

## حقيقة أم اعتقاد

### معاً لتجنب مخاطر الإجهاض غير الآمن



بتمويل من

safe abortion  
action fund

## جمعية تنظيم وحماية الأسرة الفلسطينية

### المكتب التنفيذي

القدس وادي الجوز - شارع المنطقة الصناعية

عمارة الحرباوي (التنور) - الطابق الأول

ص.ب. 19999

هاتف : 02-6283636 / 02-6280630

فاكس: 02-6261675

الفييس بوك : "PFPPA"

الصفحة الإلكترونية: www.pfppa.org

البريد الإلكتروني: Email:info@pfppa.org

### مراكز تقديم الخدمات

• الخليل - عين سارة - عمارة الامل بالله

الطابق الثالث / 02-2228857

• حلحول - مبنى جمعية سيدات حلحول

الطابق الأول / 02-2217284

• بيت لحم - باب الزقاق

بجانب مستشفى الحسين / 02-2770438

• رام الله - شارع الإرسال

فوق مخبز الأمين / 02-2980320

• ابو ديس - البلدة القديمة

باطن الزيت / 02-2792260

• غزة - حي الرمال - شارع النصر

فوق مطبخ بيروت / 08-2848667

### مراكز الخدمات الصديقة للشباب:

• الخليل - عين سارة - عمارة الامل بالله

الطابق الرابع / 02-2219187

• غزة - حي الرمال - شارع النصر

فوق مطبخ بيروت / 08-2848667

## المعتقد الخاطئ

الإجهاض لا يؤثر سلباً على الحياة اليومية للمجهضة!!!

## الحقيقة

يجب على السيدة المجهضة الراحة التامة حتى تسترجع صحتها وقواها والاهتمام بالتغذية السليمة لتعويض ما فقدته من دم ، والاهتمام بالنظافة العامة لان احتمالية حدوث الالتهابات والأمراض عالية جداً . كما أن هذا يؤثر سلباً على أطفالها و مجتمعا

## المعتقد الخاطئ

لا يحدث الحمل إلا بعد 40 يوم من الإجهاض، وعليه لا داعي لاستخدام وسيلة تنظيم الأسرة قبل ذلك !!!

## الحقيقة

إن التبويض قد يحدث بعد أسبوعين من الإجهاض، أي أن الحمل قد يحدث خلال شهر من الإجهاض فيجب اخذ الاحتياطات اللازمة لعدم حدوث الحمل مباشرة باستعمال وسائل تنظيم الاسرة المناسبة



## نصيحة

على السيدة المجهضة عدم محاولة الحمل ثانية لمدة لا تقل عن ستة اشهر بعد الاجهاض ويجب استعمال وسائل تنظيم الاسرة المناسبة حسب رؤية الطبيب/ة المختص والاهتمام في هذه الفترة بالتغذية السليمة والنظافة الشخصية ، وفي حالة حدوث الاجهاض أكثر من مرتين متتاليتين يجب التوجه للطبيب قبل الحمل الثالث لمعرفة سبب الإجهاض



### المعتقد الخاطئ:

عند حدوث حمل غير مخطط له فإن إتباع بعض الوصفات والممارسات يساعد السيدة في إجهاض نفسها بدون مخاطر

### الحقيقة

الوصفات الشعبية والممارسات مثل القفز، حمل أثقال، جعل الأطفال يقفزون على البطن في النهاية يؤدي إلى إجهاض، وقد تؤدي هذه الممارسات إلى إجهاض ولكن مضاعفاتها خطيرة ممكن أن تؤدي إلى نزيف حاد، خطورة على حياة الأم، ضعف الخصوبة والتهابات خطيرة إذا تبقى أجزاء من الحمل.

### المعتقد الخاطئ:

التأثيرات السلبية للإجهاض تقتصر على الناحية الصحية فقط.

