

الشائعات والمفاهيم الخاطئة مقابل الحقائق والوقائع المتعلقة بوسائل منع الحمل القابلة للعكس وطويلة المفعول (LARCS)

إرشادات للميسر: لعبة المزج والمطابقة:

- قُص جميع البطاقات من صندوق «الشائعات والمفاهيم الخاطئة» و«الحقائق والوقائع» (أدناه).
- قسّم المشاركين إلى مجموعتين. أعط إحدى المجموعتين كل بطاقات «الإشاعات والمفاهيم الخاطئة» والمجموعة الأخرى كل بطاقات «الحقائق والوقائع ذات الصلة بالتصدي للشائعات والمفاهيم الخاطئة».
- اطلب من المجموعة التي لديها بطاقات «الشائعات والمفاهيم الخاطئة» أن تقرأ إحدى الشائعات بصوت عالٍ.
- اطلب من المجموعة الأخرى اختيار بطاقات «الحقائق والوقائع» التي تدحض هذه الشائعات أو المفاهيم الخاطئة.
- واصل على هذا المنوال حتى الانتهاء من كشف جميع المطابقات وقراءتها بصوت عالٍ فيما يخص جميع الشائعات والمفاهيم الخاطئة.
- وضح للمشاركين أنه يمكنهم العثور على جميع هذه الشائعات والمفاهيم الخاطئة وكذلك الحقائق والوقائع لدحضها والتصدي لها في المصادر التالية: الشائعات والمفاهيم الخاطئة حول اللوالب الرحمية (IUD) والشائعات والمفاهيم الخاطئة حول غرسات منع الحمل (Implant).

الشائعات والمفاهيم الخاطئة حول وسائل منع الحمل القابلة للعكس وطويلة المفعول (LARCS)

قد ينتقل اللولب الرحمي داخل جسم المرأة حتى يصل إلى قلبها أو دماغها.

لا تستطيع المرأة أن تحمل بعد استخدام لولب رحمي.

إذا حملت امرأة أثناء وجود اللولب في الرحم، يلتصق اللولب بجدار الرحم.

يتلف اللولب في الرحم بعد استخدامه لفترة طويلة.

لا يمكن تركيب اللولب إلا بعد مرور 6 أسابيع من الولادة.

تتسبب الغرسات في حدوث العقم.

تنتقل الغرسات إلى أجزاء أخرى من الجسم مثل قلبك أو دماغك.

توقف الغرسات النزيف الشهري وتجمع الدم الملوّث في جسمك.

تركيب الغرسة مؤلم وإزالتها عملية صعبة.

تسبب الغرسات الإجهاض إذا كنت حاملاً وقت تركيبها.

الشائعات والمفاهيم الخاطئة حول وسائل منع الحمل القابلة للعكس وطويلة المفعول (LARCS)

لا يوجد ممر من الرحم إلى أعضاء الجسم الأخرى. يوضع اللولب الرحمي (IUD) داخل الرحم — ما لم يُطرد عن طريق الخطأ — ويبقى في مكانه حتى يُزِيلَه مَقْدَمُ خدمة مُدَرَّب. إذا طُرد اللولب من الرحم عن طريق الخطأ، فإنه يخرج من المهبل لأنه الممر الوحيد للرحم.

وفي حال كانت مستعدة، يمكن لمقدم الخدمة إرشاد العميلة عن كيفية تحسس الخيط.

تعود خصوبة المرأة إلى طبيعتها بعد وقت قصير من إزالة اللولب الرحمي. كشفت الدراسات أن معظم النساء اللواتي يُزَلْنَ اللولب يحملن بنفس سرعة النساء اللواتي لم يستخدمن وسائل منع الحمل مطلقاً.

الكيس المملوء بالسائل الأمنيوسي داخل رحم الأم يحمي الطفل جيداً. إذا حملت امرأة وهي تستخدم لولباً رحمياً، يُزِيل مَقْدَمُ الخدمة اللولب مباشرة تجنباً لخطر الالتهاب. إذا تُرك اللولب في مكانه لسبب ما في أثناء فترة الحمل، عادةً ما يتم طرده مع المشيمة أو مع خروج الجنين عند الولادة.

