



Mansoura University



Faculty of Nursing

وسائل منع الحمل والمشورة

عمل : مجموعه : 9

تحت اشراف

الدكتور ه / مروه رشاد

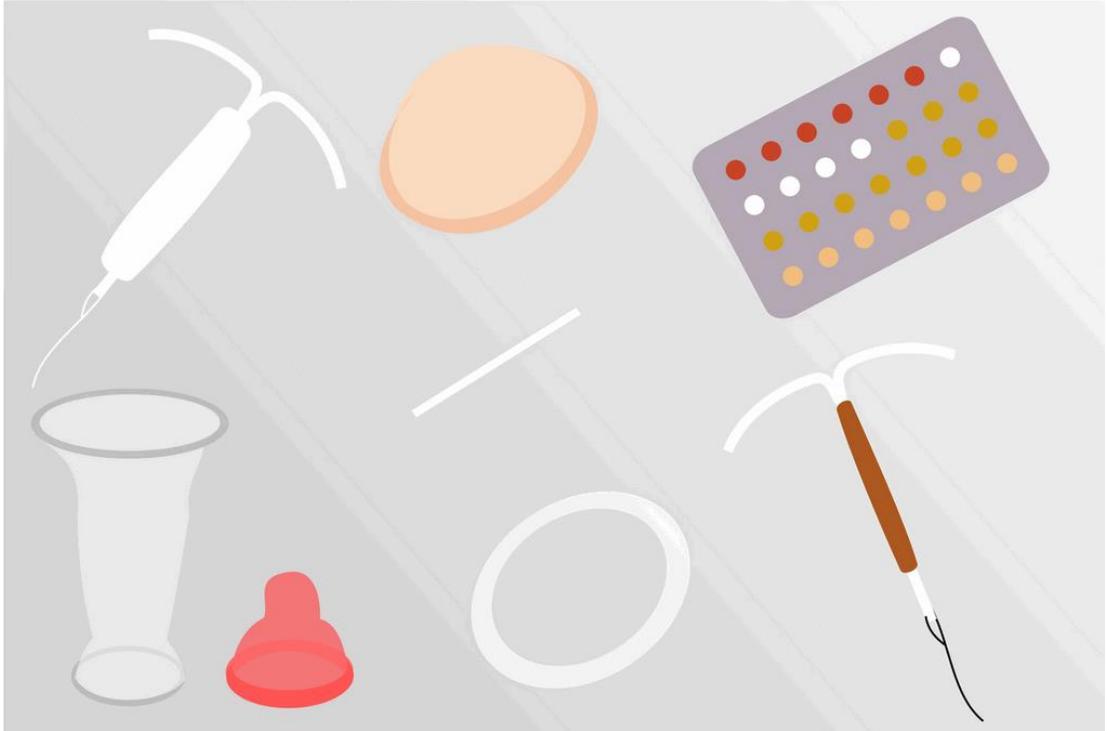
قسم النساء

طرق منع الحمل - موانع الحمل

1- الطرق الميكانيكية.

2- العلاج الهرموني.

3- الطرق الجراحية.



أولاً:- الطرق الميكانيكية لمنع الحمل

1- اللولب الرحمي .

2- الواقي الذكري و الأنثوي.

3- الحلقة البلاستيكية .

4. مستحضرات قتل الحيوانات المنويه .

اللولب الرحمي :-

ما هو جهاز منع الحمل «اللولب»

