

Arabisch

مساعدة عند فشل وسيلة منع الحمل



meine

Notfall-Pille

www.meine-notfallpille.de





معلومات مفيدة

التبويض والحمل i

مصطلح التبويض يعني تحرر بويضة ناضجة قابلة للتخصيب من المبيض. وبعد ذلك تنتقل هذه البويضة عبر قناة فالوب لتصل إلى الرحم. وفي هذا الوقت إذا

- تم تخصيب البويضة فإنها تستقر في الغشاء المخاطي للرحم. وهنا يبدأ الحمل.

- لم يتم تخصيب البويضة تحدث الدورة الشهرية في غضون بضعة أيام، ويتم التخلص من البويضة مع هذه الدورة.

يمكن أن تظل البويضة قابلة للتخصيب لمدة 24 ساعة، ويمكن أن تظل الحيوانات المنوية الذكورية على قيد الحياة في جسم المرأة لمدة تصل إلى خمسة أيام. ولذلك، فقد يؤدي الجماع دون استخدام وسيلة منع حمل قبل التبويض كذلك إلى حدوث حمل. فضلاً عن ذلك، قد يختلف وقت التبويض تمامًا من امرأة إلى أخرى، ولكن أيضًا من دورة شهرية إلى أخرى.

ولذلك فهناك أسباب عديدة توضح لماذا قد يؤدي تعطل عمل وسيلة منع حمل - بغض النظر عن أي يوم من الدورة الشهرية - إلى حدوث حمل غير مقصود. إلا أن تناول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ في الوقت الصحيح قد يمنع ذلك في الغالب (انظري السؤال 3 والسؤال 5).

هل تعطل عمل وسيلة منع الحمل؟ لا تفزعي!

هل تمزق الواقي؟ هل نسيت تناول حبة منع الحمل؟ قد يحدث ذلك لأي شخص. في مثل هذه المواقف الاستثنائية قد تمنع حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ (وهي معروفة أيضًا باسم «حبوب منع الحمل بعد الجماع») حدوث الحمل غير المقصود.

وعلى الرغم من توافر تشكيلة كبيرة من وسائل منع الحمل واستخدامها بحرص شديد، إلا أنه قد يتعطل عمل وسيلة منع الحمل، على سبيل المثال عند انزلاق الواقي. في هذه الحالة ليس عليك أن تخجلي أو يعتريك الخوف. فمن المهم أن تتعاملي مع هذا الموقف بمسؤولية. للدعم، ستجدين في هذا الكتيب معلومات مهمة عن منع الحمل في حالات الطوارئ.

1 ما المقصود بحبوب منع الحمل في حالات الطوارئ، وكيف تعمل؟

حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ هي وسيلة لمنع الحمل في حالات الطوارئ، أي بعد الجماع بدون استخدام وسيلة منع حمل. إذا توجب منع حمل غير مقصود بعد تعطل عمل وسيلة منع الحمل قد يساعد في ذلك استخدام حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ. تعمل هذه الحبوب على تأخير التبويض إلى أن تصبح الحيوانات المنوية الذكورية غير قادرة على التخصيب مرةً أخرى. وبالتالي لا يمكن حينئذٍ حدوث تخصيب نهائيًا، ومن ثم لا يمكن حدوث حمل. حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ متوفرة في الصيدليات دون الحاجة إلى وصفة طبيب منذ عام ٢٠١٥.



2 ما أنواع حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ المتوفرة، وفيم يكمن الفرق بينهم؟

تتوافر حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ إما بالمادة الفعالة ليفونورجستريل أو أسيتات الوليبرستال. ويكمن الفرق بين المادتين الفعالتين في مدى مفعول كل منهما. يمكن تناول ليفونورجستريل لمدة تصل إلى ثلاثة أيام، بينما يمكن تناول أسيتات الوليبرستال لمدة تصل إلى خمسة أيام بعد تعطل عمل وسيلة منع الحمل.

3 متى يجب عليّ تناول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ؟

هناك قاعدة عامة لتناول الحبوب: كلما تم تناولها مبكرًا كان ذلك أفضل! يفضل تناول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ المحتوية على المادة الفعالة ليفونورجستريل في غضون أول ١٢ ساعة بعد الجماع دون استخدام وسيلة منع حمل، ولا يجوز التأخر في تناولها عن ٧٢ ساعة (٣ أيام) بأي حال من الأحوال. كما يجب تناول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ المحتوية على المادة الفعالة أسيتات الوليبرستال في أسرع وقتٍ ممكنٍ، وبحد أقصى بعد مرور ١٢٠ ساعة (٥ أيام) من الجماع دون استخدام وسيلة منع حمل.

4 ما الذي يتعين عليّ الانتباه إليه عند تناول الحبوب؟

يجب بلع حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ «دون مضغها» بقليل من الماء. ولا يرتبط تناول الحبوب بتناول الوجبات. ولكن في حالة حدوث قيء خلال ٣ ساعات من تناول الحبة، يجب تناول حبة ثانية. المهم هنا في الأمر أن يتم تناول مستحضر يحتوي على المادة الفعالة نفسها حتى بعد حدوث القيء. إذا كانت معدتك حساسة يمكنك تناول قطعة صغيرة من الخبز على سبيل المثال لتناول الحبة، وذلك من أجل الوقاية من الغثيان والقيء (انظري السؤال رقم ٩). وكما هو الحال مع أي دواء آخر يجب قراءة تعليمات الاستعمال بعناية قبل الاستخدام.

