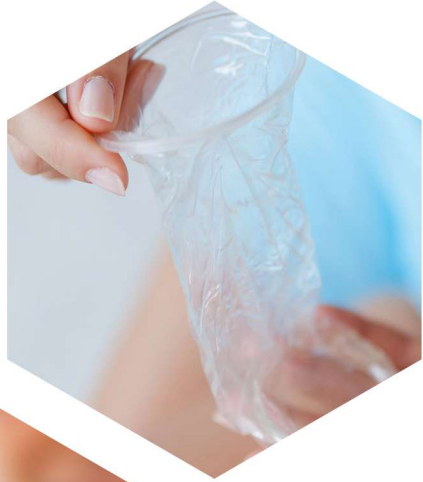


# أساليب منع الحمل



اعداد:  
د.ضحى شله

# الأساليب الحديثة



## موانع الحمل الفموية التوليفية "أو" حبوب منع الحمل

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
تحدّ من مخاطر الإصابة بالسرطان البطني الرحمي وسرطان المبيض؛ لا ينبغي تناولها في فترة الرضاعة الطبيعية؛	إذا ما تم 99% < استخدامها بشكل صحيح ومتسق 92% إذا ما تم استخدامها بالطرق الشائعة	تمنع إفراز البويضات من (المبيضين الإباضة)	تحتوي على هرمونين (الإستروجين والبرجستيرون)

## الأقراص التي لا تحتوي إلا على البروجستيرون أو حبوب منع الحمل الخفيفة

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
يمكن تناولها أثناء فترة الرضاعة الطبيعية؛ يجب تناولها في الوقت نفسه كل يوم	إذا ما تم 99% استخدامها بشكل صحيح ومتسق 97%-90% إذا ما تم استخدامها بالطرق الشائعة	تغلّظ مخاط عنق الرحم للحيلولة دون التقاء المني بالبويضة وتمنع الإباضة	تحتوي على البروجستيرون فقط، ولا تحتوي على الإستروجين

## الوسائل المزروعة

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
يجب أن يتم زرع تلك الوسائل ونزعها من قبل أحد مقدمي خدمات الرعاية الصحية؛ يمكن استخدامها لمدة تتراوح بين 3 و5 أعوام حسب نوع الأداة المزروعة؛ من الشائع حدوث نزيف مهبلي دون أن يسبب أي ضرر	إذا ما تم 99% < استخدامها بشكل صحيح ومتسق	تتبع التقنية ذاتها التي تتبعها الأقراص التي لا تحتوي إلا على البروجستيرون	نبايبت أو كبسولات صغيرة ومرنة توضع تحت جلد الذراع العلوي؛ وتحتوي على هرمون

## الحُقن التي لا تحتوي إلا على البروجستيرون

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
تأخر عودة الخصوبة (4-1 أشهر) بعد الاستخدام؛ من الشائع حدوث نزيف مهبلي دون أن يسبب أي ضرر	إذا ما تم 99% < استخدامها بشكل صحيح ومتسق 97% إذا ما تم استخدامها بالطرق الشائعة	تتبع التقنية ذاتها التي تتبعها الأقراص التي لا تحتوي إلا على البروجستيرون	تُحقن في العضل كل شهرين أو ثلاثة أشهر، حسب المنتج

**حُقن منع الحمل أو حُقن منع الحمل  
التوليفية التي تُعطى كل شهر**

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
من الشائع حدوث نزيف مهبلي دون أن يسبب أي ضرر	إذا ما تم 99% < استخدامها بشكل صحيح ومتسق 97% إذا ما تم استخدامها بالطرق الشائعة	تتبع التقنية ذاتها التي تتبّعها موانع الحمل الفموية التوليفية	تُحقن في العضل مرّة كل شهر، وتحتوي على الإستروجين والبروجسترون

