

تحدث معظم الأمراض والوفيات التي تهدد صحة النساء والأطفال بسبب حقيقة عدم حدوث حالات الحمل في الوقت المطلوب، بالعدد المطلوب وعلى فترات مناسبة، والإجهاض غير الآمن والخصوبة المفرطة.

إن واحدة من كل عشر أمهات يمتن في العالم تموت بسبب الإجهاض في ظروف غير صحية. الهدف الرئيسي من وسائل منع الحمل هو حماية صحة الأمهات والأطفال ومنع الإجهاض.



تم تحضير هذا المنشور بدعم مالي من الاتحاد الأوروبي. وزارة الصحة في الجمهورية التركية هي المسؤولة عن محتواه وقد لا يعكس وجهات نظر الاتحاد الأوروبي.

إن الهدف الأساسي لوسائل منع الحمل هو الحفاظ على صحة الأمهات والأطفال والحيلولة دون حالات الإجهاض إن الوسيلة المناسبة لكل زوجين مختلفة عن الآخرين. تجب استشارة الطبيب / القابلة أو الممرضة لتحديد الوسيلة المناسبة.

لمزيد من المعلومات و الدعم، راجعوا أقرب مركز صحي للمهاجرين.

خدمة جيدة من المكان الصحيح

f @sihhatproject

www.sihhatproject.org

sihhat



This project is funded by the European Union. Bu proje Avrupa Birliği tarafından finanse edilmektedir. هذا المشروع تم تمويله من قبل الاتحاد الأوروبي.

أطفال بالعدد الذي  
يمكنكم الاعتناء بهم!



sihhat



# ومن أهم حقوق الإنسان الأساسية للأزواج أن يقرروا عدد الأطفال الذين سينجبونهم وتوقيت ذلك.

بعد حوالي شهر من الولادة، تبدأ  
المرأة في إنتاج الخلايا التناسلية.  
لهذا السبب، يجب البدء باستخدام  
وسائل منع الحمل في موعد أقصاه  
شهر واحد بعد الولادة. في حين  
أنه يجب أن يتم البدء بالوسيلة  
بعد حوالي أسبوع واحد من حالات  
الإجهاض.

## الحالات التي تعرض حياة الأم والطفل للخطر

**في حالة الحمل بفواصل زمني أقل من سنتين؛** قد تحدث مشاكل صحية لدى الطفل حديث الولادة والأم لأن مخازن جسم الأم لا تكون ممتلئة بالكامل. قد تحدث مشاكل جسدية وروحية واجتماعية لدى الطفل الآخر الذي تعطلت رعايته

**أكثر من 4 حمل؛** يمكن أن يسبب أمراض مهمة مثل السلس البولي وسرطان الرحم وأمراض القلب والأوعية الدموية لدى الأمهات في الأعمار المتقدمة؛ ومشاكل الرعاية والنمو وتأخر التطور لدى الأطفال.

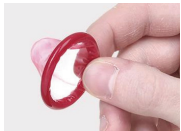
نظراً لعدم اكتمال نمو الجهاز التناسلي والبنية العظمية والتطور الروحي، فإن حقيقة حمل الفتيات **قبل سن 18 عاماً** وولادتهن أطفالاً قد يعرض حياة الأم والطفل للخطر.

**الولادة بعد سن الـ 35؛** يمكن أن يسبب مشاكل ذهنية لدى الطفل وأمراضاً خطيرة لدى الأم مثل ارتفاع التوتر الشرياني والداء السكري.



## وسائل منع الحمل

الوسائل التي يحدث الحمل فور تركها



**الواقي الذكري (الكبوت، الغلاف، الواقي)** فعال جداً عند استخدامه بشكل صحيح. يحمي من الأمراض المنقولة جنسياً مثل فيروس نقص المناعة البشرية المكتسبة / الإيدز والسيلان والزهري والتهاب الكبد B.



**حبوب منع الحمل؛** يجب أن تستخدم بشكل يومي. لها فوائد أخرى إلى جانب منع الحمل؛ فهي تقي من فقر الدم، وتقلل من آلام الدورة الشهرية، وتقلل من خطر الإصابة بسرطان الرحم والمبيض.



**الجهاز داخل الرحم (اللؤلؤ)** هو جهاز بلاستيكي صغير يتم إدخاله ضمن الرحم. إن لم تتم إزالته، فإنه يمنع الحمل لمدة 10 سنوات. يمكن الحمل على الفور عندما تتم إزالته.



**الإبر؛** تمنع إطلاق الخلايا التناسلية من مبيضي المرأة إلى القناتين.

الوسائل التي تصعب العودة عنها

**ربط قناتي الخلايا التناسلية للذكور (استئصال الأسهر)**

هو ربط قناتي الخلايا التناسلية للذكور عبر عملية جراحية صغيرة جداً. لا يبدأ منعه للحمل على الفور. من الضروري استخدام وسيلة أخرى لمدة شهرين على الأقل.

**ربط قناتي المرأة (ربط البوقين)**

هو الربط الجراحي لقناتي المرأة. وبالتالي، لا يمكن أن للخلايا التناسلية الأنثوية والذكرية أن تجتمع ولا يحدث الحمل. يبدأ منعه للحمل بعد تطبيقه مباشرة.