

الماكياج مسكن جيد لآلام المخاض

الأطباء ينصحون الحوامل بالخضوع لجلسات تجميل قبل الولادة



دموع المخاض لن تفسد الماكياج

الوجه الطبيعي يعطي مؤشرات عن حالتها الصحية، ووضع الماكياج قد يحجب عنا رؤية المريضة في صورتها الطبيعية، نحن نريد طوال الوقت التأكد من أن الدم يصل إلى المرأة بشكل جيد، وهذا لن يظهر جليا إذا كانت تضع أحمر شفاه يغطي لون الشفاه الأصلي، الذي من الممكن أن يكون أبيض أو باهتا أو وصل إلى اللون الأزرق.

كما بين أن تغطية الوجه بالماكياج يحجب رؤية مستوى الأكسجين في الدم، مشيرا إلى أن "المرأة في ساعة الولادة والألم عيناها تدمعان، فلا فائدة من الرموش والأقلام التي تستخدم داخل العين، والتي لا يمكن أن توضع ما إذا كان هناك إصفرار داخل العين".

ووفقا للخبراء، تعدّ جل منتجات الماكياج آمنة للاستخدام أثناء الحمل، لكن يجب تجنب المنتجات التي تحتوي على الريتينويدات أو حمض الساليسيليك.

تغير الجلد بسرعة أكبر، مما يزيد من تجمع الجلد الميت ويتطلب المزيد من كريم الأساس.

كما بدأ هذا التوجه ينتشر في بعض البلدان العربية، مما جعل بعض الأطباء يشترطون على السيدات اللاتي يتابعون مهنة حملهن، عدم وضع أي نوع من أنواع الماكياج قبل الدخول إلى غرفة العمليات. وأكدت تقارير إلكترونية أن الدكتور خالد أمين، أخصائي نساء وتوليد في مصر، اتخذ هذا القرار وطبقه في عيادته.

وصرح أمين قائلا "أنا أشرت على المرأة المقبلة على الولادة أن تأتي بحالتها الطبيعية، السيدات دائما ياتين في أحسن صورة، إلا أن ذلك لا فائدة ترجى منه داخل غرفة العمليات، وبالعكس يمكن أن يسبب ذلك ضررا لها ويؤثر على الصحة الحقيقية".

وأوضح قائلا "عند وضع المرأة الحامل على الأجهزة الطبية، فإن لون

سنوات، عندما أجلس مع طفلي وهو يتصفح الصور التي التقطت يوم ولادته، ساشير إلى وجهي القبيح وساقول 'انظر إلى هذا. هذا ما فعلته بي. أنت مدين لي إلى الأبد'.

وشدد مختصون على ضرورة أن تعلم النساء أطباءهن بما يردن فعله حتى يتأكدن من سلامة المنتج وعدم تأثيره على سلامة عملية الولادة، حيث أصرت المدونة الأميركية براينا لينش على وضع مكياجها بينما كان جهاز قيس ضغط الدم يقيد حركاتها، وتطلب نجاح العملية موهبة حقيقية أثبتت أنها تملكها.

وقالت فنانة الماكياج ماري إيبرين "سنتكون العنصر الـ الأولي المدرجة على لائحة المكونات الأكثر نشاطا. وكلما كانت القائمة أصغر، كلما تقلص احتمال تعرضك للحساسية أو أي رد فعل آخر".

كما قالت الدكتورة شيلي أغاروال، من واشنطن "أثناء الحمل، غالبا ما

ولفت مختصون إلى أن وضع الماكياج أثناء المخاض يمثل أحدث اتجاه في الولادة، حيث تستلقي النساء على أسرتهن في المستشفى حيث يضعن طبقات من الماكياج على وجوههن بين الأم والتقلصات وخلالها.

وأشاروا إلى أن بعض النساء يردن أن يشعرن بالرضا عن مظهرهن خلال هذه المناسبة العائلية المهمة، في حين يرغب البعض الآخر في الترويج لمنتج وكسب الأموال لأن السوق لا يتوقف أبدا مما جرد المجتمع من جميع مفاهيم الراحة والخصوصية.

وبغض النظر عن أسبابه، أصبح هذا الاتجاه شائعا بين الأمهات في كل مكان، وكتبت الأما "لم أقم بذلك لأنني كنت أعاني منها".

وتابعت "هذا أمر منطقي، وأمل ألا تشعر النساء بضغط يفرض عليهن التزين عند الولادة. أنت بالفعل بطلة لمسورك بالأم الولادة. ومن الطبيعي أن تشعري بكل أنواع الضغط والإرهاق خلال هذه العملية. إذا كنت على وشك الولادة، فضعي مكياجك إذا كنت ترغبين في ذلك، ولا تجربي نفسك على شيء لا تريدينه. أنت على وشك الولادة، وهي عملية تتطلب قوة لا تصدق. مظهرك لا يهم. أنت بطلة مهما كانت هيئتك".