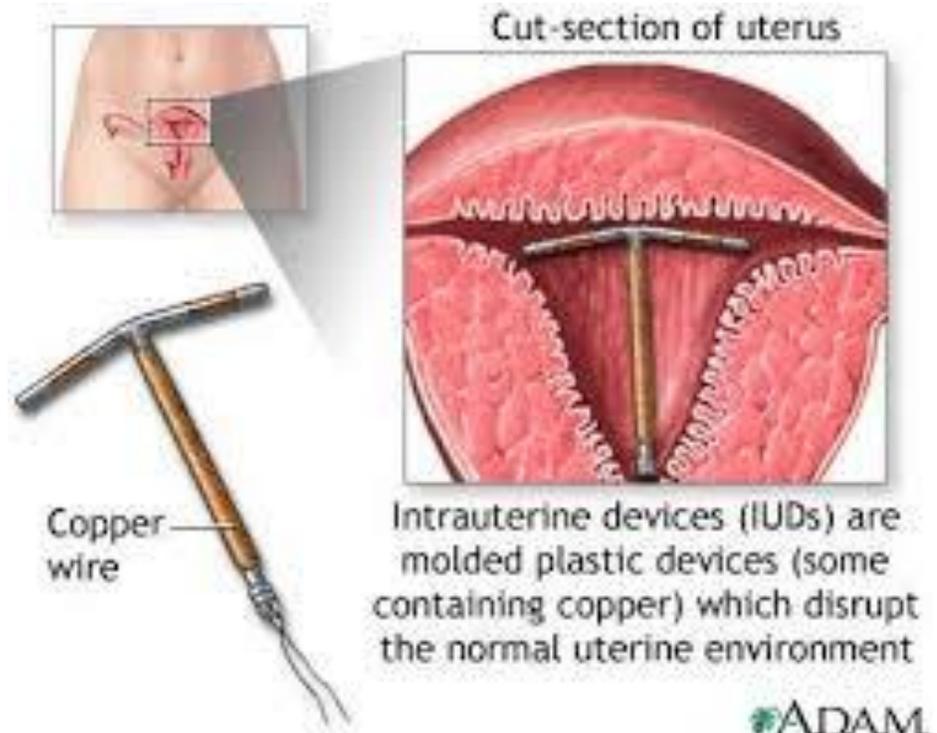
.ويزرع فى الرحم بواسطة الطبيب هو جهاز صغير من البلاستيك على شكل حرف «T»

ما هى أنواع جهاز منع الحمل؟

اللولب النحاسى: هو الأكثر استخداما، وهو عبارة عن جهاز من البلاستيك على شكل حرف «T». ويلف بالنحاس، ويمكن أن يستمر فى مكانه لمدة لا تقل عن عشر سنوات

اللولب الهرمونى: هو عبارة عن جهاز صغير من البلاستيك

يسمى «ليفونورجستريل» وهو شكل من أشكال هرمون البروجستين، وهو فعال لمدة خمس سنوات، ويعد أكثر فعالية من اللولب النحاسى



كيف يعمل هذا الجهاز على منع الحمل؟

اللولب النحاسي: يكون بيئة سامة أو قاتلة للحيوانات المنوية، حيث يجعل الرحم وقناتي فالوب تنتج سائل يقتل الحيوانات المنوية، ويحتوى هذا السائل على خلايا الدم البيضاء وأيونات النحاس وإنزيمات.

اللولب الهرمونى: يمنع تخصيب البويضة عن طريق تدمير أو قتل الحيوانات المنوية، ويجعل المخاط فى عنق الرحم سميك ولزج، وبالتالي يمنع عبور الحيوانات المنوية لداخل الرحم وأيضا يضعف نمو بطانة الرحم، حتى إذا نجح الحيوان المنوى فى العبور وتخصيب البويضة، فلا تستطيع البويضة المخصبة أن تنمو أو تزرع فى هذه البطانة الضعيفة.

ما هى مميزات استخدام اللولب كوسيلة لمنع الحمل؟

- 1- اللولب فعال بنسبة 99% كوسيلة لمنع الحمل
- 2- الطريقة الأكثر فعالية من حيث التكلفة لمنع الحمل عبر فترة طويلة من الزمن
- 3- سهل الاستخدام
- 4- آمن الاستخدام أثناء الرضاعة الطبيعية
- لا يؤثر على خصوبة المرأة، فإذا أردت إزالته يمكنك الحمل بمشيئة الله مع أول دورة شهرية بعد إزالته.
- 5- يمكن استخدامه بعد الولادة الطبيعية أو القيصرية
- 6- اللولب الهرمونى لا يسبب نزف شديد أو تقلصات أثناء الطمث، ولا يسبب زيادة فى الوزن. مثل بعض الوسائل الأخرى

ما هى عيوب استخدام اللولب كوسيلة لمنع الحمل؟ .

