



وسائل المكافحة  
بين الولادات

الإبر



ما هي  
الإبر؟



## إبر البروجستين (الدييو بروفيرا)

هي وسيلة عالية الفعالية وآمنة، تؤخذ في العضل كل ٣ أشهر (١٣ أسبوع) وتحتوي على هرمون البروجستين الذي يشبه الهرمون الذي يفرز بصفة طبيعية في جسم المرأة.

## كيف تمنع الحمل؟

تمنع حصول التبويض الشهري. وتزيد من سمك إفرازات عنق الرحم مما يعرقل دخول الحيوانات المنوية للرحم.

## ما مدى فعاليتها؟

تعتمد فعالية الإبر على الإستهخدام المنتظم لها وتصل درجة فعاليتها إلى أكثر من ٩٩,٧% وتقل فعاليتها إذا حدث تأخير في موعد أخذ الإبرة

٩٩,٧%

## لماذا تفضل بعض السيدات استخدام الإبر كوسيلة مباحدة؟

لا تحتاج إلى التذكر اليومي

لا تؤثر على الرضاعة للسيدات المرضعات ولا تؤثر على العلاقة الزوجية

وسيلة توفر الخصوصية، لا يعلم أحد أن المرأة تستخدم وسيلة للمباحدة

توفر حماية ذات تأثير طويل الأمد

يمكن إستخدامها في جميع الأعمار

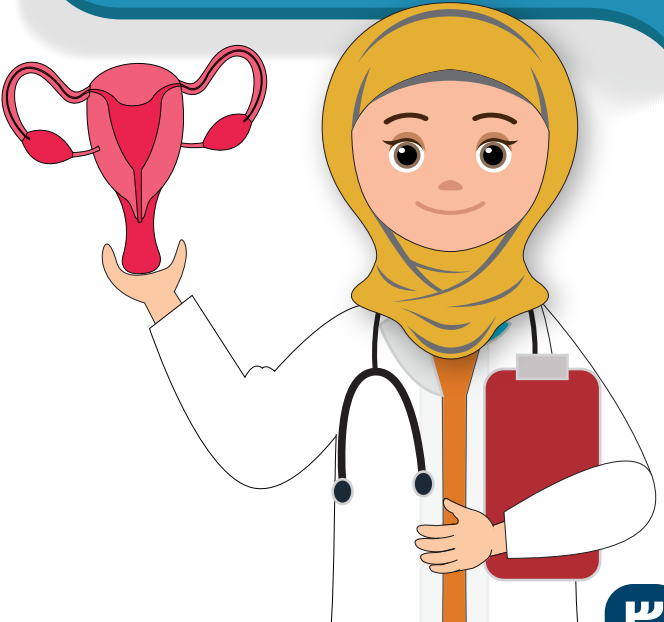
عالية وسريعة الفعالية (خلال أقل من ٢٤ ساعة)

## ماهي مميزاتاها الصحية الأخرى المثبتة علميا وبحثيا؟

توفر الحماية من الإصابة بسرطان بطانة الرحم وأورام الرحم الحميدة «أورام ليفية».

تساعد في الحماية من مرض التهابات الحوض.

تقلل من أعراض مرض البطانة المهاجرة مثل الألم أسفل البطن والنزيف غير المنتظم.



## ماهي مميزاتها الصحية الأخرى المثبتة علميا وبحثيا؟

في حالة الرضاعة يمكن  
استخدام الإبرة بعد ٦ أسابيع  
من الولادة



الرغبة في إستخدام وسيلة  
ذات تأثير طويل الأمد.



لا يوجد موانع لإستخدامها.



النسيان وعدم تذكر أخذ  
الحبوب في وقتها



## ما هي موانع إستخدام الإبر ؟

الأصابة السابقة أو الحالية بتجلط الدم في أوردة الساقين العميقة أو أوردة الرئتين.

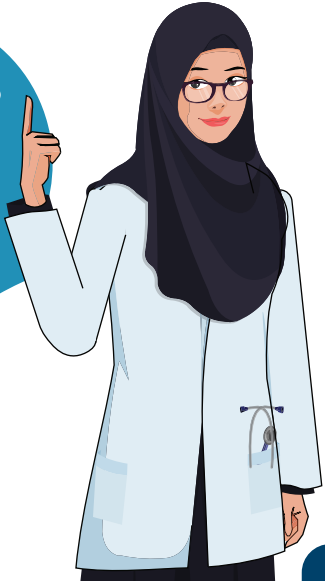
الأصابة بمرض سرطان الثدي حالياً أو سابقاً.

مرض إرتفاع ضغط الدم «غير متحكم به» أكثر من ١٦٠/١٠٠.

مرض السكري المزمن أو مع مضاعفات بالشرابيين أو الرؤية أو بالكلى أو الجهاز العصبي.

الأصابة بمرض كبدي نشط «الصفار أو إلتهاب نشط أو تليف أو أورام في الكبد».

«سيتم مساعدتك  
عزيزتي لإستخدام  
الوسيلة المناسبة  
لك ولوضعك  
الصحي»



## متى تعود الخصوبة بعد التوقف عن استعمال الإبر؟

قد تتأخر عودة الخصوبة عند بعض النساء لفترة قد تبلغ ٦ أشهر بعد التوقف عن أخذ الإبر ولكن يمكن حدوث الحمل بعدها.

