

## الوحدة 6: منع الحمل غير المقصود



تحسين فرص الحصول على وسائل منع الحمل في إطار الاستجابة لحالات الطوارئ هو طريقة آمنة وفعالة وذات كلفة معقولة. التكلفة لمنع الحمل غير المقصود والحد من وفيات الأمهات والمواليد الجدد، والإجهاض غير الآمن، والأمراض المرتبطة بالحمل. وتشير البيانات العالمية إلى أنه يمكن تخفيض 29% إضافية من وفيات الأمهات من خلال توفير وسائل منع الحمل للنساء اللاتي يرغبن في منع الحمل أو تأخيره في ذلك الوقت.<sup>105</sup> ومع ذلك، مع تعرض الأنظمة الصحية للخطر أثناء الكوارث الطبيعية والنزاعات، ينخفض الحصول على وسائل منع الحمل. من المهم جدا أن يفهم منسقو/ات الصحة الجنسية والإنجابية ومدبرو/ات البرامج الصحية ومقدمو/ات الخدمات أهمية توفير وسائل منع الحمل وأثارها المنقذة للحياة على أنها جزء من البرمجة الصحية الأساسية، منذ المرحلة الأولى من حالة الطوارئ وحتى التعافي.

هناك العديد من الموارد المفيدة التي توفر معلومات متعمقة عن وسائل منع الحمل ومعايير الأهلية الطبية، بما في ذلك أداة تقديم وسائل منع الحمل في الأوضاع الإنسانية<sup>106</sup> وتنظيم الأسرة: دليل عالمي لمقدمي الخدمات.<sup>107</sup>

### في نهاية الوحدة، سيكون بإمكان متلقي/ماتلقيات التدريب:

- ◀ شرح لماذا يشكل منع الحمل غير المقصود أولوية منقذة للحياة:
- ◀ تعداد وسائل منع الحمل التي يجب أن تكون متاحة في مراكز الرعاية الصحية الأولية:
- ◀ شرح ما هي المعلومات التي يجب أن تكون متاحة وكيفية ضمان وعي النساء والمراهقين/ات، والرجال بتوافر وسائل منع الحمل:
- ◀ وتعداد طرق لمشاركة المعلومات مع المجتمع حول توفر وسائل منع الحمل.
- ◀ أهداف وأنشطة حزمة الخدمات المبدئية الدنيا المعنية بالصحة الجنسية والإنجابية

<sup>105</sup> سيف الدين أحمد، وتشينغفينغ لي، ولي ليو، وآيبي أو تسوي، "وفيات الأمهات التي يتم تجنبها باستخدام وسائل منع الحمل: تحليل 172 دولة"، *The Lancet* 380، رقم 9837 (14 تموز/يوليو 2012)، ص. 111-125. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60478-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60478-4)

<sup>106</sup> أداة إعطاء وسائل منع الحمل للأوضاع الإنسانية (منظمة الصحة العالمية، 2018)، <https://apps.who.int/iris/handle/10665/276553>

<sup>107</sup> معايير الأهلية الطبية لاستخدام وسائل منع الحمل (منظمة الصحة العالمية، 2015)، [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/181468/9789241549158\\_eng.pdf?sequence=1](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/181468/9789241549158_eng.pdf?sequence=1) ; وتنظيم الأسرة: دليل عالمي لمقدمي الخدمات (منظمة الصحة العالمية، كلية جونز هوبكنز بلومبرج للصحة العامة، والوكالة الأمريكية للتنمية الدولية 2018)، <http://www.fphandbook.org>

### الوقاية من الحمل غير المقصود

- لمنع الحمل غير المقصود من بداية حالة الطوارئ، من المهم ضمان توافر وسائل منع الحمل. على منسقة/ة الصحة الجنسية والإيجابية ومديري/ات البرامج ومقدمي/ات الخدمات العمل على
- ضمان توافر مجموعة متنوعة من وسائل منع الحمل طويلة المفعول، والتي يمكن الرجوع عنها، وقصيرة المفعول (بما في ذلك الواقي الذكري والأنثوي، حيث يستخدمان أصلاً، ووسائل منع الحمل في حالات الطوارئ) في منشآت الرعاية الصحية الأولية لتلبية الطلب؛
- توفير المعلومات، بما فيه ما هو موجود أصلاً من مواد المعلومات، والتعليم، والتواصل، بالإضافة إلى المشورة بشأن وسائل منع الحمل والتي تركز على الاختيار المستنير، والفعالية، بما يدعم الخصوصية، والسرية، والعدالة، وعدم التمييز لصالح الأشخاص الذين يتلقون الخدمات؛
- ضمان أن المجتمع المحلي على دراية بتوافر وسائل منع الحمل للنساء، والمراهقين/ات، والرجال.