### الحقيقة

هذا ليس صحيحا حيث من الممكن مصاحبة هذه التأثيرات اعراض اخرى مثل الاكتئاب والشعور بالذنب وتأنيب الضمير واضطرابات في الشهية (شراهة أو فقدان للشهية). وقد يؤدي هذا إلى مشاكل زوجية وخصوصا عند عدم علم الزوج بالإجهاض. كما أن الإجهاض قد يتسبب في زيادة الأعباء الاقتصادية على العائلة

### الحقيقة:

ان نسبة الاجهاض تزيد في عمر مبكر اي اقل من 18 سنة وكذلك في عمر متأخر أي ما بعد 40 عاماً أيضاً

### المعتقد الخاطئ:

الفترات المتقاربة من الحمل تقلل من متاعب الحمل وآلام الولادة !!!

### الحقيقة:

قد يؤدي تقارب الحمل إلى إتهاك الرحم واتساع عنقه وهذا يؤدي إلى الإجهاض المتكرر وما يصاحبه من أخطار صحية على الام

### المعتقد الخاطئ:

السيدة التي تتعرض للإجهاض يجب أن تحمل مباشرة !! بنفس المثل الشائع الخاطئ (لا تقول لأبوه ايده بأيد اخوه)

### الحقيقة

يجب على السيدة المجهضة عدم الحمل مرة أخرى إلا بعد 6 أشهر على الاقل حيث تستعيد وضعها الطبيعي (راحة الرحم عمل المياض لرفع المناعة)

### المعتقد الخاطئ:

بعد الاجهاض ظهور علامات مثل ارتفاع درجة الحرارة، الالم واستمرار نزول الدم لفترة طويلة علامات عادية ولا تستوجب القلق فقط تحتاج السيدة الى الراحة

### الحقيقة

ظهور هذه العلامات بعد الاجهاض قد تكون ناتجة عن التهابات خطيرة في الجهاز التناسلي بسبب الاجهاض وكذلك نزول الدم قد يكون نتيجة لنفقر الدم فيجب التوجه إلى الطبيب فوراً

### المعتقد الخاطئ:

عند بعض السيدات ان استعمال اللولب يزيد من الإصابة بالإجهاض عند الحمل

### الحقيقة

استمرار نزول الدم لمدة تزيد عن أسبوعين بعد الإجهاض يستدعي من السيدة مراجعة الطبيب

جمعية تنظيم وحماية الاسرة الفلسطينية والتي تعمل منذ عام 1964 في الضفة الغربية وقطاع غزة في مجال الصحة الجنسية والإنجابية قد أولت اهتماما كبيرا بصحة الأم ودمجتها ضمن محاور عملها الأساسية كما تسعى إلى تقديم الخدمات ذات الجودة العالية إلى جميع الفئات العمرية دون تمييز.

ومن اهم المحاور التي تعمل عليها الجمعية : محور محاربة الإجهاض غير الامن وخفض مضاعفاته، ومن أجل إيصال المعلومة الصحيحة والدقيقة لمن هم بحاجة لها والعمل على تلبية الاحتياجات غير الملباة لديهم، عملت الجمعية ومن خلال عدد من المشاريع على تحقيق هذا الهدف و إيصال الخدمات والمعلومات المتعلقة بالإجهاض الآمن وتصحيح المعلومات لدى أفراد المجتمع من أجل رفع مستوى المعرفة لديهم.

### التعريف العلمي للإجهاض

هو فقدان الحمل ونزول الجنين خلال 26 اسبوع من بداية الحمل او بوزن أقل من 500 غم.

### المعتقد الخاطئ:

الإجهاض هو فعل متعمد تقوم به السيدة للتخلص من الجنين

### الحقيقة

قد يكون الاجهاض تلقائيا حيث إن ما يزيد عن 78% من الحالات تلقائي تحدث قبل علم السيدة بوجود حمل. و أيضا ليس بالضرورة أن يكون الاجهاض التلقائي من دون علم السيدة فنزول الدم يكون علامة إجهاض تلقائي وقد يكون الإجهاض متعمد وهذا إن تم في بيئة غير آمنة طبياً يؤدي إلى مضاعفات قد تؤدي بحياة السيدة

### المعتقد الخاطئ:

تزيد نسبة الاجهاض عند تقدم السيدة في العمر، وتقل في العمر المبكر للسيدة