- 1- قد يكلفك كثيراً لتربيته أو لإزالته، ولكن توجد بعض الوحدات الصحية التى توفر لك تركيبه أو إزالته بتكلفة بسيطة
- 2- لا يمكنك إزالته، فقط الطبيب هو الذى يمكنه إزالته أو تركيبه

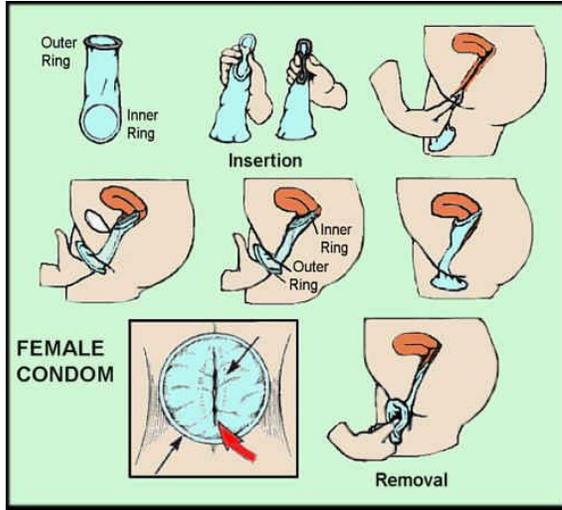
3-لا يوفر لكِ حماية ضد الأمراض المنقولة جنسياً إذا كان زوجك يعاني من أحداها

4-عند تركيبه يمكن أن ينشر عدوى الأعضاء التناسلية في الرحم

يمكن حدوث الحمل أثناء استخدامه كوسيلة لمنع الحمل في السنة الأولى بنسبة 6 امرأة في كل 1000 امرأة عند استخدام اللولب النحاسي، 2 امرأة في كل 1000 امرأة عند استخدام اللولب الهرموني، وذلك بسبب طرد الجهاز من الرحم إلى المهبل، وعادة ما يحدث ذلك خلال الأشهر القليلة الأولى بعد تركيبه، ولتفادي هذا العيب ينبغي عليكِ المتابعة لدى الطبيب عند استخدامه كوسيلة لمنع الحمل، للتأكد في وجوده في مكانه الصحيح.

5-اللولب النحاسي يسبب النزف الشديد أثناء الطمث

الواقيات الذكريه والانثويه



:الإيجابيات

1-متوفر وسهل الحصول عليه من الصيدلية بل من السوبر ماركت في بعض الدول ومن مراكز تنظيم الأسرة

3-يقلل من الإصابة بالعدوى بأحد الأمراض الجنسية

4-زهيد الثمن

5-يمكن استخدامه مع الطرق الأخرى

6-يساعد على منع الحمل بنسبة 82 إلى 98 % وفق أغلب الدراسات. ومع ذلك لا يُنصح بالاعتماد عليه فقط كوسيلة لتنظيم النسل، بل هو وسيلة مكملة لإحدى الوسائل الأخرى لضمان %الأمان بنسبة 100.

7-يعتبر الفكرة الأكثر راحة لأنه لا يستدعي دقة في الموعد مثل الحبوب والحقن ولا يسبب ألمًا كالحقن أو كاللؤلؤ أو كزرع الشريحة في الذراع وغير ذلك

السلبات:

- 1-تؤثر على الشعور بالمتعة أثناء العلاقة الزوجية للزوجين وللرجل بالأخص جسديًا وتكسر الاندماج العاطفي بين الزوجين
- 2-قد تسبب الحساسية للزوجين
- 3-غير آمنة تمامًا وإن كانت النسبة بسيطة كما ذكرنا أعلاه إذ أن خدش واحد يمكن أن يسمح بدخول السائل المنوي لقناة المهبل

الحلقة البلاستيكية

وهي طريقة لمنع وصول الحيوانات المنوية من عنق الرحم، ويتم تحديد قياسها وتركيبها من قبل الطبيب المختص. وغالباً ما ينصح خلال استخدامها باستخدام مستحضرات قتل الحيوانات المنوية معها لزيادة الفعالية

مستحضرات قتل الحيوانات المنوية

وتوجد بأشكال عدة منها البخاخ والجل والكريمات والتحاميل المهبليّة، وهي طريقة مساعدة لا يمكن الاكتفاء بها وإنما تستخدم لزيادة الفعالية



