









كيف تعمل وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ؟

- هناك ٤ أنواع من وسائل منع الحمل للحالات الطارئة: **نوعان من الحبات ونوعان من الأجهزة داخل الرحم**. تحوي حبة واحدة وجهاز داخل الرحم على هرمون البروجستين والحبة والجهاز داخل الرحم الأخران لا يحتويان على هرمون.
- تقوم حبات منع الحمل للحالات الطارئة بوظيفتها **عبر تأخير الإباضة**. إذا لم يكن هناك بويضة كي يقوم الحيوان المنوي بإخصابها، فلن يحصل الحمل. لا تقوم حبات منع الحمل للحالات الطارئة بتوقيف حمل حالي أو بالتسبب الإجهاض. ومن الممكن تناول حبات منع الحمل للحالات الطارئة، التي يطلق عليها غالباً "**حبة الصباح التالي**" (morning after pill)، في أي وقت في غضون ٥ أيام من ممارسة الجنس لمنع الحمل. هي لا تمنع حالة حمل بسبب ممارسة الجنس خارج فترة الخمسة أيام، بما في ذلك ممارسة الجنس بعد أخذ الحبة.
- يقوم الجهاز داخل الرحم بعمله بشكل أساسي من خلال منع الحيوان المنوي من تخصيب البويضة. يمكن للجهاز داخل الرحم الهرموني منع الإباضة في بعض الأحيان. قد تكون هناك طرق أخرى غير مفهومة بشكل كامل لطريقة عمل الجهاز داخل الرحم.
- تقوم الأجهزة داخل الرحم بعملها خلال ٥ أيام من ممارسة الجنس وتوفر وسيلة منع حمل مستمرة بعد إدخالها.
- يمكن استخدام وسائل منع الحمل للحالات الطارئة في سيناريوهات مختلفة:
 - ممارسة الجنس غير المحمية التي تشمل القضيب - المهبل.
 - القلق مما إذا كان استخدام الطريقة الأولى لمنع الحمل تم بشكل صحيح.
 - كأسلوب جيد قصير المدى "للتغطية" إلى أن تتمكني من الوصول إلى طريقة أخرى تفضلينها.
 - "خطة أ" أولية لمنع الحمل إذا كنت نادراً ما تمارسين الجنس.
 - بعد الاعتداء الجنسي.
- يمكن استخدام حبات وسائل منع الحمل للحالات الطارئة مع طريقة أخرى لمنع الحمل لتوفير المزيد من الحماية ضد الحمل. ولكن لا تستخدمي الخطة (ب) و إيلا في غضون ٥ أيام من كل منهما، فالأدوية النشطة لكل منهما ستلغي الأخرى.
- وسائل منع الحمل للحالات الطارئة مفيدة للأشخاص من جميع الأعمار، ومن يتبع علاج تأكيد الهوية الجنسية عبر الهرمونات. تعمل بعض الطرق بشكل أقل فعالية مع الأشخاص الذين لديهم مؤشر كتلة جسم (BMIs) أعلى.

				
	ليفونورجيستريل حبة ١.٥ ملغ	حبة أسيتات أوليبريستال	الجهاز داخل الرحم الهرموني (ليفونورجيستريل ٥٢ ملغ)	الجهاز داخل الرحم النحاسي
أسماء العلامات التجارية	خطتي ب خطوة واحدة، اتخاذ إجراء، طريقي، المعالجة اللاحقة، خيالي، وغيرها من الأدوية العامة.	إيلا	ميرينا/ليبتا:	باراغارد
الشكل	حبة منع الحمل		الجهاز داخل الرحم	
عقار تشط	ليفونورجيستريل (هرمون البروجستين)	أسيتات أوليبريستال	ليفونورجيستريل (هرمون البروجستين)	نحاس
الوصول	من دون وصفة طبية أو مع وصفة طبية.	يتطلب وصفة طبية.	راجع الموفر للقيام بوضع أو استخراج الجهاز داخل الرحم. قد تتمكنين من إستخراج الجهاز داخل الرحم بنفسك إذا كنت تتحسسين بالشرائط.	
توقيت الاستخدام	فعالة حتى ٥ أيام (١٢٠ ساعة) بعد ممارسة الجنس، غير أنها أكثر فعالية في الأيام الثلاث الأولى (٧٢ ساعة) بعد ممارسة الجنس.	فعالية متساوية حتى ٥ أيام (١٢٠ ساعة) بعد ممارسة الجنس.		
حدود مؤشر كتلة الجسم	يعطي نتيجة أفضل مع الأشخاص الذين لديهم مؤشر كتلة جسم أقل من ٢٦.	يعطي نتيجة أفضل مع الأشخاص الذين لديهم مؤشر كتلة جسم أقل من ٣٥.	يعطي نتيجة متساوية لجميع مؤشرات كتلة الجسم.	

