

تأثيرات أشعة الشمس على الحوامل بشكل إيجابي!



وجد باحثون في جامعة إدنبرة الأسكتلندية إلى دراسة حديثة تؤكد بأن تعرض المرأة في الأشهر الثلاثة الأولى من الحمل لأشعة الشمس يقلل من خطر الولادة المبكرة، وذلك حسب ما نشر موقع "medicalxpress" الطبي.

وأجرى الباحثون دراساتهم وتحليلاتهم على بيانات 400 ألف أم وأكثر من نصف مليون طفل تمت ولادتهم بعد مرور 24 أسبوعاً من الحمل وسجلات المواليد الأحياء في اسكتلندا على مدار 10 سنوات ماضية تحديداً منذ 2000 وحتى 2010.

وخلصت نتائج الدراسة، إلى أن النساء اللاتي تعرضن بشكل قليل لأشعة الشمس خلال فترة الحمل الأولى تعرضن لخطر الولادة المبكرة بنسبة 10% أعلى من النساء اللاتي حرصن على تعريض أنفسهن لأشعة الشمس خلال الحمل.

وأكدت النتائج أن تأثيرات أشعة الشمس فعالة وإيجابية في منع خطر الولادة المبكرة عند التعرض لها

بالثلث الأول من الحمل، لكن التعرض للشمس في الثلث الثاني من الحمل لم يؤثر بأي شكل من الأشكال على خطورة حدوث الولادة المبكرة.

وذكر الباحثون أن النصيحة التي سيتم إعطاؤها للنساء الحوامل من أجل تجنب الولادة المبكرة بجانب العوامل الأخرى التي تؤدي للخطورة ذاتها، مثل التدخين والتقدم في السن، أن يتعرضن لأشعة الشمس في أول ثلاثة أشهر من الحمل لتفادي هذا الأمر وولادة الطفل في موعده الصحيح.

وقال فريق البحث إنهم سيواصلون دراساتهم وتحليلاتهم من أجل الفهم العميق للرابط بين أشعة الشمس والولادة المبكرة، وفي ما إذا أمكن للضوء الاصطناعي أن يعزز من اكتمال فترة الحمل دون التعرض لمخاطر الولادة المبكرة أم لا من أجل مساعدة النساء الحوامل في الأماكن التي لا ترى أشعة الشمس بشكل كبير أو دائم.

يشار إلى أن الولادة المبكرة للسيدات قبل إتمامهن الـ 37 أسبوعا المتعلقة بفترة الحمل يؤدي لارتفاع نسبة الوفاة بين هؤلاء الأطفال قبل بلوغهم سن الخامسة لما يصابون به من تعقيدات ومصاعب طبية وصحية، أما عن الأطفال الناجيين، فقد تؤثر الولادة المبكرة عليهم وتصيبهم بإعاقات ومشكلات سمعية وبصرية وصعوبات تعلم مقارنة بالأطفال المولودين بعد تمام فترة الحمل.

وأوضحت الدكتورة سارة ستوك من جامعة إدنبرة أن "ضوء الشمس هو وسيلة جديدة لمنع الولادة المبكرة لأن أشعة الشمس بجانب مخاطرها لها فوائد عديدة، منها: خفض ضغط الدم والوقاية من النوبات القلبية وسرطان الجلد، والتعرض لأشعة الشمس مفيد في تعزيز نمو الجنين من حيث الأسنان والعظام والقلب والكليتين والجهاز العصبي".