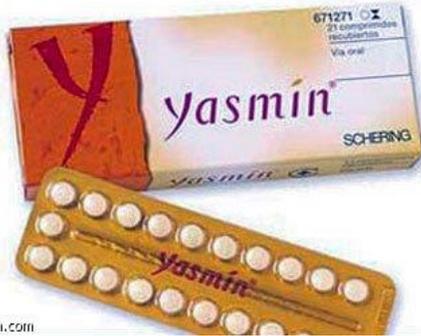
ثانياً العلاج الهرموني لمنع الحمل

1-حبوب منع الحمل

و تعمل هذه الحبوب على إيقاف عملية الإباضة عن طريق إعطاء هرمونات الاستروجين و البروجيستيرون بكميات و جرع بسيطة تساعد على تثبيط هرمونات الغدة النخامية و بذلك يتم إيقاف عملية نمو البويضات و يتوفر العديد من أنواع حبوب منع الحمل يختلف فيها تركيز --هرموني الاستروجين و البروجيستيرون و تقسم إلى نوعين

الحبوب المختلطة

و تحتوي على الاستروجين (اثنيل استرايدول) و هرمون البروجيستيرون بتفاوت جرعة الاستروجين بين 20-50 مايكرو غرام حيث تعتبر الحبوب التي تحتوي على تراكيز قليلة من هذا الهرمون أكثر أماناً حيث أن أكثر الأعراض الجانبية التي تؤثر على الشرايين و القلب تكون مرتبطة بهذا الهرمون و هناك تحضيرات مختلفة لهذه الأنواع منها اللونين و الثلاثة ألوان و منها ذات اللون الواحد و هذا يعني أن جرعة هذه الهرمونات تتغير خلال الشهر الواحد لتكون مشابهة إلى حد كبير لتراكيز الجسم بالصورة الطبيعية و بهذا ينظم الدورة الشهرية بصورة أفضل



www.alriyadh.com



كيف تعمل الحبوب المختلطة؟؟

يعمل هرمون الاستروجين الموجود في حبوب المانع على رفع مستوى الاستروجين في الدم و بالتالي تثبيط في الغدة النخامية و هو المسئول عن نمو البويضات بينما يقوم هرمون البروجيستيرون FSH إفراز هرمون بمنع إفراز هرمون

الذي يكون مسئولاً عن عملية الإباضة LH

فوائد حبوب منع الحمل المختلطة :-

لا تتعارض مع الجنس

تجعل الحيض لديك منتظماً عادةً، أقل غزارةً وإيلاماً

تقلل من خطر الإصابة بسرطان المبيض، الرحم والقولون

يمكنها أن تقلل من أعراض متلازمة ما قبل الحيض

يمكنها تخفيف حب الشباب في بعض الأحيان

قد تحمي من التهابات الحوض

قد تقلل من خطر الأورام الليفية، كيسات المبيض وأمراض الثدي غير السرطانية

الآثار الجانبية:-

1-زيادة الوزن

2-اضطراب الجهاز الهضمي مثل التقيؤ

3-تغييرات في الحالة النفسية

4-ازدياد حجم الثدي و احتقانه و كذلك الآلام الثدي

5- DVT ازدياد قابلية الدم للتخثر مثل تخثر الأوردة العميقة

6.-الجلطة القلبية خاصة إذا تصاحب استخدام حبوب منع الحمل مع التدخين

الحبوب المفردة

و هذه الحبوب تحتوي على هرمون البروجيستيرون فقط و لذلك تستعمل لتجنب الأضرار الجانبية للحبوب المختلطة, و تعمل هذه الحبوب على منع الحمل و ذلك بمنع عملية التبويض و كذلك تغيير إفرازات عنق الرحم و كذلك تؤثر على بطانة الرحم و بالتالي تؤثر على دخول الحيوانات المنوية إلى رحم المرأة و على انغراز الأجنة

الأعراض الجانبية :-

1-عدم انتظام الدورة الشهرية

2-آلام الرأس

3-اضطرابات معوية و انتفاخ
4-آلام الثدي

استعمالاتها

في جميع الحالات التي يعتبر فيها هرمون الاستروجين محظورا سواء كان اختياريا أم إجباريا

حقن منع الحمل

أولاً نوعها

- حقن هرمون واحد
- حقن هرمونين

لمحة: حقن منع الحمل

--أكثر من 99% إن حقن منع الحمل فعالة بنسبة أكبر من 99% إذا ما استخدمت بشكل صحيح فإن هذا يعني أن أقل من 1 من كل 100 امرأة من اللواتي يستخدمن الحقن سيصبحن حواملًا. 99. خلال سنة.

