

# المحتويات

|    |                                        |
|----|----------------------------------------|
|    | المقدمة                                |
| 6  | خيارات الحمل                           |
| 9  | استشارتك                               |
| 11 | اختبار العدوى المنقولة جنسياً (STI)    |
| 12 | منع الحمل                              |
| 15 | خيارات العلاج                          |
| 16 | الإجهاض الدوائي المبكر                 |
| 28 | الإجهاض الحراحي                        |
| 36 | نصائح ما قبل الحراحة                   |
|    | الرعاية اللاحقة للإجهاض الدوائي المبكر |
| 38 | والإجهاض الحراحي                       |
|    | الحمل في مكان غير معروف (PUL)          |
| 42 | والحمل خارج الرحم                      |
| 45 | الحلطات الدموية الوريدية (VTE)         |
|    | معلومات الإنثان (تسمم الدم) للعمليات   |
| 48 | ومقدمي الرعاية                         |
| 51 | حقن مضاد (D)                           |
| 53 | الأسئلة الشائعة                        |
| 56 | الملاحظات والشكاوى                     |
| 57 | جهات اتصال مفيدة                       |
| 58 | الملاحظات                              |

## الرؤية

في الخدمة الاستشارية الوطنية للحمل غير المخطط له NUPAS، نحترم حق الفرد في الاختيار من خلال توفير بيئة آمنة مع موظفين عطوفين، حيث يمكن للمرأة تلقي خدمات إنهاء الحمل ومنع الحمل والصحة الجنسية.

## القيم

عملنا مهمون بالنسبة لنا، ونحن نحترم حقهم في اختيارهم وندعمهم على طول الطريق.

نتحلى بالشفافية والصدق في كل ما نقوم به ونتواصل بصراحة وصدق. ✓

نعمل كفريق واحد بهدف مشترك: تقديم أفضل رعاية ممكنة. ✓

نحن مهتمون ومتحمسون لما نقوم به. ✓

نحن نقدر وندعم موظفينا. ✓

## إجراء عملية إجهاض

إذا كنتِ قد اتخذتِ قرار الإجهاض، فتذكري أنكِ لستِ وحدك

عمليات الإجهاض  
قانونية في إنجلترا  
وويلز واسكتلندا  
**لأكثر من 50  
عامًا**

**تحض امرأة  
من كل 3 نساء  
في جميع أنحاء  
المملكة المتحدة  
خلال حياتها**



تجري كل عام  
**أكثر من  
200,000**  
عملية إجهاض في  
المملكة المتحدة

إذا كنتِ حاملًا وقررت أن الإجهاض هو الاختيار الصحيح لكِ،  
فيرحى تخصيص بعض الوقت لقراءة هذا الكتيب للتعرف على  
الخيارات المختلفة المتاحة لكِ.

لقد قدمنا خدماتنا ورعايتنا للنساء لأكثر من 50 عامًا ونحن ندعم  
ونساند بشكل كامل حق المرأة في اختيار إنهاء الحمل.

يقدم لكِ هذا الكتيب معلومات حول العلاجات التي تتعلق  
بالإجهاض والإرشادات فيما يتعلق بما سيحدث أثناء زيارتك لنا  
لتلقي العلاج. تستند المعلومات إلى المبادئ التوجيهية التي  
تقدمها الكلية الملكية لأطباء التوليد وأمراض النساء (RCOG)  
والمعهد الوطني للتميز السريري (NICE) والكلية الملكية لأطباء  
التخدير (RCOA).



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: (01) 874 0097 (أيرلندا)

## قانون الإجهاض

بموجب قانون الإجهاض لعام 1967، فإن عمليات الإجهاض قانونية في المملكة المتحدة حتى 23 أسبوعًا و 6 أيام من الحمل. لا يمكن إجراء عمليات الإجهاض بعد الأسبوع الرابع والعشرين إلا في ظروف استثنائية، على سبيل المثال: إذا كانت حياة المرأة في خطر أو إذا كانت هناك تشوهات جنينية.

ينص القانون على أنه يجب أن يتفق طبيبان على أن الضرر الذي سيحدثه الإجهاض لصحتك العقلية أو الحسدية أقل من استمرار الحمل. يجب على الطبيب المتفقيين بعد ذلك التوقيع على نموذج قانوني يسمى نموذج HSA1.

### من غير القانوني تقديم علاج الإجهاض بناءً على جنس الحنين.

لا يمكن إجراء عمليات الإجهاض إلا في مستشفى أو عيادة متخصصة مرخصة.

## ما هو الاجهاض؟

الإجهاض إجراء طبي ينهي الحمل، ويُعرف أيضًا باسم "الإنهاء". يمكن أن يكون التفكير في الإجهاض وقتًا مربكًا ومرهقًا ومزعجًا للغاية. نحن نفهم هذا ونعدك بتزويدك برعايتنا ودعمنا لمساعدتك خلال هذا الوقت.