ولا تتمكن كل النساء من وضع الماكياج بانفسهن قبل الولادة، وقالت فنانة الماكياج الاسترالية تيجان وودفورد "تلقيت مكالمة هاتفية من أخت زوجي في الساعة الثانية صباحا حيث أخبرتني بأنها ستلد، فتوجهت إليها مباشرة حتى أساعدها على تزيين وجهها".

وإذا كنت لا ترغبين في وضع مكياجك أثناء المخاض، لكنك ترغبين في التزين لأول صور لتلقينها مع رضيعك، فلا تقاقي. يوفر بعض فناني الماكياج ومصفي الشعر خدماتهم ليساعوك بعد الولادة.

وقالت إحدى النساء المقبلات على الولادة معارضة هذا التوجه "إن أضع المكياج قبل الولادة أو خلالها أو بعدها. في الواقع، اعتقد أنني سأحاول أن أبدو بتسعة خلال التقاط الصور. وبعد

يظل التجميل وحب الظهور في أفضل صورة هاجسين يرافقان المرأة في كل تفاصيل حياتها وفي أدق اللحظات، حتى وهي تعاني آلام الولادة وجدت أن خير شيء يشتت انتباهها وينسيها هذه الآلام هو تزيين وجهها كاملا وكأنها تستعد إلى الذهاب إلى مناسبة ترغب في الظهور فيها بأبهى حللها.

كما كشفت دراسة أخرى أن متوسط مدة وضع الماكياج لا يتجاوز ساعتين ونصف الساعة من الولادة.

ومن المواقف التي انتشرت لغرابيتها، تذكر حالة لسي أن جارييل التي تداولها العديد من مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي في سنة 2018، حيث "رفضت" أن تلد قبل الانتهاء من وضع مكياجها كاملا.

وفي حين اعتبرت بعض النساء وضع الماكياج قبل الولادة وسيلة لإبعاد تركيزهن عن الأم تقلصات الرحم الطبيعية، اختارت أخريات وضعه بعد الولادة للتقاط صورهن من أجل نشرها على إنستغرام.

واشتهرت الفنانة المختصة في فن الماكياج في نيويورك، الأما كريمي، بعد أن نشرت صورها وهي تضع الماكياج قبل الولادة في سنة 2016. ووفقا لمقابلتها في وقت لاحق مع قناة "إي.بي.سي نيوز"، قالت إن العملية مثلت محاولة لتشتيت انتباهها عن ألم تقلصات رحمها.

وفي هذا السياق أظهرت دراسة نظمتها شركة "كوزميتيكا" البريطانية خضوع 64 بالمئة من النساء اللاتي تتراوح أعمارهن بين 18 و 31 سنة لعلاجات تجميلية قبل المخاض، بما في ذلك إزالة الشعر (65 بالمئة)، جلسة لوضع طلاء أظافر اليبس (57 بالمئة) أو طلاء أظافر القدمين (43 بالمئة) أو جلسة لتسمير البشرة (37 بالمئة) أو تصفيف الشعر وقصه (32 بالمئة). في حين يعتبر الخالق قبل المناسبات المهمة أمرا مألوفًا. تفعل النساء ذلك قبل الولادة لأسباب مختلفة تماما.

وسلكت النساء اللاتي شملتهن الدراسة عن سبب قلقهن الشديد بشأن مظهرهن بعد الولادة، ومن بين الأسباب الرئيسية التي ذكرت، عبرت بعض النساء عن رغبتهم في الظهور متألقات في الصور (31 بالمئة)، وأرادت بعضهن أن يكن مستعدات لاستقبال الزوار الذين سيرغبون في تهنئتهن مباشرة بعد الولادة (26 بالمئة)، ورغبت أخريات في تجنب مظهر قد يدل على مرضهن أو تعبهن (22 بالمئة). ويرى البعض أن وضع المكياج يشتت انتباه المرأة، مما يجعلها أكثر تحملا لآلام المخاض.

وأضافت "ذهبت إلى المستشفى في الساعة 7:30 صباحا، واستمر المخاض لـ 10 ساعات في ذلك اليوم. تم تخديري موضعيا في حوالي الساعة 8:30 و 9:00 صباحا، ثم بدأ تأثير المخدر يتلاشى، فأصبحت في حاجة إلى فعل أي شيء لأبعد تركيزي عن الألم".