بمجرد تركيب اللولب في مكانه الصحيح ومن دون حدوث أي مشكلات، يمكن أن يظل في مكانه لمدة تصل إلى 12 عاماً. اللولب مصنوع من مواد لا تتعرض للتلف. تستطيع العميلة الإبقاء على وجود اللولب لفترة أطول إذا رغبت في ذلك ومن دون التعرض لأي مخاطر.

يستطيع مقدم الخدمة المُدَرَّب تركيب اللولب مباشرةً بعد الولادة (في غضون 10 دقائق من ولادة المشيمة) أو أثناء الولادة القيصرية أو حتى 48 ساعة بعد الولادة. ثبت أن تركيب اللولب بعد الولادة آمن وفعال وملئم للمرأة تماماً على غرار اللولب المنتظم أو الفاصل. ثبت أن تركيب اللولب بعد الولادة يُقلِّل من احتمال حدوث ثقب لأن الأداة المستخدمة غير حادة ويكون جدار الرحم سميكاً بعد الحمل مباشرةً.

بعد فترة 48 ساعة من الولادة، يمكن تركيب اللولب الرحمي النحاسي من طراز «T 380A» بأمان في غضون أربعة أسابيع أو أكثر بعد الولادة.

ثبت أن اللولب الرحمية لا تؤثر في حليب الأم، ويمكن أن تستخدمها النساء المرضعات بأمان بعد الولادة.

إذا تم تثبيت وسيلة منع الحمل بطريقةٍ صحيحة، فمن غير المرجَّح أن تتحرك من مكانها. وتبقى في مكانها إلى أن تتم إزالتها. في حالاتٍ نادرة، قد يبدأ العود بالخروج من الجلد عادةً خلال الأشهر الأربعة الأولى بعد التركيب.

تتوقف الغرسات عن العمل بمجرد إزالتها. وتغادر هرموناتها جسديك. لن تؤثر الغرسة على قدرتك على إنجاب طفل آخر، ويمكنك الحمل مرة أخرى بمجرد إزالة الغرسة.

من الأعراض الشائعة حدوث تغييرات في النزيف الحيضي، مثل التبقيع أو النزيف لفترة طويلة أو عدم نزول دم الحيض. هذه الآثار الجانبية طبيعية وليست أعراض مَرَضِيَّة، كما أنَّ الدم لا يتراكم في جسمك.

لا تتسبب الغرسة بالإجهاض. ثمة دليل جيد على أنَّ الغرسة لن تؤذي طفلك إذا كنت حاملاً بالفعل أثناء وجودها بجسمك. سيتأكد مقدّم الخدمة بعنايةٍ شديدة من أنَّك لست حاملاً قبل تركيب الغرسة.

خضع موفِّرو الرعاية الصحية الذين يُركَّبون الغرسات لتدريباتٍ خاصة على طريقة تركيبها. سيُعطيك موفِّر الرعاية الصحية حقنةً صغيرة في ذراعك حتى لا تشعرين بعملية الإدخال. الشق صغير جداً ولا يحتاج إلى تقطيب. تتم إزالة الغرسة بسهولة إذا أُدخِلت بطريقة صحيحة. يُنصح بأن تذهب المرأة إلى مقدّم الخدمة المدرب الذي أجرى عملية تركيب الغرسة لإزالتها.

مقتبس من برنامج مساعدة الأمهات والأطفال على البقاء على قيد الحياة التابع للوكالة الأمريكية للتنمية الدولية، وJhpiego حزمة الموارد التعليمية المتعلقة بوسائل منع القابلة للعكس وطويلة المفعول (LARCs)، ٢٠١٧. resources.jhpiego.org/resources/Modular_LARC_LRP

تم اقتباس نشرة الحقائق هذه ومحتوياتها من حزمة الموارد التعليمية المتعلقة بوسائل منع الحمل القابلة للعكس وطويلة المفعول (LARCs) الصادرة عن برنامج مساعدة الأمهات والأطفال للبقاء على قيد الحياة التابع للوكالة الأمريكية للتنمية الدولية والذي نفذته منظمة Jhpiego.