## السرية

أي اتصال لك معنا أو أي علاج تتلقينه سيكون سرّيًا تمامًا. حتى إذا كان عمرك أقل من 16 عامًا، فلن نخبر أي شخص ما لم نحصل على إذن منك للقيام بذلك. لن نشارك بياناتك مع المهنيين أو المنظمات الصحية الأخرى، إلا إذا اعتقدنا أنك معرضة لضرر حسيم. سنحاول دائمًا إخبارك إذا كنا نعتقد أننا بحاجة إلى القيام بذلك.

## حماية الشباب والبالغين المستضعفين

يلتزم جميع المهنيين بالحفاظ على رفاهية الشباب والبالغين المستضعفين. وهم يتخذون خطوات معقولة لحمايتهم من الإهمال أو الأذى الحسدي أو الجنسي أو العاطفي أو الاستغلال. إذا تبين أنك "عرضة للخطر"، فسيعمل موظفو NUPAS معك لاتخاذ الإجراء المناسب لحمايتك.

# خيارات الحمل

الخيارات المتاحة لك:

- الاستمرار في الحمل
- الاستمرار في الحمل والتفكير في التبني أو الرعاية البديلة
- إجراء الإجهاض

## الاستمرار في الحمل

إذا قررت الاستمرار في الحمل، يجب عليك الاتصال بطبيبك العام، أو يمكنك الاتصال بمرمضة الولادة مباشرة (راعي الموقع الإلكتروني للمستشفى المحلي)؛ سيؤكدون حملك وسيحجزون موعدًا مع القابلة المحلية. ستتولى ممرضة الولادة رعاية ما قبل الولادة أثناء حملك. من المهم حذرًا تلقي رعاية ما قبل الولادة، لذا يجب عليك إبلاغ طبيبك / ممرضة الولادة بمجرد أن تتأكدي من قرارك بالاستمرار في الحمل. لمعرفة المزيد عن رعاية ما قبل الولادة والخدمات المحلية، راجعي [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

## التبني أو الرعاية البديلة

قد يكون التبني هو الخيار المناسب لك إذا كنت لا تريدين الإجهاض. ستستمرري في الحمل والولادة ولكنك لن تعتني بالطفل ولن يكون لديك أي حقوق أو مسؤولية قانونية تجاه الطفل بعد اكتمال عملية التبني.

**التبني** هو عملية رسمية يتم تنظيمها عن طريق سلطات التبني والسلطات المحلية، ويتم إضفاء الصفة القانونية عليها من خلال المحاكم. بمجرد أن يصبح التبني قانونيًا، يضحى القرار نهائيًا ولا يمكن تغييره.

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

## أين يمكنني الحصول على المساعدة؟

- عيادة طبيبك العام
- الأخصائية الاجتماعية بالمستشفى المحلي المتخصصة في خدمات الأمومة أو اتصلي بفريق الخدمات الاجتماعية المحلي لمناقشة التبني
- اتصلي بالجمعية البريطانية للتبني والرعاية البديلة - تعمل BAAF مع جميع المعنيين بالتبني والرعاية البديلة في جميع أنحاء المملكة المتحدة. يمكنك الاتصال بهم على 020 7520 0300 أو [www.corambaaf.org.uk](http://www.corambaaf.org.uk)

## قرارك

هناك عدد من الأسباب التي قد تجعل المرأة تختار إنهاء الحمل، ولكن مهما كان السبب، يجب أن يكون القرار قرارك دائمًا.

يجب أن يكون قرارك بالإجهاض شخصيًا بالنسبة لك ويجب أن تكوني قادرة على اتخاذ هذا القرار دون الشعور بالضغط أو الإحبار من قبل أي شخص. بالنسبة للبعض، قد يكون اتخاذ قرار بشأن الحمل الغير مخطط له وقتًا صعبًا أو مزعجًا، وتتعامل كل امرأة مع هذا الحدث بطريقة مختلفة. ستشعر بعض النساء بالثقة في قرارهن بإنهاء الحمل، بينما قد تجد أخريات صعوبة في الاتصال مع الإجهاض.

## تقديم المشورة

نحن نقدم المشورة قبل الإجهاض وبعده.

ستُحرى مواعيد الاستشارة عبر الهاتف. يرجى ملاحظة أن هذه ليست خدمة أزمات؛ إذا شعرنا أنك بحاجة إلى مساعدة عاجلة لصحتك العقلية، فستحتاجين إلى الإحالة إلى خدمة متخصصة.