### لماذا يشكل منع الحمل غير المقصود أولوية؟

لا تختفي احتياجات النساء، والرجال، والمراهقين/ات المتعلقة بالصحة الجنسية والإيجابية عندما يُجبرون على الفرار من بيوتهم ومجتمعاتهم؛ وهذا يشمل الحاجة إلى منع الحمل. بل إن النزوح وانعدام الأمن قد يزيدان من رغبة الناس بوسائل منع الحمل وحاجتهم إليها. في الوقت الذي يواجهون فيه حواجز متزايدة حول دون حصولهم عليها، وقد لا يتمكن الهاربون/ات من حالات الطوارئ من إحضار وسائل منع الحمل معهم/ن أو الحصول على وسائل منع الحمل في موقع لجوئهم/ن. كما أن النزاعات والكوارث الطبيعية تعرض النساء والفتيات لمخاطر متزايدة من العنف الجنسي وما يعقب ذلك من حمل غير مرغوب فيه. وعلاوة على ذلك، يستمر الناس في ممارسة الجنس أثناء حالات الطوارئ، قد ترغب النساء في تأجيل أو التوقف عن الإنجاب في حالات الطوارئ لأسباب عديدة، منها تجنب تعريض المواليد الجدد لمخاطر التهجير. ويمكن أن يشكل تعطيل هيكلية الدعم الأسري والاجتماعي تحديات إضافية، لا سيما بالنسبة للمراهقين/ات الذين قد يواجهون أكثر خطر التعرض لممارسات جنسية غير آمنة، دون الحصول على المعلومات والخدمات الكافية. لذلك من الضروري أن يتم دمج وسائل منع الحمل بشكل صحيح في الاستجابة الإنسانية وأن يتم توفير الخدمات والإمدادات لتلبية الطلب ضمن المجموعة السكانية من بداية حالة الطوارئ





## واقع تنفيذ حزمة الخدمات المبدئية في نيجيريا

أجبر العنف الذي مارسته مجموعة بوكو حرام الناس على الفرار من ديارهم نحو مخيمات النزوح والمجتمعات المضيفة.<sup>108</sup> للاستجابة إلى الاحتياجات الصحية للنساء والفتيات، وضع «فريق الاستجابة للطوارئ» في «لجنة الإنقاذ الدولية» منسقة لإطلاق حزمة الخدمات المبدئية الدنيا للصحة الجنسية والإيجابية (حزمة الخدمات) في المناطق الخاضعة لسيطرة الحكومة والمحرة حديثاً. وظفت المنظمة الدولية قابلات وموظفين/ات مهرة لزيادة ودعم مقدمي/ات الخدمات الحاليين/ات في وزارة الصحة. تم طلب وتسليم مجموعات مستلزمات الصحة الإيجابية في حالات الطوارئ المشتركة بين الوكالات، بما فيها ذلك المعدات والأدوية، ووسائل منع الحمل والإمدادات لمدة ستة أشهر. كما أجرت منسقة الصحة الجنسية والإيجابية تدريباً أثناء العمل بشأن توفير الرعاية السريرية لضحايا العنف الجنسي، ومنع الحمل، ورعاية ما بعد الإجهاض. دعمت لجنة الإنقاذ الدولية ما مجموعه خمس عيادات، وفي غضون أربعة أسابيع، أنشأت العيادة الوحيدة المتخصصة في الصحة الإيجابية في مخيم باكاسي للنازحين، والتي شملت خدمات تنظيم الأسر. تسجيل 134 من المتقبلات الجديديات لمنع الحمل خلال الشهر الأول.

العبر المستخلصة على المستجيبين في حالات الطوارئ أن يتوقعوا ويستعدوا لعدد قليل من الموظفين الصحيين المهرة المتاحين، وإتاحة مهلة طويلة لشراء وتأمين المستلزمات والتوظيف، وكون الصحة الجنسية والإيجابية لها أولوية منخفضة.

### نشاط حزمة الخدمات:

ضمان توافر مجموعة من وسائل منع الحمل طويلة المفعول، والتي يمكن الرجوع عنها، وقصيرة المفعول في مرافق الصحة الأولية

ينبغي توفير مجموعة من الأجهزة ذات المفعول الطويل والتي يمكن الرجوع عنها (الأجهزة المزروعة والأجهزة داخل الرحم (اللولب)، وقصيرة المفعول (حبوب منع الحمل الفموية، والهرمونات بالحقن، والواقيات الذكرية، والواقيات الأنثوية حيثما ينطبق ذلك، على سبيل المثال، وسائل منع الحمل التي كانت تستخدمها المجموعة السكانية أصلاً قبل الأزمة. وحبوب منع الحمل الطارئة) لتلبية احتياجات المجموعة السكانية المتضررة. ينبغي تدريب مقدمي/ات الخدمات المهرة على توفيرها، بالإضافة إلى تدريبهم/ن على إزالة وسيلة منع الحمل في حالة وسائل منع الحمل طويلة المفعول التي يمكن الرجوع عنها. وينبغي لمقدمي/ات الخدمات ذوي/ات الكفاءة القائمة البدء في توفير جميع الوسائل المتاحة عند بداية الأزمة. يجب توفير جميع أشكال وسائل منع الحمل على أساس السرية، دون اشتراط موافقة الشريك أو الوالد أو مقدم الرعاية. يجب أن يكون الواقي الذكري متاحاً على مستوى المجتمع المحلي والمرافق الصحية، وأن تقدم الاستشارة إلى جميع المستفيدين/ات عملاء بشأن الحماية المزدوجة (لمنع الحمل والعدوى المنقولة جنسياً، بما فيها فيروس نقص المناعة البشرية). يمكن العثور على مزيد من المعلومات حول تقديم خدمات منع الحمل في الأوضاع الإنسانية ومعايير الأهلية الطبية لمنظمة الصحة العالمية على

