

## تنظيم النسل

ينصح بتباعد الأحمال وتنظيمها؛ تخفيفاً لأعباء الحمل على الأم، وحفاظاً على صحتها وصحة المواليد، بحيث ينالون حقهم في الرضاعة الطبيعية، والرعاية الضرورية؛ صحياً واجتماعياً، ونفسياً.

### الأسئلة المتعلقة بالفقرة

- علل : ينصح بتباعد الأحمال وتنظيمها أو ما أهمية المباشرة بين الأحمال ؟

1. تخفيفاً لأعباء الحمل على الأم.
2. حفاظاً على صحتها وصحة المواليد.
3. بحيث ينالون حقهم في الرضاعة الطبيعية، والرعاية الضرورية؛ صحياً واجتماعياً، ونفسياً.

- ما هي الرعاية الضرورية للطفل أو واحدة من الآتية ليست من الرعاية الضرورية للطفل ( ضع دائرة ) ؟

1. الرعاية الصحية.
2. الرعاية الاجتماعية.
3. الرعاية النفسية.

### وسائل تنظيم النسل

- توجد وسائل متعددة ومتنوعة لتنظيم النسل ومنها :

1. الوسائل الطبيعية .
2. الوسائل الميكانيكية .
3. الوسائل الهرمونية.

### 1. الوسائل الطبيعية .

- لا تؤثر هذه الوسائل في صحة الأم، ولا تسبب لها أي مضاعفات جانبية.
- من الأمثلة عليها : الرضاعة الطبيعية.
- تمنع مرحلة الرضاعة الطبيعية الأم من الحمل غالباً.

### 2. الوسائل الميكانيكية .

- من الأمثلة عليها : 1. العازل الذكري. 2. الواقي الأنثوي. 3. اللولب.
- آلية عمل كل منها :

أ. العازل الذكري والواقي الأنثوي : يعملان على منع وصول الحيوانات المنوية الى الخلية البيضية الثانوية.

ب. اللولب : يتكون من مواد خاملة غير قابلة للتفاعل، والذي يزرع داخل الرحم، ليحول دون انزراع الكبسولة البلاستولية.

### - آلية عمل الوسائل الميكانيكية:

1. تعمل على منع وصول الحيوانات المنوية الى الخلية البيضية الثانوية.
2. تعمل على منع انزراع الكبسولة البلاستولية داخل الرحم.

### 3. الوسائل الهرمونية .

- تمتاز بأشكال وتراكيب عدة.
- آلية عملها :

1. تعمل على منع الحمل عن طريق منع حدوث الإباضه، وذلك بتثبيط إفراز الهرمونات المنشطة لحوصلات المبيض فيتعذر نضج الخلايا البيضية الثانوية.

2. تعمل على زيادة لزوجة المادة المخاطية في عنق الرحم؛ ما يعوق دخول الحيوانات المنوية.

- من الأمثلة على هذا النوع من الوسائل :

أ. حبوب منع الحمل.

ب. حقن منع الحمل.

ج. الكبسولات الصغيرة التي تزرع تحت الجلد.

د. لصقات منع الحمل.

### الشرح

أ. حبوب منع الحمل.

- هي نوعان :

1. حبوب منع الحمل المركبة : تحوي هرموني إستروجين وبروجسترون.

2. حبوب منع الحمل المصغرة : تحوي هرموني بروجسترون فقط.

- تمتاز هذه الحبوب بفاعليتها الفائقة في منع الحمل في حال استخدمت بانتظام.

ب. حقن منع الحمل.

- تحتوي هذه الحقن على مادة بروجسترون، وتعطى بإشراف الطبيب.

- تستمر فاعليتها مدة 3 أشهر .

ج. الكبسولات الصغيرة التي تزرع تحت الجلد.

- تحوي هذه الكبسولات هرمون بروجسترون.

- تستمر فاعليتها عادة مدة 5 سنوات.

د. لصقات منع الحمل.

- تحوي هذه اللصقات هرموني بروجسترون واستروجين.

- تفرز كل يوم جرعة محددة من الهرمونيين.

- تدوم كل لصقة مدة 7 أيام تقريبا.

سؤال ص 152

◀ صنف وسائل منع الحمل الآتية إلى وسائل هرمونية، وطبيعية، وميكانيكية:

- إرضاع الطفل طبيعياً.
- تناول حبوب منع الحمل.
- وضع لصقات منع الحمل.
- استخدام اللولب.

الجواب :