إذا كنتِ تشعرين أنك ترغبين في التحدث إلى شخص ما حول قرارك والمشاعر والعواطف التي تواجهينها، فيرجى الاتصال بنا على 0333 004 6666. - يمكنكِ التحدث إلى أحد أعضاء فريقنا حول الخيارات المتاحة لك في أي وقت و يمكننا أن نُرتب لك للحصول على استشارة.



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: 01 874 0097 (أيرلندا)

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 01 874 0097 (أيرلندا)

## استشارتك

قبل اتخاذ قرار بشأن أي علاج، ستُحري استشارة مع أخصائي والذي سيشرح لك جميع خيارات العلاج وسيجيب على أي أسئلة قد تكون لديك حول الإجهاض.

### التقييم السريري

سيسألك الأخصائي عن تاريخك الطبي والتوليدي وتاريخك المتعلق بأمراض النساء. من المهم جدًا أن تحبيي على أسئلته بصدق وأن تقدمي أكبر قدر ممكن من المعلومات حول أي حالات طبية قد تكون لديك أو أي أدوية تتناولينها. هذا لضمان سلامتك وصلاحياتك للعلاج. يرحى إبلاغ الأخصائي إذا كنتِ مرضعة. ستُحري استشارتك مع أخصائي عبر الهاتف، أو وجهاً لوجه إذا كنتِ تفضلين ذلك. يرحى التأكد من أنكِ في بيئة هادئة حيث يمكنكِ السماع بوضوح وينبغي أن تكوني بمفردك من أجل الخصوصية.

أثناء استشارتك، سيناقش الأخصائي اختبارات الفحص التي نقدمها للأمراض المنقولة جنسياً وكذلك خياراتك لمنع الحمل. يمكننا تقديم النصح لك بشأن أشكال وسائل منع الحمل المتاحة. من المهم التفكير في نوع وسيلة منع الحمل التي ستستخدمينها حيث لا يزال بإمكانك الحمل بعد الإجهاض (انظري الصفحة 12 لمعرفة خيارات منع الحمل).

سيسألك الأخصائي عما إذا كنتِ تفهمين عملية الإجهاض وسيؤكد من أنك تفهمين إجراء إعطاء الموافقة لتلقي العلاج.

## التصوير بالموجات فوق الصوتية

اعتمادًا على تاريخك الطبي والتوليدي والمتعلق بأمراض النساء، قد يُطلب أو لا يُطلب منك إجراء فحص بالموجات فوق الصوتية للإحهاض. إذا لزم الأمر، فسيُجرى فحص بالموجات فوق الصوتية لتحديد مدة حملك ولمساعدتنا في تحديد خيارات العلاج المتاحة لك. في بعض الأحيان، قد يكون الحمل مبكرًا جدًا بما لا يمكن رؤيته من خلال فحص مسح البطن، لذلك قد نحتاج إلى إدخال مسبار صغير بالموجات فوق الصوتية في المهبل. إذا لم تتمكن من رؤية الحمل في فحص مهبلي، فلا يمكننا التأكد من أن الحمل يتطور كما ينبغي، وسيناقش الأخصائي هذا الأمر معك بشكل أكبر وسيرتب إعادة للفحص في غضون أيام قليلة.

قد يكون من السابق لأوانه رؤية الحمل في الفحص، أو قد يكون الإحهاض المبكر قد حدث أو أن الحمل يتطور خارج الرحم - الحمل خارج الرحم - راجعي الصفحة 42 لمزيد من المعلومات والنصائح بشأن الحمل خارج الرحم



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: (01) 874 0097 (أيرلندا)

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: (01) 874 0097 (أيرلندا)

## العدوى المنقولة جنسياً (STIs)

كجزء من استشارتك، ستُعرض عليك اختبارات فحص للعدوى المنقولة جنسياً (STIs). تنتقل الأمراض الجنسية STIs من خلال الجنس المهبل غير المحمي والجنس الفموي والجنس الشرجي ومشاركة الألعاب الجنسية والاتصال الوثيق بالأعضاء التناسلية. الأعراض الأكثر شيوعاً للأمراض المنقولة جنسياً هي عدم وجود أعراض على الإطلاق ... كثير من الناس لا يدركون أنهم مصابون بمرض منقول جنسياً. إذا تُركت دون علاج، يمكن أن تؤدي الأمراض المنقولة جنسياً إلى مشاكل طويلة الأمد مثل مرض التهاب الحوض أو العقم (عدم القدرة على الإنجاب).