[who.int/reproductivehealth/publications/humanitarian-settings-srhr.org/mecwheel/](http://who.int/reproductivehealth/publications/humanitarian-settings-srhr.org/mecwheel/) و [contraception/en/](http://contraception/en/)

<sup>108</sup> الدليل الميداني المشترك بين الوكالات بشأن الصحة الإيجابية في الأوضاع الإنسانية، دراسة حالة عن فصل حزمة الخدمات 2018.

كجزء من التخطيط لبرمجة الصحة الجنسية والإيجابية الشاملة بعد المرحلة الحادة من حالة الطوارئ، من المهم العمل على توسيع مزيج الأساليب المتاحة للسكان المستهدفين ينبغي العمل مع وزارة الصحة وصندوق الأمم المتحدة للسكان والشركاء الآخرين على المستوى الوطني لتسجيل الأساليب، وتوسيع مزيج الأساليب، وتدريب مقدمي/ات الخدمات. يمكن تأمين مجموعة من وسائل منع الحمل بما يتخطى ما هو معروض في مجموعات الصحة الإيجابية المشتركة بين الوكالات من خلال شعبة خدمات المشتريات في صندوق الأمم المتحدة للسكان.



## ممارسة جديدة بالذكر:

### منع الحمل غير المقصود في كوكس بازار، بنغلادش

- ◀ جرت مفاوضات مع الحكومة في بداية حالة الطوارئ لكي توفر الحكومة مؤقتاً وبيانات قصيرة المفعول للاجئات - وقد تم تجديد ذلك لاحقاً بالمشتريات الإنسانية من قبل صندوق الأمم المتحدة للسكان.<sup>109</sup>
- ◀ استخدمت مواد المعلومات، والتعليم، والتواصل القائمة بين الشركاء ومن بلد المنشأ بدلاً من تصميم مواد جديدة (لغة اللاجئين متشابهة مع لغة المجتمعات المضيفة، وإن لم تكن نفسها، ما ساعد إلى حد ما).

## ما هي بعض العوامل التي يجب أخذها بعين الاعتبار في تحديد المزيج المناسب للوسائل في وضع إنساني حاد؟

عند تحديد وسائل منع الحمل التي سيتم تقديمها في الاستجابة الإنسانية الحادة الأولية، تتضمن بعض العوامل التي يجب مراعاتها الوسائل المتاحة للمجموعة السكانية المستهدفة والتي كانت تستخدمها هذه المجموعة قبل حالة الطوارئ وما هي الأساليب المسجلة في بلد التشغيل. يجب توفير الطرق التي كانت متاحة للسكان المستهدفين قبل حالة الطوارئ والتي يوجد طلب عليها. ولكن في حالات الطوارئ الحادة، قد يكون من الصعب ضمان التطبيق الأخلاقي لوسيلة جديدة لم تكن متاحة سابقاً للسكان النازحين أو لم يتم توفيرها في السياق المحدد للسكان المنكوبين. قد لا يكون المزدون/ات الحليون/ات على دراية بالوسيلة الجديدة، ما قد يمنع تقديم الاستشارات والخدمات بجودة عالية أثناء الطوارئ الحادة. إذا لم يكن المنتج مسجلاً في بلد التشغيل قبل حالة الطوارئ، فقد تكون هناك مشاكل في الوصول والتخليص الجمركي حتى في حالة وجود إعفاءات للاستيراد الإنساني. لم يكن المنتج مسجلاً ولكنه ضروري لتنفيذ حزمة الخدمات المبدئية المنقذة للحياة، ينبغي العمل مع منسقة/ة الصحة الجنسية والإيجابية لاستباق تحديات الاستيراد المحتملة ومعالجتها. علاوة على ذلك، عند توفير وسائل منع الحمل طويلة المفعول التي تتطلب الإزالة، من المهم النظر فيما إذا كانت المجموعة السكانية المتضررة لديها احتمال كبير للاستمرار في الهجرة، وفي هذه الحالة قد لا يكون لدى اللاجئين إمكانية الحصول المستمر على خدمات الإزالة. ينبغي النظر في إعطاء الأولوية لاستيعاب الوسيلة الجديدة (التسجيل والطرح) في التخطيط للتأهب، لتمكين الاستيراد والاستخدام السلس في حالة الطوارئ الحادة، وفي إعدادات الطوارئ ما بعد الحادة كجزء من التوسع في حزمة الخدمات لتحقيق برمجة شاملة للصحة الجنسية والإيجابية.

