



The Royal Women's Hospital Information for Women

6. موانع الحمل: مانعة الحمل الرحمية

نيسان (ابريل) 2004

6. CONTRACEPTION – INTRA UTERINE DEVICE (IUD)

لماذا نستخدم موانع الحمل؟

من الضروري أخذ موانع الحمل إذا أردت تجنب حمل غير مخطط له وتجنب الأمراض الزهريّة (أو الأمراض التي تنتقل عن طريق الممارسة الجنسية).

في كل شهر يقوم مبيض المرأة بإنتاج بيضة واحدة. وعندما يقوم الرجل بالقذف، فإن المنيّ أو السائل المنوي يحتوي على ملايين من الحيوانات المنوية. وتحتاج فقط لوحد من هذه الحيوانات المنوية لتتم عملية إخصاب البيضة وبداية مرحلة الحمل. إذا قام زوجان بممارسة الجنس (عند دخول القضيب في المهبل) ولم يقوما باتخاذ إجراءات احترازية، فهناك احتمال كبير لوقوع الحمل. إن استخدام موانع الحمل يسمح لك ممارسة الجنس وفي نفس الوقت تجنب الحمل غير المخطط له.

استخدام الواقي (Condom) هو فكرة جيدة دائما

يوجد في أستراليا أكثر من 20,000 مرض ينتقل عن طريق الممارسة الجنسية كل سنة. ومن أكثر هذه الأمراض شيوعا هو مرض كلاميديا (Chlamydia)، والذي يمكن أن يؤدي إلى العقم إذا ترك دون معالجة. إن استعمال الواقي هو أفضل وسيلة لمنع انتقال الأمراض الجنسية. وإذا استخدم الواقي مع المطرّي المائي في كل مرة تمارسين الجنس فيها فإن فرص الإصابة بالإيدز والعديد من الأمراض الجنسية الأخرى ستقل.

مانعة الحمل الرحمية (IUD)

ما هي مانعة الحمل الرحمية؟

IUD هي عبارة عن جهاز صغير يتم إدخاله في الرحم. وهي نوعان:

- المانعة النحاسية وهي جهاز بلاستيكي ملفوف عنقه بالنحاس.
- مانعة الحمل الرحمية مايرينا (Mirena) وهي عبارة عن جهاز صغير بشكل حرف وبه اسطوانة تحتوي على بروجيستوجين حول عنقها.

كيف تعمل مانعة الحمل الرحمية

بالرغم من أن موانع الحمل الرحمية تستخدم منذ أكثر من 30 سنة لمنع الحمل، إلا أن طريقة عملها لا زالت غير مفهومة تماما. مانعة الحمل الرحمية تؤثر على حركة المنيّ وقدرته على العيش داخل الرحم بحيث لا يصل إلى البيضة لتتم عملية الإخصاب. كذلك فإن هذه المانعة تعمل على تغيير بطانة الرحم بحيث تصبح غير مناسبة للحمل وتمنع البيضة – إذا لم يتم إخصابها – من التمو.

ما مدى فعاليتها؟

تصل نسبة فعالية عمل مانعة الحمل الرحمية IUD من 95% إلى 99%، وهي مشابهة لنسبة فعالية حبوب منع الحمل (راجع معلومات عن منع الحمل، منشور رقم 3: حبوب منع الحمل)

حسّنات وسيّئات مانعة الحمل الرحميّة IUD

حسّناتها

تتمتع مانعتي الحمل النحاسية والميرينا لهما بالحسّنات التالية:

- منع فعّال للحمل طويل الأجل (خمس سنوات على الأقل)
- سهولة الاستعمال، فلا يمكنك أن تنسي استعمالها أو تناولها كما هو الحال في الحبوب
- إنها أرخص من موانع الحمل الأخرى (أعلى في بداية الأمر إلا أنها أرخص على المدى الطويل)
- عند الرغبة، يمكنك محاولة الحمل مباشرة بعد إزالتها من الرحم.

مانعة الحمل ميرينا (Mirena) لها مميّزة إضافية ألا وهي تخيف نزيف العادة الشهرية. وهذه مميّزة جيدة للنساء اللواتي يعانين من نزيف غزير أو من دورة شهرية طويلة أو النساء اللواتي يعانين من نزيف أقوى ومن دورة شهرية أطول بسبب استخدام مانعة الحمل الرحمية النحاسية.

سيّئاتها

مانعتي الحمل النحاسية والميرينا لهما المساوئ التالية:

- بالرغم من ندرة تعطل المانعة، إلا أنه إذا حصل هذا الأمر وأصبحت المرأة حاملا، فإنه يتعيّن إزالة المانعة بأسرع وقت ممكن. إن وجود مانعة الحمل في رحم امرأة حامل يزيد من مخاطر الإجهاض
- قد تقوم مانعة الحمل بدفع نفسها خارج الرحم أثناء الدورة الشهرية. وقد لا تشعر المرأة بحدوث هذا الأمر لذا يجب أن تتأكدي دائما من وجود الخيط في مكانه
- هناك احتمال صغير بحدوث التهاب في الأسابيع الثلاثة التي تلي إدخال المانعة في الرحم.
- وبما أن التهاب الحوض يمكن أن يؤدي إلى العقم، لذا من المهم بالنسبة للمرأة التي تستخدم مانعة الحمل هذه أن تكون أكثر حرصا في حماية نفسها من الأمراض الجنسية.
- يمكن أن تتقّب المانعة جدار الرحم. هذه حالة نادرة جدا وقد تحدث عند إدخال المانعة في الرحم
- كذلك هناك مخاطر من وقوع الحمل المُنْتَبِذ (حيث تبقى البيضة الملقحة في قناة فالوب) عند تعطل المانعة (هذا الأمر نادر جدا عند استخدام المانعة النحاسية وكذلك فإنه نادر أيضا عند استخدام مانعة بروجيستوجين)

مانعة الحمل بروجيستوجين لها أيضا الأعراض الجانبية التالية:

- نزيف أو دورة شهرية غير منتظمة في الأشهر الثلاث إلى الخمسة الأولى. ولكن باستخدام هذه المانعة فإنه من المحتمل حدوث الدورة الشهرية بشكل قليل جدا.
- قد تؤدي إلى حدوث تحقّف طفيف في المهبل، تورّد، ووجع في الرأس، وغثيان وحب الشباب.