### فحص العدوى المنقولة جنسياً STI في NUPAS

تقدم NUPAS فحصاً لكل من: الكلاميديا والسيلان وفيروس نقص المناعة البشرية والزهري. الاختبارات سريعة ومريحة - كل ما نحتاجه هو مسحة أو اختبار بول وعينة دم نحصل عليها من وخز الإصبع. الطريقة الوحيدة لمعرفة ما إذا كنت مصابة بعدوى منقولة جنسياً هي الخضوع للاختبار. يوصى بهذا بشكل خاص إذا كنت قد مارست الجنس غير المحمي أو غيّرت شريكك مؤخراً أو إذا كان هناك خطر من أن شريكك قد مارس الجنس مع شخص آخر. بمجرد تشخيصها، فإنه من السهل علاج معظم حالات الإصابة بالعدوى المنقولة جنسياً بالمضادات الحيوية. إذا لم تكوني قد خضعت بالفعل لاختبار العدوى المنقولة جنسياً، فالآن هو الوقت المناسب. ينبغي عليك أيضاً التحدث إلى شريكك حول إجراء الاختبار والحفاظ على الصحة الجنسية. يمكنك أيضاً الحصول على الفحوصات والعلاج في خدمة الصحة الجنسية المحلية وعيادة منع الحمل والصحة الجنسية والخدمة المتخصصة مثل بروك Brook أو بالذهاب إلى عيادة طبيبك العام. انظري موقع **خيارات خدمات الصحة الوطنية**

**NHS Choices** للخدمات المحلية: [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

## منع الحمل

كجزء من استشارتك، سيناقدش الأخصائي طرق منع الحمل المتاحة لك. تكون المرأة قادرة على الإنجاب بدايةً من اليوم الخامس بعد الإحاض ويمكن أن تحمل مرة أخرى إذا لم يتم استخدام وسائل منع الحمل. هناك الكثير من وسائل منع الحمل للاختيار من بينها، لذا لا تيأس إذا لم يكن النوع الأول مناسباً لك تماماً؛ يمكنك تجربة وسيلة أخرى. تزيد فعالية العديد من موانع الحمل عن 99% إذا استخدمت بشكل صحيح.

## LARC - موانع الحمل طويلة المفعول والقابلة للانعكاس

LARC فعالة للغاية لأنها لا تعتمد على تذكرك لأخذها أو استخدامها -

**غرسة منع الحمل** - الغرسة هي الطريقة الأكثر فعالية لمنع الحمل. إنها فعالة بنسبة تزيد عن 99%. أقل من 1 من كل 1000 مستخدمة ستحمل في السنة الأولى من الاستخدام. بمجرد تركيبها، تعمل كوسيلة لمنع الحمل لمدة 3 سنوات. يمكن إزالتها في وقت أقرب إذا اخترت ذلك وستعود خصوبتك إلى وضعها الطبيعي بسرعة كبيرة بمجرد إزالتها.

كيف تعمل: يوضع قضيب صغير مرن تحت جلد أعلى ذراعك. يُطلق هرمون البروجسترون. يوقف التبويض (إطلاق البويضة)، ويثخن مخاط عنق الرحم لمنع الحيوانات المنوية من الوصول إلى البويضة، ويرقق بطانة الرحم لمنع زرع البويضة المخصبة.

**اللولب الرحمي IUD** - اللولب النحاسي الرحمي فعال بنسبة تزيد عن 99%. أقل من 1 من كل 100 من مستخدمات اللولب الرحمي ستحمل في غضون عام. بمجرد تركيبه، يعمل كمانع للحمل لمدة 5-10 سنوات، اعتماداً على النوع ويمكن إزالته مبكراً إذا اخترت ذلك. تعود خصوبتك إلى طبيعتها بمجرد إزالة اللولب.

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

كيف يعمل: يوضع جهاز صغير وممرن من البلاستيك والنحاس في الرحم. النحاس يمنع الحيوانات المنوية والبويضات من البقاء. كما أنه يغير مخاط عنق الرحم لمنع الحيوانات المنوية من الوصول إلى البويضة. قد يوقف اللولب الرحمي أيضًا زرع البويضة الملقحة في الرحم.

**الجهاز الرحمي (اللولب الهرموني IUS) -** تزيد فعالية اللولب الهرموني IUS عن 99%. أقل من 1 من كل 100 من مستخدمي اللولب الهرموني ستحمل في غضون عام. بمجرد تركيبه، يمكن استخدامه كوسيلة لمنع الحمل لمدة 3-5 سنوات، حسب النوع، ولكن يمكن إزالته في وقت أبكر. ستعود الخصوبة بمجرد إزالة الجهاز.

كيف يعمل: يتم وضع جهاز بلاستيكي صغير وممرن على شكل حرف T في الرحم. يفرز هرمون البروجسترون. يؤدي هذا إلى ترقق بطانة الرحم لإيقاف زرع البويضة المخصبة ويزيد سماكة مخاط عنق الرحم لمنع الحيوانات المنوية من الوصول إلى البويضة.