## لماذا من المهم توفير وسائل منع حمل طويلة المفعول؟

للنساء الحق في الحصول على وسائل منع الحمل الآمنة، والفعالة، والمقبولة التي يخترنها. من المهم أن تكون وسائل منع الحمل طويلة المفعول، مثل اللولب والأجهزة المزروعة، متاحة لأنها فعالة للغاية، والزيارات المتكررة إلى منشأة صحية ليست ضرورية (وهذا مهم بشكل خاص في البيئات غير المستقرة)، ولا تتطلب أي فعل من المستخدمة (على سبيل المثال، تناول حبوب منع الحمل) عندما تكون هناك أولويات متضاربة. بالإضافة إلى ذلك، تظهر الأدلة أنه عند توفر المزيد من الوسائل، تجد المزيد من النساء طريقة يعجبهن ويستخدمنها.

<sup>109</sup> مراسلات، الرئيس، الصحة، صندوق الأمم المتحدة للسكان، أيلول/سبتمبر 2018.

## كيف يمكن لزود الخدمة ضمان جودة الرعاية؟

تقديم خدمات منع الحمل بجودة عالية يركز بشكل كبير على سرية المستخدمات وخصوصيتهن. واختيارهن الطوعي والمستنير. الاستشارة يجب أن تتضمن أيضا معلومات حول أهلية الوسيلة، وفعاليتها، وإدارة الآثار الجانبية المحتملة ومتابعتها، وتوجيهات حول إزالة الوسيلة والعودة إلى الخصوبة بعد إيقافها. يجب أن تتلقى النساء من جميع الأعمار، بمن فيهن المراهقات، معلومات وخدمات كاملة. مع استثناء هام لحبوب منع الحمل والواقي الذكري. من المهم التأكد من أن المستخدمة ليست حامل قبل تقديم وسائل منع الحمل.

إذا كانت المستخدمة حاملا، فينبغي إبلاغها بخياراتها: الولادة وتربية الطفل، أو عرض الطفل للتبني، أو منحها رعاية الإجهاض الآمن إلى أقصى حد يسمح به القانون أو إحالتها لتلقي هذه الرعاية.



توفير المعلومات التي تركز على الاختيار والموافقة المستنيرين، والفعالية، وخصوصية المستخدمة وسريتها، والإنصاف، وعدم التمييز

### ضمان أن استخدام وسائل منع الحمل طوعي

يتمتع جميع الأشخاص بالحق الإنساني في تقرير المصير الإيجابي. وبالتالي اتخاذ قرارات تتعلق بصحتهم/ان الإيجابية دون التعرض للعنف، أو الإكراه، أو التمييز. ونتيجة لذلك، يتطلب النهج القائم على حقوق الإنسان لتوفير وسائل منع الحمل أن تُقدّم جميع خدمات منع الحمل على أساس طوعي ومستنير.

◀ على مقدمي/ات الخدمات ضمان تزويد المستخدمين/ين بمعلومات دقيقة وأنهن/م أحرار في اختيار طريقتهم/م المفضلة دون التعرض لتأثير أو إكراه بدون مبرر له تشمل المبادئ الأساسية لطوعية توفير وسائل منع الحمل ما يلي:

◀ أن يكون لدى الناس الفرصة أن يختاروا طوعاً أن يختاروا وسيلة محددة لمنع الحمل أو لا يختارونها.  
◀ أن يكون لدى الأفراد إمكانية الحصول على المعلومات حول مجموعة متنوعة من خيارات منع الحمل، بما في ذلك الفوائد، والآثار الجانبية، وأي مخاطر صحية لوسائل معينة. أن يقدم إلى المستخدمين/ين، سواء مباشرة أو من خلال الإحالة، مجموعة واسعة من وسائل وخدمات منع الحمل. أن يتم التحقق من الموافقة الطوعية والمستنيرة لأي مستخدمات يخترن/يختارون التعقيم عن طريق وثيقة موافقة خطية موقعة من قبل المستخدم/ة.

### ما هي المعلومات الأساسية التي يجب توفيرها للمستخدمة التي تسعى إلى الحصول على وسائل منع الحمل؟

من المهم أن يشارك مقدمو الخدمة المعلومات التالية مع المستخدمين اللواتي يبحثون عن وسائل منع الحمل:

- ◀ كيفية عمل الوسيلة
- ◀ فعالية الوسيلة
- ◀ الاستخدام الصحيح للوسيلة
- ◀ فوائد الوسيلة
- ◀ الآثار الجانبية الشائعة
- ◀ الآثار الجانبية الأخرى وأي مخاطر صحية مرتبطة بالوسيلة
- ◀ كيفية التغلب على الآثار الجانبية للوسيلة
- ◀ العلامات والأعراض التي تستدعي العودة إلى العيادة
- ◀ العودة إلى الخصوبة بعد التوقف عن الوسيلة
- ◀ الوقاية من أنواع العدوى المنقولة جنسياً
- ◀ الحق في إزالة الوسيلة في حال الرغبة (على سبيل المثال، موانع الحمل طويلة المفعول التي يمكن الرجوع عنها)

ضمان أن المجتمع المحلي على دراية بتوافر وسائل منع الحمل للنساء، والمراهقين/ات، والرجال.

