحل اللاحقة من الدراسة، بما في ذلك جولات التشاور مع أصحاب المصلحة، وبناء توافق الخبراء، وتقييم الجدوى ضمن نظام الرعاية الصحية الأولية في دولة قطر.

تعاون دولي

تندرج هذه الدراسة ضمن حركة دولية وجهود بحثية عالمية تهدف إلى النهوض بصحة ما قبل الحمل.

وقد أسهمت دولة قطر في هذه الجهود من خلال التحالف الدولي للمؤشرات الأساسية لصحة ما قبل الحمل (iCIPHE)، الذي تقوده منذ عام 2022 الدكتورة دانييل شوناكر من جامعة ساوثهامبتون والأستاذة جوديث ستيفنسون من معهد صحة الطفل في كلية لندن الجامعية.

ويشارك باحثو جامعة قطر في هذا التحالف، كما أن الدكتورة غدير الجيوسي عضو في فريق العمل الأساسي فيه، الذي وضع بروتوكول تحديد مجموعة موحدة من المؤشرات القابلة للتطبيق في البلدان مرتفعة ومتوسطة ومنخفضة الدخل (Schoenaker et al., 2026a).

وفي عام 2024، شاركت الدكتورة غدير الجيوسي في اجتماع منظمة الصحة العالمية في جنيف بعنوان «إعادة صياغة خدمات الرعاية لتحسين صحة ما قبل الحمل»، حيث ناقش الاجتماع الأدلة العالمية وحدد معايير الرعاية الأساسية والفجوات القائمة، بما يوجِّه السياسات والبرامج المستقبلية (WHO, 2024).

وقد نُشرت أعمال التحالف الدولي للمؤشرات الأساسية لصحة ما قبل الحمل، بما في ذلك مساهمة فريق الدراسة في دولة قطر، مؤخرًا في المجلة الطبية المرموقة *The Lancet (Schoenaker et al., 2026b)*، ومن خلال هذا التعاون الدولي، تُسهم دولة قطر في صياغة الحوار العالمي بشأن صحة ما قبل الحمل، وتضمن اتساق جهودها الوطنية مع المعايير العلمية والتطبيقية المعتمدة عالميًا.

لماذا يكتسب هذا الموضوع أهمية؟

يكمن مستقبل الصحة في الوقاية. فالانتظار حتى ظهور المرض يكون في كثير من الأحيان متأخرًا أو مرتفع التكلفة أو بالغ التعقيد. ومن خلال التدخل المبكر، يمكننا الإسهام في بناء أجيال أكثر صحة.

وفي دولة قطر، التي تتميز بتركيبة سكانية شابة ومتنامية، تهدف هذه الدراسة إلى دعم الشباب في تبنّي عادات صحية، وتمكينهم من الحد من عوامل الخطر، ومساعدة الأزواج على التخطيط الواعي، وتشجيع الوالدين على أن يكونوا قدوة لأبنائهم.

ولا تقتصر هذه الدراسة على كونها بحثًا علميًا فحسب، بل تمثل التزامًا وطنيًا ومجتمعيًا بالإقرار بأن الصحة تبدأ قبل الولادة بوقت طويل، من خلال الخيارات اليومية التي نتخذها.

وفي جامعة قطر، وبالتعاون مع مؤسسة الرعاية الصحية الأولية، وضمن إطار رؤية منظمة الصحة العالمية، يعمل الفريق البحثي على تعزيز صحة ما قبل الحمل لتصبح ركيزة أساسية في السياسات الصحية والممارسات المجتمعية في دولة قطر.