موعد أخذ الإبرة

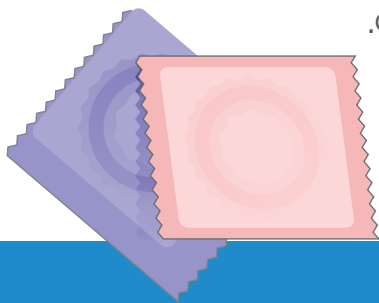


التوقف عن أخذ الإبرة

تعود الخصوبة لفترة قد تبلغ ٦ أشهر

## هل توفر الإبر حماية من الأمراض المنقولة جنسياً؟

لا، يجب عليك استخدام وسيلة حماية إضافية مثل الريلة.





## ما هي الأعراض الجانبية الشائعة؟

● في بداية أول عدة شهور من الإستخدام قد يحدث نزيف غير منتظم، أو تطول مدة النزف عند ٢٠٪ من النساء، أو يحدث نزيف على فترات متقاربة، وبعد ذلك قد ينقطع الحيض تماماً «هذا الوضع يشبه إنقطاع الحيض أثناء الحمل، دم الحيض لا يتجمع ولا يتراكم داخل جسم السيدة».

● صداع، دوخة، غثيان.

● تغير في الوزن «زيادة أو نقصان بحدود ١ - ٢ كيلوجرام في السنة».

● تغيرات في المزاج.

هذه الأعراض الجانبية ليست مرضية وهي شائعة وقد لا تحدث عند كثير من السيدات، ولا تستدعي الخوف والتوقف عنها إذ غالباً ما تتحسن بعد عدة أشهر، يمكن مراجعة المؤسسة الصحية في أي وقت إذا كانت هذه الأعراض تسبب قلقاً.



## الإبر وسرطان الثدي؟

في دراسة كبيرة حديثة قامت بها منظمة الصحة العالمية وجد أنه ليست هناك زيادة بشكل عام في خطر الإصابة بسرطان الثدي للسيدات اللاتي يستخدمن إبر المبعادة أو سبق لهن إستخدامها مقارنة بالسيدات اللاتي لم يستخدمنها على الإطلاق.



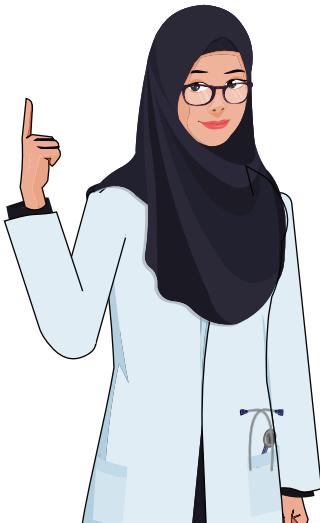
## متى يمكن البدء باستخدام الإبر؟

- خلال أول ٧ أيام من الدورة الشهرية بدون الحاجة إلى وسيلة إضافية لمنع الحمل كالريلة، أما إذا كان قد مر على بداية الحيض أكثر من ٧ أيام يمكنك إستخدامها بعد التأكد من الحمل ولكن سوف تحتاجين إلى وسيلة منع حمل إضافية كالريلة لمدة ٧ أيام.
- في أي يوم من الشهر بعد التأكد بأنك لست حامل.
- بعد ٦ أسابيع من الولادة إذا كنت مرضعة.
- خلال ٤ أسابيع من الولادة إذا كنت غير مرضعة ويجب التأكد من الحمل إذا إستخدمت بعد ٤ أسابيع
- خلال ٧ أيام من حدوث الإجهاض وإذا أردتي إستخدامها بعد اليوم السابع فيجب أن تستعلمي معها وسيلة إضافية مثل الريلة أو التوقف عن الجماع لمدة أسبوع.



## لمعلوماتك

- من الممكن أن تؤدي الإبرة إلى إنقطاع الدورة الشهرية لدى المستخدمات، ولكن لا ضرر من هذا التوقف، هذا الوضع يشبه إنقطاع الدورة الشهرية أثناء الحمل.
- دم الحيض لا يتجمع ولا يتراكم داخل جسم السيدة.
- الإبرة لا تسبب العقم للمرأة.
- لا تسبب الإجهاض في حالة كان هناك حمل.
- لا تزيد من نسبة الإصابة بسرطان الثدي «ولكن من الضروري أن تحسلي على خدمة فحص الثدي الإكلينيكي والمواظبة على الفحص الذاتي للثدي بشكل دوري قبل البدء بأي وسيلة هرمونية».



● ما يناسب غيرك من وسائل المباشرة قد لا يناسبك ، فأحرصي على إستشارة الطبيبة قبل البدء باستخدام أي وسيلة مباحة بين الولادات وسيلة مباحة.

● عندما ترغبين بالإنجاب فما عليك إلا التوقف عن أخذ الإبر لتستعيدي خصوبتك وقدرتك على الإنجاب.

● إن الآثار الجانبية قد تكون مزعجة ولكنها غير ضارة بالصحة.

◀ إذا شعرت بأي من الأعراض عليك مراجعة الطبيب فوراً!

تذكري