وتشتهر الأما بتصميمات مكياجها الخاصة بحفلات الزفاف. ومزحت قائلة إن دموع الزفاف لم تفسد الإطلالات مما جعلها على يقين بأن دموع المخاض لن تنجح في ذلك أيضا.

64 بالمئة من النساء اللاتي أعمارهن بين 18 و 31 سنة يضعن المكياج قبل المخاض

وأضافت "ذهبت إلى المستشفى في الساعة 7:30 صباحا، واستمر المخاض لـ 10 ساعات في ذلك اليوم. تم تخديري موضعيا في حوالي الساعة 8:30 و 9:00 صباحا، ثم بدأ تأثير المخدر يتلاشى، فأصبحت في حاجة إلى فعل أي شيء لأبعد تركيزي عن الألم".

وتشتهر الأما بتصميمات مكياجها الخاصة بحفلات الزفاف. ومزحت قائلة إن دموع الزفاف لم تفسد الإطلالات مما جعلها على يقين بأن دموع المخاض لن تنجح في ذلك أيضا.

في بيت الأسرة.. ليست كل النهايات جميلة

شعرك دهني..
استعملي هذا الشامبو



يمتاز بتأثير تقشير، وبالتالي فهو يعمل على تخليص فروة الرأس من الخلايا الميتة وبقايا منتجات العناية بما فيها الزيوت والأوساخ.

كما يتمتع حمض الساليسيليك بتأثير مضاد للبكتيريا، حيث إنه يحارب بكتيريا الخميرة، ما يحول إنتاج الإفرازات الدهنية الزائدة ويعمل على ضبط إنتاج الإفرازات الدهنية.

وأضافت المجلة المعنية بالصحة والجمال أن حمض الساليسيليك

أوردت مجلة "انسيتايل" الألمانية أن الشامبو المحتوي على حمض الساليسيليك "Salicylic acid" يمثل حلا فعلا لمشكلة الشعر الدهني، حيث إنه يقضي على الإفرازات الدهنية الزائدة ويعمل على ضبط إنتاج الإفرازات الدهنية.

وأضافت المجلة المعنية بالصحة والجمال أن حمض الساليسيليك

جمال

حنونا يحب أبناءه إلى درجة العشق، يحب النساء أيضا، ويقول مفتخرا عرفت نساء بقدر شعر رأسي... كان عصيبا لكنه سرعان ما يتخلص من الغضب ويعود إلى طبيعته وقد يعتذر حتى لمن يعمل عنده لإدراكه أنه بالغ في غضبه وقسوته.

تلت سنوات العمل سنوات من الانقطاع بعد إفلاسه التدريجي، كنت أسأل عنه باستمرار بعد أن علمت أن جملته دماغية جعلته مقعدا. وبعد ثلاث سنوات وجدت دار المسنين التي سمعت أنه أصبح مقبلا فيها. وجدته شيخا نحيفا حزينا يحافظ على ابتسامته الحزينة المنكسرة. وجدته وحيدا بعد أن ذهب ماله وبيدو أن رجاله أيضا ذهبوا. أبنائه وبناته وإخوته الذين كان الحزن الذي يحتويهم ويلجأون إليه ليملؤوا جيوبهم تركوه.

كسرت الوحدة والحبس والصدمة بنهايته غير السعيدة. صحيح أنه لاقى العقوق ونكران الجميل من أسرته الذين رموه في بيت الأسرة البديل لكنه وجد "أصدقاء قداما".

سأفته سابقا كان أول من بحث عنه ووجده وأخرجه ليمضي مع أسرته عيد الأضحى.

شكره لي قائلا "وجدت الأخ الذي اتكى عليه اليوم، عندما أخرجني من هنا أخرجني من حالة الاكتئاب التي كنت أعيشها.

أتعرفين أنه بعد أكثر من عام هنا هو أول شخص يخرجني من الجمجمة، أتعرفين وكانني كنت ميتا في قبر وعيناي مفتوحتان في الظلمة إلى أن أتى هو وأخرجني من القبر".

ومثلما ليست كل النهايات سعيدة فعلا فليست كل بيوت الأسر بيوت أسرة حقيقية.

في بيت الأسرة.. ليست كل النهايات جميلة

ابنتي. هذان ولدك كم هما جميلان. كم اشتقت لرؤيتك..". تجلس أمامه تنتظر أن يعده رفيقك في الزيارة للخروج. بالنسبة له الخروج من الملابس ولا تتحملها وسرعان ما تخلعها وترميها. شيوخ صامتون واجمون منهم المقعد ومنهم المعوق. وفي صلب هذه العواصف التي دارت في ذهنك ووجدانك في لحظات تتذكر ذلك الشيخ الذي أتيت لزيارته. رائحة الفضلات البشرية بأنواعها تعم المكان رغم ما يبدو عليه للوهلة الأولى من نظافة.