**حقن منع الحمل -** إن استخدام حقنة منع الحمل وفقاً للتعليمات بدقة (كل 13 أسبوعاً) سيضمن فعاليتها في منع الحمل بنسبة تزيد عن 99٪. أقل من 1 من كل 100 من مستخدمات الحقن ستحمل. كيف تعمل: تُحقن ديبو-بروفيرا Depo-Provera في العضل، عادة في الأرداف أو أحياناً في الذراع، بينما تُحقن سيانا برس Sayana Press تحت الجلد في مقدمة فخذك أو بطنك بإبرة صغيرة.

يمكنك حقن سيانا برس Sayana Press بنفسك في المنزل. تُفرز الحقن هرمون البروجسترون الذي يوقف التبويض (إطلاق البويضة) ويثخن مخاط عنق الرحم لمنع الحيوانات المنوية من الوصول إلى البويضة، ويُرقق بطانة الرحم لإيقاف زرع البويضة الملقحة.

هناك أنواع مختلفة من وسائل منع الحمل، بما في ذلك غرسة منع الحمل، وهي الأكثر فاعلية، يليها لولب منع الحمل وموانع الحمل القابلة للحقن وحبوب منع الحمل والأوقية الذكرية.

تتوفر جميع هذه الوسائل من NUPAS، وكجزء من خدمتنا، سنناقش الخيارات وسنزودك بوسائل منع الحمل وسنساعدك على وضع خطط لاستخدام وسائل منع الحمل على المدى الطويل. لمزيد من المعلومات عن وسائل منع الحمل، راجعي موقعنا الإلكتروني [www.nupas.co.uk](http://www.nupas.co.uk)، أو تفضلي بزيارة طبيبك العام أو الممرضة أو عيادة الصحة الجنسية المحلية أو عيادة متخصصة مثل بروك بروك Brook؛ تفضلي بزيارة [www.fpa.org.uk/resources](http://www.fpa.org.uk/resources) أو [www.sexwise.org.uk/transpection](http://www.sexwise.org.uk/transpection)

## خياراتك العلاجية

لديك عدد من الخيارات عند التفكير في وسيلة الإجهاض الأنسب لك. يعتمد نوع الإجهاض المتاح لك على عدد أسابيع حملك (وهذا ما يسمى بفترة الحمل) ومدى ملاءمتك لنوع العلاج اعتمادًا على أي حالة طبية قد تكون لديك. ستتم مناقشة هذه الأمور معك بشكل كامل أثناء استشارتك وسيتم مراعاتها أيضًا من قبل فريقنا الطبي للتأكد من أن العلاج المختار مناسب لك.

### أنواع الإجهاض

#### الإجهاض الدوائي المبكر (EMA)

(إذا لم تزد مدة الحمل على 10 أسابيع)

- إرسال العلاج بالبريد على عنوان منزلك
- استلمي العلاج في العيادة بنفسك
- إعطاء العلاج في العيادة - الخيارات الجراحية

#### ذات الفاصل الزمني

- جراحی مع مخدر موضعي
- جراحی مع تخدير واعي
- جراحة مع تخدير عام

إذا كنتِ تعيشين في إنجلترا أو ويلز أو أيرلندا الشمالية، فإن معظم عمليات الإجهاض يتم تمويلها بالكامل من قبل خدمات الصحة الوطنية NHS.

## الإحهاض الدوائي المبكر

### الإحهاض الدوائي المبكر (EMA) أو "حبوب الإحهاض" - يتضمن تناول دوائين لإنهاء الحمل.

الدواء الأول هو الميفبريستون وهو يعمل عن طريق منع هرمون البروجسترون. بدون البروجسترون، تتكسر بطانة الرحم ولا يمكن أن يستمر الحمل.

الدواء الثاني هو الميزوبروستول، وهو يسبب انقباض الرحم مما يؤدي إلى حدوث تقلصات ونزيف وفقدان للحمل شبيهًا بسقوط الحمل.

(ملحوظة: ليس لدى الميزوبروستول ترخيص من المملكة المتحدة للاستخدام أثناء الحمل ولكنه دواء مُفضل معترف به ومعتمد لإنهاء الحمل).