--يستمر مفعول الحقنة لمدة ثمانية أسابيع أو 12 أسبوعاً (اعتماداً على النوع)، لذلك لا تحتاجين للتفكير في وسائل منع الحمل كل يوم أو كل مرة تمارسين فيها الجنس --.يمكن أن تكون مفيدةً للنساء اللواتي قد ينسين تناول حبوب منع الحمل كل يوم --.يمكن أن يكون مفيداً للنساء اللواتي لا يستطعن استخدام وسائل منع الحمل الحاوية على هرمون الإستروجين --.لا يتأثر بالدواء

--قد توفر حقن منع الحمل بعض الحماية ضد سرطان الرحم ومرض التهاب الحوض --.قد تشمل الآثار الجانبية زيادة في الوزن، صداع، تقلب في المزاج، ألم في الثدي ونزيف غير منتظم. لا يمكن إزالة الحقنة من جسمك، لذلك إذا عانيتِ من الآثار الجانبية فإنها ستستمر طوال فترة بقاء الحقنة ولبعض الوقت بعد ذلك

--قد يصبح الحيض غير منتظم أو أطول، أو قد يتوقف تماماً (انقطاع الطمث). يكون العلاج متاحاً إذا كان نزيفك قوياً أو أطول من المعتاد - تحدثي مع طبيبك أو الممرضة حول هذا الموضوع.

--يمكن أن تستغرق خصوبتك فترةً تصل إلى سنة لتعود إلى وضعها الطبيعي بعد أن يزول مفعول الحقنة، لذلك قد لا تكون مناسبةً إذا كنتِ تريدين إنجاب طفل في المستقبل القريب --يؤثر استخدام الدييو بروفيرا على مستويات هرمون الاستروجين الطبيعي لديك، والذي يمكن أن يسبب ترقق العظام --ستحمين نفسك باستخدام الواقي (STIs) لا تحمي الحقن من الأمراض المنقولة جنسياً (STIs) الذكري بالإضافة للحقن من الأمراض المنقولة جنسياً

مميزاتها :-

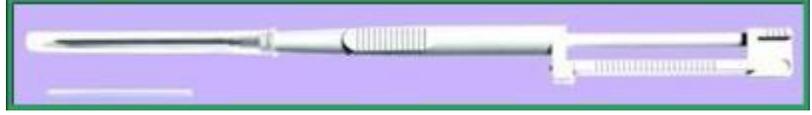
- حقن الهرمون الواحد تؤخذ كل 3 أشهر ، و حقنة الهرمونين تأخذ كل شهر، وهذا يعني أنكِ لستِ مضطرة لأخذها يوميا، لذا لستِ في حاجة للقلق من إمكانية حدوث حمل علي عكس الحبوب التي إذا غفلتِ تناولها مرة قد تتسبب في حدوث حمل.
- تعتبر مفيدة للسيدات التي لا يمكنهم استخدام هرمون الإستروجين الموجود في حبوب منع الحمل .
- تساهم حقن منع الحمل في حماية الرحم من السرطان و حماية الأم من التهاب الحوض .
- تبدأ فاعليها بعد الحقن بـ 24 ساعة.

: عيوبها

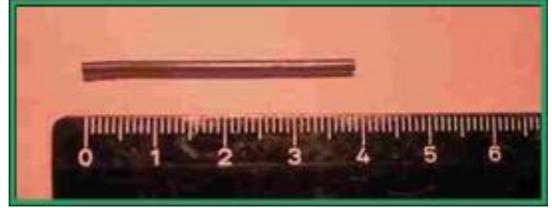
- الانتفاخ، شعور بالثقل، الصداع في بعض الأحيان، اضطرابات نفسية، و أحيانا غثيان و يكون تأثير حقن الهرمونين أقل من حقنة الهرمون الواحد.
- قد يصاحب حقن الهرمون الواحد نزول بعض قطرات الدم لذا يتم اللجوء في هذه الحالة إلي حقن الهرمونين .
- قد تحدث زيادة في الوزن لبعض السيدات.
- تعطي في عضلات الذراع او الأرداف، و تساهم في إنتاج هرمون البروجستيرون، و الذي يشبه هرمون البروجستيرون الطبيعي الذي يطلقه المبيض خلال فترة الدورة الشهرية

كبسولة منع الحمل :-

هي وسيلة من الوسائل الهرمونية لمنع الحمل. و هي عبارة عن كبسولة واحدة يتم تركيبها بواسطة الطبيب بسهولة تامة تحت الجلد في الجانب الداخلي للذراع العلوي للسيدة.