## ما الذي يمكن فعله لضمان معرفة النساء، والمراهقات/ين، والرجال بتوافر وسائل منع الحمل؟

الضمان أن المجتمع المحلي - بما في ذلك أفراد المجتمع غير المتزوجين/ات والمراهقين/ات - على دراية بمكان وكيفية البحث عن وسيلة منع الحمل. يجب إيصال المعلومات بعدة صيغ ولغات ميسرة لضمان سهولة الاطلاع. (مثلا برايل، ولغة الإشارة، والرسوم التوضيحية، والصور). يمكن أيضا إشراك قادة المجتمع والمتطوعين/ات المحليين/ات. بما في ذلك النظراء، لتوزيع المعلومات حول توفر خدمات منع الحمل مساعدة مقدمي/ات الخدمات في توفير معلومات حول تنظيم الأسرة. طورت لجنة النساء اللاجئات مواد «عالمية» للمعلومات، والتعليم، والتواصل حول مواضيع تنظيم الأسرة. يمكن العثور على النماذج على [iawg.net/resource/universal-and-adaptable-information-education-and-communication-templates-on-family-planning/](http://iawg.net/resource/universal-and-adaptable-information-education-and-communication-templates-on-family-planning/).

## ما هي وسائل منع الحمل الطارئة؟

وسائل منع الحمل الطارئة هي أدوية أو أجهزة يمكنها منع الحمل عند استخدامها لمدة تصل إلى خمسة أيام (120 ساعة) بعد الجماع.<sup>110</sup> يجب استخدامها بأسرع وقت ممكن لزيادة الفعالية تتضمن خيارات وسائل منع الحمل الطارئة حبوب منع الحمل الطارئة وإدخال لولب داخل الرحم يحمل النحاس (انظر الوحدة 3 لمزيد من المعلومات حول وسائل منع الحمل الطارئة). يمكن استخدامها بعد الجماع غير المحمي، وفي حالات فشل وسائل منع الحمل المحتملة والاستخدام غير الصحيح لوسائل منع الحمل، وبعد العنف الجنسي. تعمل حبوب منع الحمل الطارئة على منع الإباضة ولا تتداخل مع الحمل القائم. اختبار الحمل غير مطلوب من أجل توفير حبوب منع الحمل الطارئة.

كجزء من حزمة الخدمات المبدئية، يجب أن تكون حبوب منع الحمل الطارئة متاحة لجميع النساء والفتيات. بغض النظر عن العمر أو الحالة الزوجية أو الدين أو العرق/العرق أو ما إذا كان الجنس تم بالتراضي أم لا. يمكن العثور على مزيد من المعلومات حول حبوب منع الحمل الطارئة والأهلية الطبية على [ec-ec.org/ecmethod/](http://ec-ec.org/ecmethod/).

## نظرة عامة على خيارات حبوب منع الحمل الطارئة

هناك أنظمة متعددة يمكن استخدامها، بما فيها البروجستين فقط، وأسيئات يوليبرستال، وحبوب منع الحمل الطارئة الهرمونية المجمع (طريقة Yuzpe، حيث تأخذ المستخدمة جرعة أكبر من حبوب منع الحمل العادية عن طريق الفم).<sup>111</sup> عالميا، حبوب منع الحمل التي تحتوي على البروجستين فقط هي حبوب منع الحمل المخصصة الأكثر توفرا؛ ومع ذلك، قد لا تتوفر حبوب منع الحمل الطارئة المخصصة التي تحتوي على البروجستين فقط في جميع البلدان.

<sup>110</sup> حبوب منع الحمل الطارئة: الإرشاد الطبي وتوصيل الخدمات (الإخاد الدولي لمنع الحمل الطارئ و FIGO، 2018).

[https://www.cecinfo.org/wp-content/uploads/2018/12/ICEC-guides\\_FINAL.pdf](https://www.cecinfo.org/wp-content/uploads/2018/12/ICEC-guides_FINAL.pdf).

<sup>111</sup> وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ: صحيفة وقائع. (منظمة الصحة العالمية 2018).