قد تؤدي مانعة الحمل النحاسية إلى دورة شهرية غزيرة أكثر ألما.

من يمكنها استعمال موانع الحمل الرحمية؟

- النساء اللواتي انتهين من إنجاب الأطفال
- النساء الأقل عرضة للإصابة بالالتهابات الجنسية
- النساء اللواتي لا يستطعن أو لا يرغبن في تناول الحبوب

من من النساء يجب أن لا تستعمل موانع الحمل الرحمية؟

- يجب أن لا تستعمل النساء المعرّضات للالتهابات جنسية طويلة الأمد موانع الحمل الرحمية.
- النساء المصابات بنزيف مهلي غير مُشخّص
- النساء المصابات بمرض التهاب الحوض.

زَرْعُ مَانَعَةِ الحَمَلِ الرَّحْمِيَّةِ

التَّحْضِيرُ لَزَرْعِهَا

- قبل زرع مانعة الحمل الرحمية عليك أن:
- تُجرى فحص باب (Pap) وأخذ عيّنة للتأكد من عدم وجود أي التهاب حوضي
 - تتأكدي أنك لست حاملاً (لذا يجب أن يتم إدخال المانعة مباشرة بعد الدورة الشهرية أو استعمالها مانعاً جيداً للحمل حتى يتسنى لك زرع المانعة).

كيف يتم إدخال مانعة الحمل الرحمية

سيتم في العيادة وضعتك في نفس الوضع الذي توضعين فيه عند إجراء اختبار باب. سيتم وضع منظار جوفي في المهبل وتنظيف عنق الرحم بمطهر خاص. سيتم قياس طول الرحم وزرع مانعة الحمل في الداخل من خلال عنق الرحم أو فتحة الرحم. سيتم أيضاً قطع الخيط عند المهبل. لن تلاحظي أنت ولا شريكك هذا الخيط ولكن يمكنك لمسه إذا وضعت إصبعك داخل المهبل.

ستنتظرين حوالي 15 دقيقة في العيادة للتأكد من أن كل شيء على ما يرام وأنه لا يوجد أي ألم أو شعور بعدم الراحة.

من المهم بأن لا تمارسي الجنس لمدة 48 ساعة وأن لا تستعملي الحشية بعد زرع المانعة لمنع حدوث التهابات.

ماذا أفعل إذا شعرت بأن هناك شيئاً خطأ؟

اتصلي بطبيبك إذا:

- شعرت بأن الخيط أقصر أو أطول مما يجب حيث أن المانعة قد تكون تحركت من مكانها. من المهم التأكد من طول الخيط بعد كل دورة شهرية.
- شعرت باستمرار في آلام في أسفل البطن، وخاصة إذا صاحبها حرارة
- لاحظت وجود إفرازات غير طبيعية أو نزيف، أو إذا شعرت بالألم أثناء الجنس
- كان أحدكما (أنت أو شريكك) قد مرّ بتجربة جنسية أخرى والتي تزيد من احتمال تعرضك إلى الإصابة بمرض مُعد جنسياً
- بعد ستة أسابيع من إدخال المانعة وبعدها كل 12 شهر.

أين يمكنك الحصول على مزيد من المعلومات

مركز معلومات صحة المرأة (مستشفى النساء الملكي)

هاتف: 8345 3045 (03)

مكالمة مجانية: 1800 442 007

البريد الإلكتروني: whic@rwh.org.au

عيادة الخيارات (The Choices Clinic) في مستشفى النساء الملكي

خدمة لا تكلف كثيراً لتقديم النصيحة والمشورة والعلاج لجميع المتطلبات الخاصة بمنع الحمل والصحة الجنسية. ساعات الدوام: الاثنين، والثلاثاء، والخميس من الثامنة والنصف صباحاً حتى الحادية عشرة والنصف صباحاً.

هاتف: 8345 3100 (03)

منشورات أخرى مفيدة من مستشفى النساء الملكي

إن لدى مستشفى النساء الملكي مجموعة متنوعة من المنشورات بعدة لغات ومتوفرة على موقع المستشفى على الإنترنت. العنوان هو: www.rwh.org.au

يمكنك أن تسألني الجهة التي تقدم لك العناية في المستشفى بأن يعطوك نسخة مطبوعة من المنشورات الأخرى الخاصة بمنع الحمل. اطلبي:

- | | | |
|-------|------------------------------|----------------------------|
| رقم 1 | ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ | Fy |
| رقم 2 | (Diaphragms) ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ | الواقى (Condom) ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ |
| رقم 3 | Fy ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ | ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ |
| رقم 4 | Depo Provera - Fy ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ | ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ |
| رقم 5 | Implanon - ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ | Fy ١٢٣٤٥٦٧٨٩٠ |