و هي صغيرة في الحجم حيث يبلغ طولها 40 مم (4 سم) و سمكها 2 مم. و ليس لها أي تأثير على الجسم حيث أنها مصنعة من نوع معين من البلاستيك الرخو. و تستمر فعالية هذه الكبسولة في منع الحمل لمدة 3 سنوات.



طريقه العمل :

على هيئة (68 مجم Progestin) تحتوي هذه الكبسولة على هرمون البروجستيرون و الذي يتم إفراز كمية صغيرة منه يوميا ببطء (Etonogestrel 68مجم 68مجم) في الدم لمدة 3 سنوات. و يؤدي ذلك إلى منع الحمل عن طريق

1- منع حدوث عملية التبويض (منع تكوين البويضة و خروجها من المبيض)

2-زيادة لزوجة المادة المخاطية التي يفرزها طبيعي عنق الرحم. فتصبح هذه المادة ، Mucus Plug المخاطية و كأنها سدادة حول عنق الرحم و تسمى سدادة مخاطية مما يجعل دخول الحيوان المنوي إلى الرحم من خلال عنق الرحم لتلقيح البويضة أمرا صعبا.

3-تحدث بعض التغيرات في الرحم (تقلل من سمك بطانة الرحم) مما يقلل من قدرة الرحم على استقبال أي بويضة ملقحة و بالتالي عدم حدوث الحمل.

الفاعلية

تعتبر من أكثر وسائل منع الحمل فعالية. نسبة فعاليتها أكثر من 99% ، و هذا يعنى انه من بين كل 100 سيدة تستخدم كبسولة الاميلانون أقل من سيدة واحدة فقط .تصبح حامل.

المميزات:-

فعالة بدرجة عالية جدا.

يبدأ مفعولها خلال 24 ساعة بعد التركيب

(ممتدة المفعول) يستمر مفعولها في منع الحمل لمدة 3 سنوات

ليس لها أي تأثير على الرضاعة الطبيعية، و بالتالي تستخدمها السيدة المرضعة بأمان تام دون أي تأثير على حليب/لبن الثدي

Pelvic Inflammatory Disease تقلل من احتمال الإصابة بـ التهابات منطقة الحوض

تستعيد السيدة القدرة على الإنجاب بسرعة بعد إزالة الكبسولة، حيث يعود (التبويض إلى طبيعته بعد إزالة الكبسولة مباشرة) خلال 3 أسابيع بعد إزالتها

الأعراض الجانبية

:في بعض الحالات قد تحدث بعض الأعراض الجانبية مثل

، تقلبات Breast Discomfort صداع ، دوار، الشعور بألم بسيط عند لمس الثدي مزاجية.

بعض التغيرات في الدورة الشهرية مثل:-

عدم انتظام الدورة الشهرية-

نزول بعض قطرات الدم، أو حدوث نزيف غير منتظم (متقطع). و عادة ينتهي ذلك خلال أشهر قليلة من الاستخدام. لكن إذا حدث نزيف شديد أو مستمر يجب استشارة الطبيب

و لا يدعو ذلك للقلق. فبعد العام الأول من Amenorrhea انقطاع الدورة الشهرية استخدام الحقن، 50% من السيدات يحدث لهم انقطاع في الدورة الشهرية. و لا يعنى ذلك احتباس دم الدورة الشهرية في الرحم كما تعتقد بعض السيدات. و لكن

لا يتم تكوين دم الدورة الشهرية في الرحم (بطانة الرحم) من الأصل بسبب أن الحقن أدت إلى منع عملية التبويض و تقليل سمك بطانة الرحم و بالتالي لا يحدث زيادة في سمك بطانة الرحم و التي تتساقط بعد ذلك في صورة دم الدورة الشهرية.