**الأجهزة التي تُوضع داخل الرحم:  
اللؤلؤ (الجهاز الذي يحتوي على  
النحاس)**

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
من الشائع أن تطول فترات الحيض وتشتدّ خلال الأشهر الأولى من الاستخدام ولكن دون أن تسبب أي ضرر؛ يمكن استخدامه أيضاً لأغراض منع الحمل الاستدراكي	إذا ما تم 99% < استخدامها بشكل صحيح ومتسق	يؤدي النحاس إلى إتلاف المني ومنع التقائه بالبويضة	جهاز بلاستيكي صغير ومرن يحتوي على لؤلؤ أو سلك نحاسي يوضع داخل الرحم

## العوازل الذكورية

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
تحمي أيضاً من العدوى المنقولة جنسياً، بما في ذلك عدوى فيروس الأيدز	إذا ما تم 98% استخدامها بشكل صحيح ومتسق 85% إذا ما تم استخدامها بالطرق الشائعة	تشكل العوازل حاجزاً يحول دون اتصال المني بالمهبل	أغمداد أو أغلفة تغطي قضيب الرجل المنتصب

## العوازل الأنثوية

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
تحمي أيضاً من العدوى المنقولة جنسياً بما في ذلك عدوى فيروس الأيدز	إذا ما تم 90% استخدامها بشكل صحيح ومتسق 79% إذا ما تم استخدامها بالطرق الشائعة	تشكل حاجزاً يحول دون اتصال المني بالمهبل	أغمداد أو بطانات مصنوعة من غشاء بلاستيكي رقيق وشفاف ولين تتناسب بشكل رطب داخل مهبل المرأة

## تعقيم الذكور (استئصال الأسهرين)

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
تأخر المفعول بثلاثة أشهر عند بقاء بعض المنى المخزن؛ لا تؤثر في أداء الذكور الجنسي؛ لا بد أن يكون الاختيار عن طواعية ووعي	لدى تقييم 99% < السائل المنوي بعد مرور ثلاثة أشهر على إجراء العملية 98%-97% دون تقييم السائل المنوي	يمكن من الفصل بين المنى والسائل المنوي المقذوف	أسلوب يُستخدم لأغراض منع الحمل بطريقة دائمة عن طريق سدّ أو قطع الأسهرين اللذين يحملان المنى من الخصيتين

## تعقيم الإناث (ربط البوقين)

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
لا بد أن يكون الاختيار عن طواعية ووعي	هذا الأسلوب ونتائجه دائمة وفعاليته < 99%	يحول دون التقاء البويضات بالمنى	أسلوب يُستخدم لأغراض منع الحمل بطريقة دائمة عن طريق سدّ أو قطع البوقين