	 ليفونورجيستريل حبة 1.5 ملغ	 حبة أسيتات أوليبيريستال	 الجهاز داخل الرحم الهرموني (ليفونورجيستريل 52 ملغ)	 الجهاز داخل الرحم النحاسي
ما مدى نجاحه في الوقاية من الحمل؟	٪٨٩	٪٩٤	٪٩٩	غير متأثر بالدواء.
الخصوصية والتحكم	<ul style="list-style-type: none"> لا يمكن لشريكك رؤيتك أو الإحساس أنك تستخدمين الحبة. قد يتمكن شريكك أو شخص آخر من العثور على عبوة الحبوب المخزنة أو في القمامة. قد يرونك تأخذين الحبة. قد يكون شريكك قادراً على الشعور بشرائط الجهاز داخل الرحم بأصابعه أو قضيبيته أثناء ممارسة الجنس. يمكن لموفر الخدمة تقصير الشرائط إذا حدث ذلك وكانت تسبب الإزعاج. لا يستطيع شخص آخر أن يرى أنك تستخدمين الجهاز داخل الرحم. قد يتمكن شخص ما يعيش معك أو يشاركك التأمين من رؤية فاتورة من التأمين الخاص بك. إذا كان أي شخص آخر يتابع دورتك الشهرية، قد يلاحظ تغييراً في الدورة الشهرية. 			
التفاعل مع وسائل منع الحمل الجديدة أو المستمرة	يمكن أن يبدأ أو يتابع في طريقة أخرى لمنع الحمل على الفور.	يوصى بعدم استخدام الحبات أو لصقة أو حلقة حتى أكثر من ٥ أيام بعد استخدام إيلا ثم استخدام طريقة احتياطية لمدة ٧ أيام بعد بدء استخدام حبات منع الحمل أو اللصقة أو الحلقة. لا بأس بالبدء باستخدام الحلقة أو الزرع في نفس الوقت مع إيلا. قد يكون مفعول إيلا أقل، لذا استخدم طريقة منع حمل احتياطية لمدة ١٢ يوماً.	يمكن أن يُترك الجهاز داخل الرحم كوسيلة مانعة للحمل جارية، أو يمكن استخراجه بعد دورتك الشهرية التالية. قد تتمكنين من إستخراج الجهاز داخل الرحم بنفسك إذا كنت تتحسسين بالشرائط.	
الآثار الجانبية	لا توجد آثار جانبية طويلة الأجل تسببها وسائل منع الحمل للحالات الطارئة. على المدى القصير، قد تشعرين بالغثيان أو الدوار أو وجع الثدي أو التبقع أو التغيير في توقيت الدورة الشهرية.		امسحي رمز الاستجابة السريعة QR في أسفل هذه الورقة بحثاً عن أوراق معلومات الجهاز داخل الرحم الهرموني والنحاسي، والتي تسرد الآثار الجانبية المحتملة.	
استخدام ما بعد الولادة	جميع أشكال وسائل منع الحمل للحالات الطارئة آمنة للاستخدام بعد الولادة. وتبين البيانات أن جميع أشكال وسائل منع الحمل للحالات الطارئة لا تؤثر على إفراز الحليب أو الرضاعة الطبيعية أو رضاعة الصدر أو نمو الرضع. لم تتم دراسة إيلا (أسيتات أوليبيريستال) على نطاق واسع في سياق الرضاعة الطبيعية/الرضاعة الصدر، ولكن مركز مخاطر الرضيع (Infant Risk Center)، وهو مركز بحثي جامعي يدرس إنتقال الدواء إلى حليب الأم، يوصي باستخدامها بأمان. توصي مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها في الولايات المتحدة بالتخلص من حليب الثدي الذي تم ضخه لفترة ٢٤ ساعة بعد استخدام إيلا.			
أسئلة يجب طرحها على الموفر	<ul style="list-style-type: none"> هل يمكنني استخدام حبات وسائل منع الحمل للحالات الطارئة كموانع حمل أولية؟ هل يمكنني الحصول على حبات وسائل منع الحمل للحالات الطارئة قبل أن أحتاج إليها؟ هل يمكن إزالة الجهاز داخل الرحم بعد القيام بوظيفته كوسيلة منع الحمل للحالات الطارئة؟ هل يمكنني استخدام حبات وسائل منع الحمل للحالات الطارئة بشكل متكرر؟ هل يمكنني تناول اثنين من حبات وسائل منع الحمل للحالات الطارئة إذا كان لدي مؤشر كتلة الجسم أعلى؟ هل يمكنني بدء طريقة جديدة أو متابعة طريقي الحالية عند تناول حبات وسائل منع الحمل للحالات الطارئة؟ 			

ابحثي عن دليل لمنع الحمل وأوراق معلومات حول كل طريقة.



www.PICCK.org
2022