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/emergency-contraception>

## حبوب منع الحمل الطارئة التي تحتوي على بروجستين فقط

- ◀ جرعة واحدة من الليفونورجيستريل (LNG) 1.5 ميليغرام تؤخذ خلال خمسة أيام (120 ساعة) من الجماع غير المحمي
- ◀ الفاعلية الأكبر تكون عند الاستخدام في أقرب وقت من زمن الاتصال الجنسي
- ◀ يكون أكثر فعالية وبآثار جانبية أقل عندما يجمع مع حبوب هرمونية
- ◀ حبوب منع الحمل المخصصة للطوارئ المتاحة على النطاق الأوسع

## أسيئات يوليبيريستال

- ◀ جرعة واحدة من أسيئات يوليبيريستال 30 ميليغرام تؤخذ خلال خمسة أيام (120 ساعة) من الجماع غير المحمي
- ◀ أكثر فعالية من حبوب البروجستين فقط خلال 73-120 ساعة بعد الجماع غير المحمي
- ◀ يكون أكثر فعالية وبآثار جانبية أقل عندما يجمع مع حبوب هرمونية

## حبوب منع الحمل الطارئة المركبة الهرمونية

- ◀ يجب أن تحتوي كل جرعة على هرمون الاستروجين (100-120 ميكروغرام من استراديول) والبروجستين (0.50-0.60 ميليغرام ليفونورجيستريل (LNG) أو 1.0-1.2 ميليغرام نورجيستريل)
- ◀ يجب تناول الجرعة الأولى في أقرب وقت ممكن بعد الجماع غير المحمي (يفضل خلال 72 ساعة ولكن في وقت متأخر يصل إلى 120 ساعة أو 5 أيام)
- ◀ الجرعة الثانية تؤخذ بعد 12 ساعة
- ◀ إذا حدث قيء خلال ساعتين من الجرعة، يجب تكرار الجرعة
- ◀ أقل فعالية من حبوب منع الحمل الطارئة التي تحتوي على بروجستين فقط وأسيئات يوليبيريستال ومع آثار جانبية أكثر

## الوحدة 6: النقاط الرئيسية

- ◀ تحسين فرص الحصول على وسائل منع الحمل في إطار الاستجابة لحالات الطوارئ هو طريقة آمنة وفعالة وذات كلفة معقولة لمنع الحمل غير المقصود والحد من وفيات الأمهات والمواليد الجدد، والإجهاض غير الآمن، والأمراض المرتبطة بالحمل.
- ◀ يجب أن يكون الواقي متاحا على مستوى المجتمع المحلي والمرافق الصحية. وأن تقدم الاستشارة إلى جميع المستفيدين/ات بشأن الحماية المزدوجة (لمنع الحمل والعدوى المنقولة جنسيا، بما فيها فيروس نقص المناعة البشرية).
- ◀ كجزء من حزمة الخدمات المبدئية، يجب أن تكون حبوب منع الحمل الطارئة متاحة لجميع النساء والفتيات، بغض النظر عن العمر، أو الحالة الزوجية، أو الدين، أو العرق/الإثنية، أو ما إذا كان الجنس تم بالتراضي أم لا.
- ◀ يجب توفير جميع أشكال وسائل منع الحمل على أساس السرية، دون اشتراط موافقة الشريك أو الوالد أو مقدم الرعاية.
- ◀ تتضمن بعض الاعتبارات الخاصة باختيار مزيج الوسائل في بداية حالات الطوارئ الحادة ما هي الأساليب التي كانت متاحة للسكان المستهدفين والتي كانوا يستخدمونها قبل حالة الطوارئ، وما هي الأساليب المسجلة في بلد العملية.
- ◀ على مقدمي/ات الخدمات ضمان جودة الرعاية التي تؤكد على سرية المستخدمين/ين، وخصوصيتهن/هم واختيارهن/م وموافقتهن/م بشكل طوعي.
- ◀ يجب تقديم معلومات حول وسائل منع الحمل، بما فيها كيف تعمل الوسيلة، وفعاليتها، واستخدامها الصحيح، وفوائدها، وآثارها الجانبية الشائعة، وآثارها الجانبية الأخرى، وأي مخاطر صحية مرتبطة بها، وكيفية التغلب على آثارها الجانبية وعلاماتها وأعراضها التي تستدعي العودة إلى العيادة والعودة إلى الخصوبة بعد إيقاف الوسيلة والوقاية من أنواع العدوى المنقولة جنسيا.
- ◀ ضمان أن المجتمع المحلي - بما في ذلك أفراد المجتمع غير المتزوجين/ات والمراهقين/ات - على دراية بمكان وكيفية الحصول على وسائل منع الحمل:
- ◀ يجب إيصال المعلومات بعدة صيغ ولغات لضمان سهولة الاطلاع، (مثلا برايل، ولغة الإشارة، والرسوم التوضيحية، والصور).
- ◀ يمكن إشراك قادة المجتمع والمتطوعين المحليين، بما في ذلك المروجين الأقران، لتوزيع المعلومات حول توفر خدمات منع الحمل.