فوائد الإحهاض الدوائي المبكر هي:

- علاج غير جراحي ولا حاجة للتخدير
- مستويات أمان عالية
- يمكن (غالبًا) الوصول إلى العلاج محليًا بدلا من الحاجة للانتقال إلى عيادة حراحية
- يمكنك الأكل والشرب قبل العلاج
- يمكنك أن تبقي في المنزل أثناء طرد الحمل

### إرسال العلاج بالبريد على عنوان منزلك (حبوب بالبريد Pills by Post)

حبوب منع الحمل بالبريد Pills by Post هي طريقة آمنة وقانونية لإنهاء الحمل في وقت مبكر (أقل من 9 أسابيع + 6 أيام من الحمل) دون الحاجة إلى الذهاب إلى العيادة. إذا كنت مؤهلة للحصول على الحبوب بالبريد Pills by Post، فبعد الاستشارة الخاصة بك، ستلقى علاج الإحهاض الدوائي المبكر EMA الخاص بك في البريد مع تعليمات كاملة حول كيفية تناول الأدوية وتفاصيل خدمة الرعاية اللاحقة.

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

**تناول القرص الأول** - ستتلقى عبوة تحتوي على أقراص الإجهاض. من المهم ترك 24-48 ساعة بين القرصين الأول والثاني.

خذي القرص الأول (ميفبريستون) مع الماء. إذا تقيأت في غضون 90 دقيقة من تناول القرص الأول، يجب أن نخبرنا عن طريق الاتصال بالرقم 0333 016 0400 في أقرب وقت ممكن حيث قد تحتاجين إلى تناول قرص آخر.

**تناول القرص الثاني** - راجعي الإجهاض الدوائي المبكر EMA (ذو الفاصل الزمني) في الصفحة 18 للحصول على التعليمات الكاملة

ستحتوي علبتك أيضًا على:-

- نشرة منع الحمل
- واقيات ذكورية
- طقم اختبار الحمل

## استلمي علاحك في العيادة بنفسك

هذه ليست عيادة بدون موعد. سوف تحتاجين إلى حجز موعد والذي سيتم تحديده أثناء الاستشارة الهاتفية.

## معلومات مهمة

إذا غيرت رأيك بعد تناول القرص الأول وقررت الاستمرار في الحمل، فلا يمكننا ضمان حمل صحي وننصحك بمراجعة طبيبك العام في أقرب وقت ممكن لترتيب رعاية ما قبل الولادة.

## معلومات قانونية

وُصفت هذه الأدوية من أحلك.

من غير القانوني إعطاء أدويةك لأي شخص آخر لأنها وُصفت لك شخصيًا. إذا لم تستخدم هذا الدواء، فاتصلي بنا بخصوص كيفية التخلص من العقار.

يجب ألا يمنعك هذا أبدًا من طلب المساعدة الطبية إذا كنت في حاجة إليها.

إذا قررت عدم اللجوء إلى الإجهاض (الدوائي) ولم تتناولي الدواء، فيرحى:

- إعادة الأدوية إلى NUPAS أو إلى صيدلية
- من غير القانوني إعطاء الأدوية لشخص آخر
- من غير القانوني استخدام الأدوية عمداً بعد 10 أسابيع من الحمل في المنزل أو في حمل لاحق

## الإجهاض الدوائي المبكر (ذو الفاصل الزمني) - المرحلة الثانية من العلاج في المنزل

بعد الاستشارة الهاتفية، سيحدد موعد لحضور عيادة مناسبة لك. سيعرض عليك فحص بالموحات فوق الصوتية لتحديد فترة الحمل، وبعد ذلك، إذا كانت حالتك مناسبة لذلك، فسيتم إعطاؤك ميفبريستون لتناوله عن طريق الفم (يُبلع بالماء).

ستتمكنين من مغادرة العيادة بمحرد تناول الميفبريستون. في المرحلة الثانية من العلاج في المنزل، ستحصلين على 6 أقراص ميزوبروستول ومسكن للألم.

**يجب أن تؤخذ أقراص الميزوبروستول بين 24 - 48 ساعة بعد الميفبريستون (المرحلة الأولى من العلاج).**

## كيفية استخدام أقراص الميزوبروستول الخاصة بك

توضع أقراص الميزوبروستول في المهبل أو بين الخد واللثة. انظري الرسوم التوضيحية لمزيد من التفاصيل. يسبب الميزوبروستول تقلصات قوية ومؤلمة ونزيفاً حاداً.

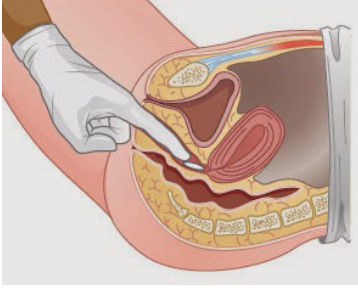
من المهم قبل البدء في أي علاج أن تغسلي يديك جيداً بالماء والصابون قبل وبعد إدخال أقراص الميزوبروستول إما في فمك أو عن طريق المهبل.