زيادة في الوزن (1 - 2 كيلوجرام كل عام). و يمكن تفادي هذه المشكلة عن طريق إتباع نظام غذائي سليم و صحي خاصة إن معدل الزيادة في الوزن سنويا ليس كبير. و ترى بعض السيدات أحيانا في هذه النقطة ميزة و ليس عيبا.

موانع الاستخدام

:توجد بعض الحالات التي تمنع فيها السيدة من استخدام كبسولة الامبلانون مثل

.ارتفاع ضغط الدم

.مشكلات في القلب أو الأوعية الدموية

.حالات الإصابة بسرطان الثدي

. (وجود نزيف مهبلي غير معروف سببه) لم يتم تشخيصه

.الإصابة السابقة بجلطة

.الإصابة بمرض نشط في الكبد (تضخم الكبد، يرقان، التهاب كبدي وبائي، ورم الكبد).

طريقة الاستخدام



يتم تركيب كبسولة الامبلانون بواسطة طبيب مدرب. و يستغرق التركيب حوالي

دقيقة واحدة فقط، بطريقة بسيطة لا تشعر فيها السيدة بشيء سوى كأنها تأخذ حقنة عضل عادية. و تتم عملية التركيب (و كذلك إزالة الكبسولة) و كأنها عملية جراحية صغرى حيث تكون أي الآلات و أي شيء يستخدمه الطبيب معقم تعقيم جيد و كبسولة الامبلانون ذاتها تكون معقمة و لا يتم فتح غلافها إلا وقت التركيب.

ثالثا:- الطرق الجراحية لمنع الحمل

أولا: تعقيم المرأة:-

تعتمد هذه العملية على قطع الطريق الموصل بين الحيوان المنوي والبويضة مع الاحتفاظ بالدورة الشهرية و انتظامها إذ أن البويضة التي يكون حجمها بحجم نقطة القلم لا زالت تنزل من المبايض في موعدها المحدد كل شهر لذلك لن تحس المرأة أي تغيير

تتم هذه العملية بثلاث طرق

1- عملية فتح بطن مصغرة عن طريق فتحة صغيرة في البطن تحت التخدير العام و يتم إغلاق قناتي فالوب بعدة وسائل منها الخياطة-

.القطع باستئصال قطعة صغيرة من الانبوب و ربط الطرفين-

.الكي و إغلاق الأنبوب-

.استعمال الحلقات البلاستيكية أو الكلابسات-

و هذه الطريقة اقل اىذاء للمريضة و تغلق الأنابيب بنفس الطريقة السابقة التنظير البطني

في حالات قليلة تعمل هذه العمليات عن طريق المهبل إما بالمستشفى أو بعض العيادات المختصة

ثانيا:- تعقيم الرجل

تتم هذه العملية بقطع القناة الناقلة و بذلك يقطع الطريق الذي يؤدي إلى خروج الحيوانات المنوية من الخصيتين إلى السائل المنوي و يمكن إجراء ذلك تحت التخدير الموضعي أو العام و من الممكن الوصول إلى القناة الناقلة بسهولة حيث تقع تحت الجلد مباشرة و يتم استئصال قطعة من الأنبوب و لا تستغرق هذه العملية سوى 15 دقيقة

و يمكن التأكد من نتائج العملية بأجراء فحصين للسائل المنوي بينهما 4 أسابيع و نتيجة الفحصين خلوهما من الحيوانات المنوية و هذا عادة يستغرق حوالي 16-18 أسبوع

لحظة من فضلك

- بعض النقاط المهمة التي يجب مراعاتها قبل استخدام أي طريقة لمنع الحمل
- 1- وجود أي أعراض مصاحبة للدورة الشهرية و علاجها بنفس وقت استخدام الموانع
 - 2--الحياة الجنسية للزوجين
 - 3-حجم العائلة و احتمالات معاودة الحمل
 - 4-إصابة المرأة بأي أمراض تهدد حياتها
 - 5.الثقافة العامة لدى الزوجين
 - 6-إمكانية إرجاع الخصوبة بعد استخدام أي طريقة
 - 7-أي الزوجين يمكن تعقيمه -