## أسلوب انقطاع الحيض أثناء الرضاعة

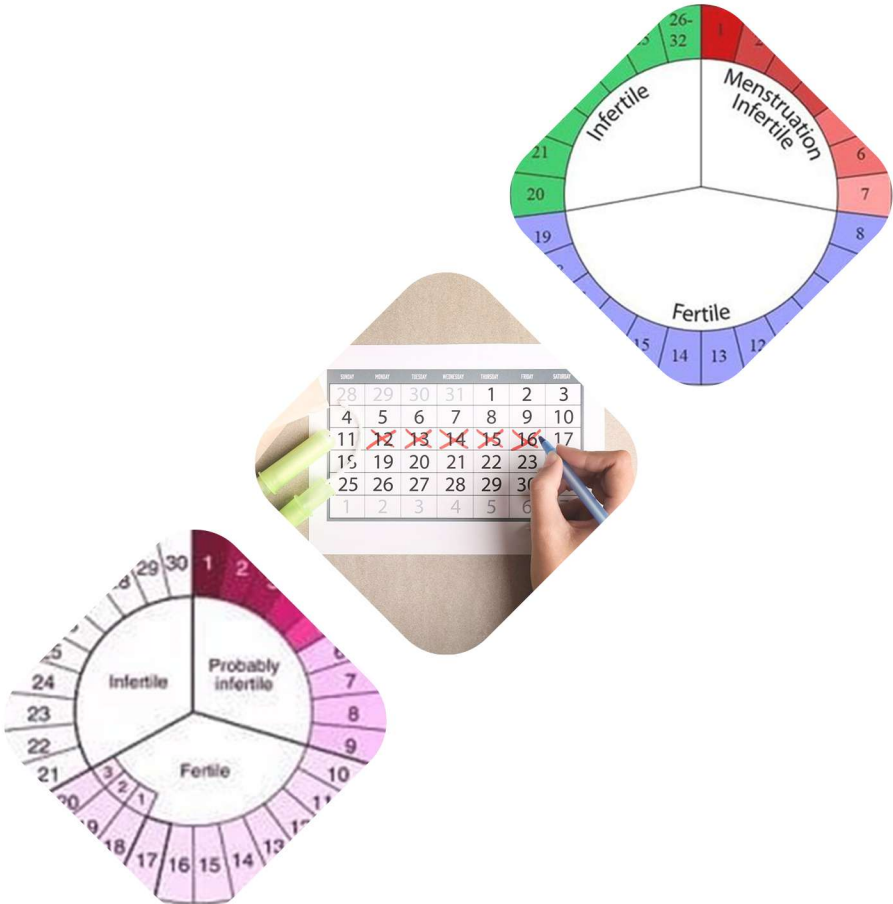
التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
أسلوب مؤقت لمنع الحمل يستند إلى الأثر الطبيعي للرضاعة الطبيعية على الخصوبة	إذا ما تم 99% استخدامهما بشكل صحيح ومتسق 98% إذا ما تم استخدامه بالطرق الشائعة	يحول دون إفراز البويضات من المبيضين (الإباضة)	أسلوب مؤقت لمنع الحمل لدى النوافس اللائي انقطعت دورة الحيض لديهن؛ يشترط أن تقتصر الأم على إرضاع طفلها طبيعياً قبل بلوغه ستة أشهر من العمر

## منع الحمل الاستدراكي الليفونورجيستريل 1.5 ملغ

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
لا تتسبب في عرقلة حمل موجود أصلاً	تحدّ من احتمال الحمل بنسبة تتراوح بين 60% و90%	تمنع الإباضة	أقراص لا تحتوي إلاّ على البروجسترون تُؤخذ لمنع الحمل لمدة تصل إلى خمسة أيام بعد العلاقة الجنسية غير المحمية



# الأساليب التقليدية



## الانسحاب قبل القذف

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
إحدى أقلّ الأساليب فعالية، لأنه يصعب غالباً تحديد التوقيت المناسب للانسحاب	إذا ما تم 96% استخداماً بشكل صحيح ومتسق 73% إذا ما تم استخدامه بالطرق الشائعة	أسلوب يمكن من إبقاء المني خارج جسد المرأة وتوقي الإخصاب	يسحب الرجل قضيبيته من مهبل عشيرته ويقذف خارج المهبل مع الحرص على إبقاء السائل المنوي خارج الأعضاء التناسلية الخارجية

## الأساليب القائمة على إدراك الخصوبة (التنظيم الطبيعي للأسرة أو الامتناع الدوري)

التعليقات	مدى الفعالية في منع الحمل	آلية العمل	الوصف
يمكن استعمال هذه الأساليب لتحديد أيام الخصوبة من جانب النساء اللاتي يرغبن في أن يصبحن حوامل واللواتي يرغبن في تجنب الحمل على حد سواء. ويتطلب استعمال الأساليب بطريقة صحيحة ومتسقة تعاون الشريك	إلى 97% إذا ما 95% استخدمت بشكل صحيح ومتسق و75% إذا استخدمت بالطرق الشائعة	يتوقى الزوجان الحمل بتلافي العلاقات الجنسية المهبلية غير المحمية خلال أيام الخصوبة تلك ويقومان بذلك، عادة، عن طريق الامتناع أو استعمال العوازل	الأساليب القائمة على التقييم: رصد أيام الخصوبة في دورة الحيض الأساليب القائمة على رصد الأعراض: رصد مخاط عنق الرحم ودرجة حرارة الجسم

# صور بعض أساليب منع الحمل