## التحديات والحلول

التحديات	الحلول
ماذا لو لم يكن هناك مقدمو الخدمات الصحية مدربين على توفير وإزالة الوسائل طويلة المفعول (مثل اللولب والأجهزة المزروعة)؟	بالشراكة مع السلطات الوطنية، يجب على المنظمات غير الحكومية الدولية نشر موظفين مدربين على توفير وسائل منع الحمل طويلة المدى وإزالتها، ويجب إحالة النساء والفتيات اللواتي يطلبن هذه الوسائل إلى منشأة لديها القدرة على تقديم الخدمات حتى يتم تدريب الموظفين المحليين وتطوير مهاراتهم لتوفير هذه الوسائل.
مترددون في تقديم وسائل منع الحمل لبعض المستخدمين/ين (المراهقات/ين، النساء غير المتزوجات، إلخ).	عند التخطيط لتوسيع الخدمات من حزمة الخدمات المبدئية إلى الصحة الجنسية والإيجابية الشاملة، يجب إجراء تمارين توضيح القيم والتدريب على حقوق الصحة الجنسية والإيجابية. ينبغي الاستمرار بذلك في مراحل مختلفة من تقديم الخدمة مع مراعاة تبدل الموظفين. <sup>112</sup>
ماذا لو كان مقدمو الخدمات يفتقرون إلى المعرفة بمجموعة كاملة من وسائل منع الحمل؟	ينبغي للمنظمات غير الحكومية الدولية نشر موظفين مدربين على جميع وسائل منع الحمل. عند التخطيط لخدمات الصحة الجنسية والإيجابية الشاملة خارج نطاق حزمة الخدمات المبدئية، ينبغي دمج التدريبات على وسائل منع الحمل. إذا لم يتم تدريب مقدمي الخدمات على وسائل منع الحمل طويلة المدى والتي يمكن الرجوع عنها، فيمكن إنشاء نظام إحالة لضمان حصول المستخدمين على الطريقة التي يخرننها.
ماذا لو لم تتوفر وسائل منع الحمل الطارئة؟	يمكن لمقدمي الرعاية الصحية استخدام حبوب منع الحمل المركبة مثل وسائل منع الحمل الطارئة (طريقة Yuzpe): يتكون هذا من جرعتين من حبوب منع الحمل المركبة عن طريق الفم. يجب أن تحتوي كل جرعة على هرمون الاستروجين (100-120 ميكروغرام من استرادايول) والبروجستين (0.05-0.06 ملغ ليفونورجيستريل [LNG] أو 1.0-1.2 ملغ نورجيستريل). <sup>113</sup> يجب تناول الجرعة الأولى في أقرب وقت ممكن بعد الجماع غير المحمي (يفضل خلال 72 ساعة ولكن في وقت متأخر يصل إلى 120 ساعة أو 5 أيام). ويجب تناول الجرعة الثانية بعد ذلك بـ 12 ساعة.

<sup>112</sup> كما ينبغي القيام بتمارين توضيح القيم والتدريب على حقوق الصحة الجنسية والإيجابية أثناء مرحلة التأهب.

<sup>113</sup> وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ، صحيفة وقائع، (منظمة الصحة العالمية 2018).

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/emergency-contraception>

# قائمة المراجعة: الوقاية من الحمل غير المقصود

يمكن استخدام قائمة المراجعة لحزمة الخدمات المبدئية أدناه لمراقبة تقديم خدمات الصحة الجنسية والإجابية في الأوضاع الإنسانية.

6. الوقاية من الحمل غير المقصود		
لا	نعم	تتوفر وسائل قصيرة المفعول في منشأة واحدة على الأقل
		واقبات
		حبوب منع الحمل الطارئة <sup>114</sup>
		حبوب منع الحمل
		حقن
		أجهزة مزروعة
		الأجهزة داخل الرحم (اللولب)
	العدد	عدد المرافق الصحية التي تحتفظ بإمدادات تكفي لمدة لا تقل عن ثلاثة أشهر لكل نوع من الإمدادات
		واقبات
		حبوب منع الحمل الطارئة
		حبوب منع الحمل المركبة عن طريق الفم
		حبوب منع الحمل التي تحوي بروجستين فقط
		حقن
		أجهزة مزروعة
		اللولب

<sup>114</sup> من المهم ملاحظة حبوب منع الحمل الطارئة المختلفة المتاحة، بما فيها حبوب منع الحمل الطارئة المقتصرة على البروجستين فقط. والحبوب المركبة حبوب منع الحمل الطارئة وأسيئات يوليبيريستال

# المواد واللوازم

ما هي الإمدادات المطلوبة أو مجموعات الصحة الإيجابية المشتركة بين الوكالات (مجموعات الصحة الإيجابية) التي يمكن طلبها لتوفير خدمات منع الحمل؟

## مجموعات الصحة الإيجابية (2019)

تُصنف مجموعات الصحة الإيجابية في ثلاثة مستويات. تستهدف مستويات تقديم الخدمات الصحية الثلاثة. صممت مجموعات الصحة الإيجابية للاستخدام لمدة ثلاثة أشهر للحجم المحدد للسكان المستهدفين<sup>115</sup>

ملاحظة: مجموعات الصحة الإيجابية ليست محددة السياق أو شاملة. يجب ألا تعتمد المنظمات فقط على مجموعات الصحة الإيجابية ويجب أن تخطط لدمج تأمين إمدادات الصحة الجنسية والإيجابية في أنظمة التأمين الروتيني للإمدادات الصحية الروتينية في أقرب وقت ممكن. لن يضمن هذا استدامة الإمدادات فحسب، بل سيتيح أيضاً توسيع خدمات الصحة الجنسية والإيجابية من حزمة الخدمات المبدئية الدنيا إلى الرعاية الشاملة.

