



מאמר

שמירת הריון

קיבלת את הבשורה שאת צריכה לצאת לשמירת הריון? מה עושים עכשיו?

באילו מצבים נדרשת שמירת הריון? האם שמירת הריון באמת עוזרת? והאם תקבלי תשלום עבור הימים שבהם תעדרי מהעבודה? ריכזנו עבורך את כל השאלות וכל התשובות שהכי חשוב לך לדעת.

מהי שמירת היריון?

שמירת היריון היא תקופה בה נדרשת האישה ההרה להפסיק את פעילות היום יום השגרתית ולבלות את רוב זמנה במנוחה. עליה להפסיק לעבוד, לא להתאמץ בטיפול בילדיה, בבית וככלל להימנע מכל מאמץ. עם זאת, למעט מקרים בהם צוואר הרחם פתוח ברובו, אין באמת צורך בשכיבה סטטית רוב היום ובתיאום עם הרופא המטפל, אפשר להסתפק בהימנעות ממאמץ.

באילו מצבים נדרשת שמירת היריון?

שמירת היריון נדרשת במידה ומופיע סימן המתריע על אפשרות ללידה מוקדמת כמו:

- התכווצויות של הרחם בשבוע מוקדם
- דימומים שאינם פוסקים
- תסמינים כמו עלייה בלחץ הדם
- ריבוי או מיעוט מי שפיר
- האטה בהתפתחות העובר או העוברים
- תסמונת ההעברה מתאום לתאום בהריון של תאומים זהים.

-התקצרות משמעותית של אורך צוואר מתחת 25 מ"מ. אם צוואר הרחם מקוצר מתחת 15 מ"מ

צפויה לידה תוך שבוע מהאבחנה. במקרים אלו, דרוש אשפוז מידי וטיפול תרופתי למניעת קיצור צוואר הרחם לפני שחרור לשמירת היריון בבית.

מתי נדרשת שמירה היריון בבית החולים?

1. במקרים שבהם יש צורך במתן תרופות דרך הווריד כמו רעלת היריון או דינאמיקה צווארית ברורה בשבוע מוקדם של ההיריון.
2. במקרים שבהם צריך לבצע הליכים רפואיים אחרים כמו במקרים חמורים של העברת דם טבורי מתאום לתאום.
3. בהריונות מרובי עוברים של שלישייה ומעלה דרושה שמירת היריון קפדנית על מנת לנסות ולהאריך את הלידה ככל הניתן. לידה מוקדמת עלולה לגרום לבעיות נשימה קשות אצל התינוקות, עקב חוסר בשלות הריאות.

מתי מקפידים במיוחד על שמירת ההיריון?

אישה שנמצאת בשמירת הריון בשל חשש להתפתחות לידה מוקדמת תוכל לצאת מהשמירה בשבוע ה-34, מפני שהלידה בשלב הזה פחות מסוכנת, אם כי עדיף ללדת בשבוע ה-37 או אחריו.

האם שמירת הריון באמת עוזרת?

רופאים מורים על שמירת הריון במצבים מסוימים, על מנת להפחית עבורך את הלחץ ובכך לנסות להימנע מלידה מוקדמת או מסיבוכים במהלך ההריון. עם זאת, לא הוכח ששמירת הריון אכן מסייעת במקרים הללו. למרבה הצער, שמירת הריון יכולה להביא עמה דאגות ובעיות נלוות למשל:

דאגות כלכליות, לחץ במשפחה, החלמה איטית יותר אחרי הלידה, שרירים ועצמות חלשים יותר ועוד. ככל ששמירת ההריון קפדנית יותר, כך נראה שתופעות הלוואי האלו באות לידי ביטוי.

מחקרים שנעשו לאחרונה מלמדים ששמירת הריון אינה נדרשת ולעיתים אף מזיקה, ומציעים לרופאים שלא להנחות את הנשים ההרות להיות במנוחה על מנת לשמור על ההריון אלא להמשיך בשגרת יומן.

עם זאת, סטרס הוכח כמזיק לבריאות, ולכן תמיד כדאי לנוח מעט כדי להפחית את רמות הסטרס בחיך.

מהן הזכויות הרפואיות המגיעות במקרה של שמירת הריון?

במידה ואת נדרשת לשמירת הריון, תקבלי מהרופא המטפל מסמך רפואי המעיד על כך. תצאי לשמירת הריון אם תעמדי בקריטריונים שנקבעו על ידי המוסד לביטוח לאומי. זכאות לשמירת הריון כוללת קצבה חודשית, לאורך תקופת שמירת ההיריון. זכות זאת תינתן רק לאחר מיצוי ימי המחלה לה זכאית האישה במקום עבודתה כולל נשים עצמאיות. אם לא תמצאי זכאית לקצבה, תהיי זכאית לתשלום דמי מחלה עבור ימי המחלה שברשותך, עד למימושם במלואם.

על פי האתר לביטוח לאומי: "קצבה לשמירת הריון נועדה לפצות את האישה על אובדן שכרה בזמן היותה בשמירת הריון. הקצבה משולמת לאישה עובדת שנאלצה להיעדר מעבודתה בזמן ההיריון, עקב סיכון רפואי לה או לעובר, הנובע מההיריון, או מסוג העבודה, או ממקום העבודה או מאופן ביצוע העבודה - ולא נמצאה לה עבודה חלופית

מתאימה במקום עבודתה"

תוכלי לבדוק כאן את הקריטריונים לזכאות

תוכלי גם להתקשר ולברר באופן פרטני אודות התנאים והזכאות שלך במקרים של שמירת הריון:

❑ מוקד מענה ממשלתי מרכזי - 1299

❑ שי"ל - שירות ייעוץ לאזרח - 118

❑ נציבות שוויון הזדמנויות בעבודה - 074-7696562