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

## الإدخال المهبلي

1 أفرغي مثانتك

2 اغسلي يديك جيدًا باستخدام الصابون والماء



3 أدخل  
الأقراص الأربعة إلى

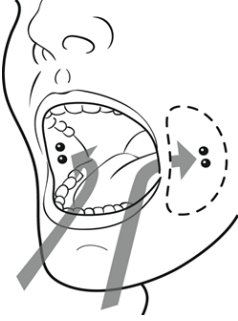
أعلى مستوى ممكن  
في المهبل. الموضع  
الدقيق للأقراص  
ليس مهمًا بشرط ألا  
تتساقط. ادفعيهم  
لأعلى قدر الإمكان  
بطرف إصبعك؛ إما أن  
تدخليهم 1 في كل مرة

أو كلهم معًا. يمكنك وضع الأقراص أثناء الاستلقاء أو في وضعية  
القفصاء أو بالوقوف مع رفع ساق واحدة - أيهم أكثر راحة.

4 بعد مرور 3 ساعات، إذا كنت تشعرين بأنك في حالة جيدة،  
ولا يوجد أي نزف أو توحيد محرد بقع خفيفة، أدخلتي القرصين  
الأخريين (2) في المهبل أو ضعيهما بين أعلى الخد واللثة، أي  
قرص واحد لكل جانب. ستذوب الأقراص الموحودة في المهبل  
من تلقاء نفسها - إذا وضعتها بين الخد واللثة، اتركها لمدة  
30 دقيقة قبل ابتلاع أي بقايا بالماء. تحببي المسار المهبلي في  
حال وجود نزف. إذا لم تستخدم الجرعة الثانية من الميزوبروستول،  
يرجى الرجوع إلى نشرة معلومات المريض التي سترشدك إلى  
كيفية التخلص منها بصورة سليمة، ولا تعط الأدوية المتبقية لأي  
شخص آخر ولا تستخدمها لحمل آخر.

## في الفم بين الخد واللثة (الشدق)

**1** يُنصح بترطيب فمك بشرب الماء قبل وضع الأقراص في فمك، لأن ذلك سيساعد الأقراص على الذوبان.



**2** **ضعي أربعة أقراص في فمك** بين أعلى الخد واللثة أو أسفل الخد واللثة (قرصان اثنان على كل جانب)، أيهما أنسب لك، واتركي الأقراص تذوب لمدة 30 دقيقة. من المهم شرب الماء للحفاظ على رطوبة فمك لأنها لا تذوب في الفم الحاف. لا تبتلعي الأقراص في هذه المرحلة. إذا لم تذوب الأقراص تمامًا بعد 30 دقيقة، يمكنك ابتلاعها بقليل من الماء. قد تترك الأقراص طعمًا غير مُستساغ في فمك.

**3** بعد مرور 3 ساعات، إذا كنت تشعرين بأنك في حالة جيدة، ولا يوجد أي نزف أو توجع محدد بقع خفيفة، أدخلي قرصين (2) في المهبل أو ضعيهما بين أعلى الخد واللثة، أي قرص واحد لكل جانب. ستذوب الأقراص الموضوعة في المهبل من تلقاء نفسها - إذا وضعتها بين الخد واللثة، اتركها لمدة 30 دقيقة قبل ابتلاع أي بقايا بالماء.

## تسكين الألم

ستعانين من التشنج والألم، والذي يمكن أن يكون شديدًا لفترة قصيرة من الزمن. هكذا يتم إسقاط الحمل. من المهم أن تتناولي مسكنات الألم في المنزل. سيتم إعطاؤك بعض الأدوية في العيادة لتأخذها معك إلى المنزل ولكننا ننصحك بتوفير بعض الإيبوبروفين أو الباراسيتامول. اعتمادًا على تاريخك الطبي واحتمالية الحساسية، ستناقش الممرضة/ ممرضة التوليد أفضل الخيارات معك وعلاحك الأول.

أمثلة على مسكنات الألم:

- عندما يبدأ الألم، تناولي الإيبوبروفين للألم الخفيف - 200×2 محم - يمكن تناوله كل 4-6 ساعات (بحد أقصى 6 أقراص خلال 24 ساعة).
- يمكن استخدام الباراسيتامول للألم الخفيف إلى المتوسط من قبل اللواتي لا يستطعن تناول الإيبوبروفين (بحد أقصى 8 أقراص خلال 24 ساعة).
- 30×1 محم من كودايين الفوسفات كل 6-8 ساعات
- استخدامي قنينة ماء ساخن (وفقًا لتعليمات الشركة المصنعة) حيث يمكن أن تساعد الحرارة أيضًا في تخفيف الألم.

### يرجى ملاحظة:

- لا يحوز القيادة أو تشغيل الماكينات عند تناول الكودايين.
- لا تقودي السيارة بعد تناول الميزوبروستول حتى تُخرجي الحمل وتشعري أنك بحالة جيدة بما يكفي للقيام بذلك.
- من المستحسن أن يكون معك شريك أو رفيق بالغ موثوق به (أكبر من 18 عامًا) لتقديم الدعم في المنزل. هذا من أجل سلامتك وسلامة أي من المعالين الذين قد يكونوا لديك.