تدخل غرفة صغيرة تذكر بعرف المستشفى أو الميقات الجامعية يتقاسمها رجلان مقعدان. تلمحك عيون تعرفها وتسمع ذلك الصوت الربح والسعيد بحضورك.

مرحبا سي فلان. كيف الحال؟ يجيبك وكله انكسار وسعادة معا "الحمد لله لا بأس. كيف حالك أنت يا

ابنتي. هذان ولدك كم هما جميلان. كم اشتقت لرؤيتك..". تجلس أمامه تنتظر أن يعده رفيقك في الزيارة للخروج. بالنسبة له الخروج من الملابس ولا تتحملها وسرعان ما تخلعها وترميها. شيوخ صامتون واجمون منهم المقعد ومنهم المعوق. وفي صلب هذه العواصف التي دارت في ذهنك ووجدانك في لحظات تتذكر ذلك الشيخ الذي أتيت لزيارته. رائحة الفضلات البشرية بأنواعها تعم المكان رغم ما يبدو عليه للوهلة الأولى من نظافة.

تدخل غرفة صغيرة تذكر بعرف المستشفى أو الميقات الجامعية يتقاسمها رجلان مقعدان. تلمحك عيون تعرفها وتسمع ذلك الصوت الربح والسعيد بحضورك.

مرحبا سي فلان. كيف الحال؟ يجيبك وكله انكسار وسعادة معا "الحمد لله لا بأس. كيف حالك أنت يا

في بيت الأسرة.. ليست كل النهايات جميلة

أنا كانت شخصا متميزا وربما كان لديها منصب اجتماعي مرموق أيضا. واحدة أخرى ترتدي روبا قصيرا (ميني)، لكن الأکید أن ذلك ليس مواكبة للموضة بل لأنها تكره الملابس ولا تتحملها وسرعان ما تخلعها وترميها. شيوخ صامتون واجمون منهم المقعد ومنهم المعوق. وفي صلب هذه العواصف التي دارت في ذهنك ووجدانك في لحظات تتذكر ذلك الشيخ الذي أتيت لزيارته. رائحة الفضلات البشرية بأنواعها تعم المكان رغم ما يبدو عليه للوهلة الأولى من نظافة.

تدخل غرفة صغيرة تذكر بعرف المستشفى أو الميقات الجامعية يتقاسمها رجلان مقعدان. تلمحك عيون تعرفها وتسمع ذلك الصوت الربح والسعيد بحضورك.

مرحبا سي فلان. كيف الحال؟ يجيبك وكله انكسار وسعادة معا "الحمد لله لا بأس. كيف حالك أنت يا

في بيت الأسرة.. ليست كل النهايات جميلة

سماح بن عبادة صحافية من تونس

تدخل فناء "بيت الأسرة" وهو اسم لجمعية ترضع المسنين، تتلاطم داخلها موجات من الهواجس والأفكار تتعلق بالشخص المقرب الذي تنوي زيارته وأخرى تتعلق بما لديك من مخزون وصور عن دور رعاية المسنين وما يحوم حولها من أفكار سوداوية.

تلج قاعة واسعة بعد أن تلقي التحيات على فاتحي الأبواب بالمفاتيح، داخل القاعة ترى وجوها شاحبة بسبب الشيوخة والأمراض، لكن اصفرارها وتلك العيون التي تراقبك بنظرات شاردة باهتة تنشي بالكثير من النهايات الحزينة التي ال إليها هؤلاء المسنون والمسنات والتي ال إليها تماسك الأسرة التونسية وأيضا مكانة كبير العائلة. تحضرك العديد من السيناريوهات. يكتظ ذهنك بالتساؤلات بالاستغراب حول حكاية كل منهم، وحول أسباب وجوده هنا. تستحضر مشاهد مررت عليك في الوثائقيات والدراما وتلفزيون الواقع، قصصا تتمحور حول العقوق، وأخرى حول ما يتعرض إليه المسنون من سوء معاملة في أغلب دور المسنين، وليس دور رعاية المسنين فالرعاية تحضر وتغيب بشكل نسبي.

الصورة الأولى التي طرقت ذهني صورة حضانات الأطفال الرضع، عندما رأيت فتاة جميلة تتوسط مسنتين وتطمعهما وهما ترمقانها بنظرة الطفل الجائع... عجوز تحدث نفسها، بلغة فرنسية طليقة، تتحدث دون توقف يتبادر إلى ذهنك فورا