5 هل تمنع حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ حدوث حمل في كل الأحوال؟

لا، لا يمكن أن تمنع حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ الحمل غير المقصود بنسبة ١٠٠ في المائة - ولكن يمكن أن تمنعه بنسبة كبيرة. لا يمكن منع الحمل إلا إذا كان التبويض لم يحدث بعد.

i حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ ليست مضمونة بنسبة 100%

6 كيف لي أن أعرف أن الحبة قد بدأ مفعولها؟

في حالة بدء المفعول تأتي الدورة الشهرية في موعدها الطبيعي وبكميتها العادية. ولكن في بعض الحالات قد تأتي الدورة الشهرية قبل موعدها أو بعده بأيام قليلة. إذا تأخرت الدورة الشهرية لمدة تزيد عن ٥ أيام عن المتوقع أو جاءت ضعيفة أو قوية بخلاف المعتاد يُنصح بإجراء اختبار حمل، أو زيارة طبيب أمراض نساء.

7 هل يمكن أن تنتهي حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ حملاً حدث بالفعل؟

حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ ليست حبوب إجهاض! يمكنها أن تمنع حدوث الحمل في حالة تناولها في الوقت الصحيح من خلال تأخير التبويض، ولكنها لا يمكن أن تنتهي الحمل.

8 حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ ليست حبوب إجهاض

8 هل يمكن أن يتأثر مفعول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ سلبياً؟

نعم، إذا حدث قيء بعد تناول الحبة (انظري السؤال رقم ٤). فضلاً عن ذلك قد تؤدي بعض الأدوية، مثل الدواء المعالج لداء الصرع أو عدوى فيروس نقص المناعة البشرية أو العدوى البكتيرية والمستحضرات التي تحتوي على عشبة يوحنا، إلى تقليل مفعول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ. يمكن للطبيب أو الصيدلي أو نشرة تعليمات الاستعمال إمدادك بمعلومات دقيقة حول ذلك الأمر. لا يؤثر الكحول والنيكوتين على مفعول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ سلبياً.

9 هل لحبوب منع الحمل في حالات الطوارئ آثار جانبية؟ إذا كانت الإجابة بنعم، ما هي هذه الآثار؟

بعد تناول الحبة قد يحدث غثيان أو صداع أو قيء أو ألم في الثدي أو تقيح. إذا حدث قيء (انظري السؤال رقم ٤)، يجب تناول حبة ثانية. إذا حدثت هذه الآثار الجانبية و/أو غيرها واستمرت لفترة أطول، يرجى زيارة طبيب أمراض نساء.

10 ما المدة التي ستحميني فيها حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ من حدوث الحمل؟

حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ لا توفر حماية مستمرة في حالة حدوث جماع دون استخدام وسيلة منع حمل بعد تناول الحبوب. حتى بالنسبة للنساء اللاتي يتناولن حبوب منع الحمل بانتظام يتعين عليهن أيضاً استخدام وسيلة لمنع الحمل حتى بدء الدورة الشهرية التالية، على سبيل المثال وافي. مهم: حتى أنه لا يمكن لحبوب منع الحمل في حالات الطوارئ أن تمنع الأمراض المنقولة جنسياً بشكل عام.

11 هل يمكن أن أفقد خصوبتي تمامًا جراء تناول حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ؟

لا، لا تتأثر الخصوبة بذلك. لن يعيق تناولك لحبوب منع الحمل في حالات الطوارئ في وقت سابق حملك، إذا ما أصبحت لديك رغبة في إنجاب أطفال في وقت لاحق.

12 فحوب منع الحمل في حالات الطوارئ لا تسبب فقدان الخصوبة

12 هل يمكن أن تحل حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ محل وسائل منع الحمل الاعتيادية؟

لا، حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ ليست وسيلة منع حمل اعتيادية! ولكنها تستخدم فقط في الحالات الاستثنائية، ولا يمكن أن تحل محل وسائل منع الحمل التقليدية، مثل حبوب منع الحمل التي تؤخذ بانتظام أو الواقي. وسوف يقدم لك طبيب أمراض النساء المعالج لك المساعدة حول وسائل منع الحمل المناسبة لك.

13 هل يدفع التأمين الصحي الخاص بي ثمن حبة بعد الاتصال؟

يمكن للسيدات تحت ٢٠ عام تسديد تكلفة حبة بعد الاتصال من التأمين الصحي الخاص بهم. بشرط وجود روثة طبية فيما عدا ذلك فتكلفة مستحضرات ليفونورجيستريل حوالي بين ١٦ إلى ١٨ يورو ومستحضرات أسيتات الويلبيرستال حوالي ٣٠ يورو. يمكن للأسعار ان تختلف من صيدلية إلى أخرى.

14 ما تكلفة حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ، وهل يتحمل تأميني الصحي التكاليف؟

عادةً يقل سعر حبوب منع الحمل في حالات الطوارئ التي تحتوي على المادة الفعالة ليفونورجيستريل عن ٢٥ يورو. بينما يزيد سعر وسيلة منع الحمل في حالات الطوارئ التي تحتوي على المادة الفعالة أسيتات الويلبيرستال بعض الشيء. هذه الأسعار قد تختلف بالطبع من صيدلية إلى أخرى. بالنسبة للنساء اللاتي تقل أعمارهن عن ٢٢ عامًا يمكن لتأمينهن الصحي أن يسدد لهن تكاليف وسيلة منع الحمل في حالات الطوارئ. ولكن يُشترط لذلك تقديم وصفة طبيب.

روابط مفيد واتصالات:

خدمة الرعاية النفسية الهاتفية: 0800/111 0 111 أو 0800/111 0 222

المركز الاتحادي
للتثقيف الصحي



صيدليات خدمة
الطوارئ