اسم المجموعة*	رقم المجموعة	مستوى الرعاية الصحية
الواقيات الذكرية	المجموعة 1	المركز المجتمعي/الصحي
العلاج بعد التعرض للاغتصاب	المجموعة 3	المركز المجتمعي/الصحي
وسائل منع الحمل عن طريق الفم والحقن	المجموعة 4	المركز المجتمعي/الصحي

## السلع التكميلية

يمكن طلب السلع التكميلية وفقاً للبيئة التمكينية وقدرات مقدمي الرعاية الصحية. ستتاح السلع التكميلية من صندوق الأمم المتحدة للسكان في عام 2020.

مستوى تقديم الخدمة	المادة	لاستكمال
المركز المجتمعي/الصحي	المجموعة 1 «ب» - الواقيات الأنثوية	المجموعة 14
المركز المجتمعي/الصحي	ديبوت-ميدروكسي بروجسترون أسيتات - تحت الجلد (A-SCPMD)	المجموعة 4
مستوى منشأة الرعاية الصحية الأولية (الخدمات الأساسية لرعاية التوليد وحديثي الولادة في حالات الطوارئ)	المجموعة 7 أ - جهاز داخل الرحم (اللولب)	المجموعة 4
مستوى منشأة الرعاية الصحية الأولية (الخدمات الأساسية لرعاية التوليد وحديثي الولادة في حالات الطوارئ)	المجموعة 7 ب - أجهزة منع الحمل المزروعة	المجموعة 4

<sup>115</sup> ستكون مجموعات المستلزمات لعام 2019 متاحة للشراء في أوائل عام 2020. تحقق مع صندوق الأمم المتحدة للسكان ( <https://www.unfpa.org> ) أو IAWG (2011) (<http://iawg.net/resource/inter-agency-reproductive-health-kits-2011>) للتحقق مما إذا كانت المجموعات المنقحة متوفرة للحصول على معلومات حول مجموعات الأدوات المتاحة قبل عام 2020. انظر مجموعات الصحة الإيجابية المشتركة بين الوكالات لحالات الأزمات (2011، 5th ed.) في [http://iawg.net/resource/\\_1728](http://iawg.net/resource/_1728) بين الوكالات-الإيجابية-الصحة-مجموعات-2011-.

## اختبار الوحدة 6: الوقاية من الحمل غير المقصود

1. ما هي بعض الاعتبارات لتحديد مزيج أسلوب شامل في بداية حالات الطوارئ الحادة؟ حددي كل الاختيارات المناسبة:
  - أ. تسجيل وسيلة منع الحمل في بلد التشغيل
  - ب. الاستخدام من قبل السكان المتضررين من الأزمة
  - ت. إمكانية المزيد من الهجرة
  - ث. معدل الخصوبة الإجمالي
  - ج. الديانة
2. يجب عدم إعطاء المراهقين/ات غير المتزوجين/ات وسائل منع الحمل. صح أم خطأ
3. أي تصريح حول وسائل منع الحمل الطارئة غير صحيح؟
  - أ. وسائل منع الحمل الطارئة لن تضر الحمل القائم
  - ب. وسائل منع الحمل الطارئة يجب أن تؤخذ خلال 120 ساعة، وكلما أخذت في وقت أبكر كلما كانت فعاليتها أكبر
  - ت. لا يمكن للمراهقات الاستفادة من وسائل منع الحمل الطارئة
  - ث. حيث لا تتوفر حبوب منع الحمل الطارئة، يمكن استخدام حبوب منع الحمل عن طريق الفم بالجرعة الصحيحة
4. ما هي الأمور الثلاثة التي ينبغي التشديد عليها لضمان جودة الرعاية عند توفير وسائل منع الحمل؟ حددي كل الاختيارات المناسبة:
  - أ. السرية
  - ب. الخصوصية
  - ت. الاختيار المستنير
  - ث. موافقة أفراد العائلة أو الشريك
5. ما هي المعلومات التي ينبغي تقديمها لجميع المستخدمين أثناء تقديم المشورة بشأن وسائل منع الحمل؟ حددي كل الاختيارات المناسبة:
  - أ. فعالية الوسيلة
  - ب. الآثار الجانبية الشائعة لوسيلة منع الحمل
  - ت. المشورة السابقة للولادة
  - ث. كيفية عمل الوسيلة
  - ج. الحماية من أنواع العدوى المنقولة جنسيا