## ما الذي يمكن توقعه من الإجهاض الدوائي المبكر والآثار الحانبية الشائعة

عادة ما يحصل الإجهاض بين 2-12 ساعة بعد تناول الدواء. يجب أن تتوقعي أن تنزفي وأن تُخرجي كتلاً دموية. قد يبدأ النزف بعد تناول دواء المرحلة الأولى (ميفبريستون).

إذا حدث ذلك، يتعين عليك تناول دواء المرحلة الثانية (ميزوبروستول) وفقاً للتوجيهات. إذا كان النزف غزيراً، أدخلِي الأقراص بين الخد واللثة (راجعِي الصفحة 20).

يمكنك الاستمرار في النزيف المتقطع لمدة تصل إلى 4 أسابيع. إذا لم يحدث النزيف بعد 48 ساعة من تناول الميزوبروستول، يجب عليك الاتصال بخط الرعاية اللاحقة والتحدث إلى أخصائي.

قد تُعاني بعض العمليات من آثار جانبية من الدواء مثل الغثيان و / أو الصداع. في حالات نادرة، قد تصابين باحمرار في الوجه أو طفح حلي.

- يرجى الاتصال بخط الرعاية اللاحقة على الفور، إذا ظهر أي من هذه الأعراض.

إذا تقيأت في غضون 90 دقيقة من تناول الميفبريستون، يرجى الاتصال بالعيادة أو خط الرعاية اللاحقة لأنك قد تحتاجين إلى حرة متكررة.

قد تُعاني بعض العمليات من نزيف مهلي قبل المرحلة الثانية من العلاج. في حالة حدوث ذلك، يرجى ارتداء فوطية صحية، ولا تستخدمِي السدادة القطنية. إن النزيف المشابه لغزارة الدورة الشهرية مقبول. إذا كان النزيف يثير قلقك، أو إذا كنت تتفاعلين

بشكل سيء مع الدواء، فاتصلي بالعيادة أو بخط الرعاية اللاحقة على الفور.

## النزف

يمكن أن يختلف مقدار ونوع النزيف من امرأة لأخرى ومن عملية إجهاض لأخرى. من الطبيعي أن تعاني من نزيف خفيف أو متوسط أو حاد أثناء الإجهاض الدوائي (انظري الصور في الصفحة 25). لن تُخرج كل امرأة كتل دموية أثناء الإجهاض الدوائي، ولكن بالنسبة للواتي يصبن بذلك، فيحب ألا يكون حجم الكتل أكبر من الليمون. ليس من الطبيعي عدم وجود نزيف / وجود نزيف ضعيف (الصورة 1) أو وجود نزيف غزير (الصورة 5)، لذلك يجب عليك الاتصال بخط الرعاية اللاحقة على 0333 016 0400 للحصول على المشورة إذا:

- إذا لم يحدث أي نزف بعد مرور 48 ساعة من تناول الميزوبروستول، أو إذا كان هناك مجرد تقيع خفيف/ أو لم تري الدم إلا على المنديل عند المسح (راجعى الصورة 1)
- إذا حدث نزف شديد يتسبب بتشبع فوطتين صحيتين كبيرتين لمدة ساعتين متتاليتين (راجعى كثيف الصورة 4)

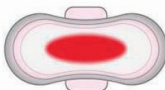
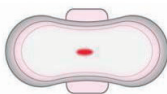
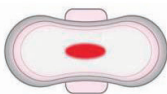
### اتصلي بالرقم 999، إذا حصل نزيف كثيف جدا (راجعى غزير الصورة 5) وشعرت بالإعياء

يبدأ النزيف عادة بعد حوالي ساعتين من تناول الدواء. تنزف معظم النساء لحوالي 2-4 ساعات. قد يبدأ هذا بفقدان خفيف للدم ولكنه يزداد غزارة بشكل تدريجي حتى يحدث إجهاض. بمجرد الإجهاض، سيقل النزيف تدريجيا، لكنك ستستمرين في النزيف (على غرار الدورة الشهرية) لمدة 7-14 يوم.

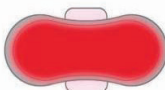
تؤكد من استخدام الفوط الصحية حتى دورتك الشهرية التالية. لا تستخدمى السدادات القطنية بسبب خطر الإصابة بالالتهابات. يساعد استخدام الفوط الصحية في تتبع مقدار فقدان الدم ومنع الالتهابات.

2. خفيف - بقعة حجمها 2.5 سم - 10 سم  
(1-4 بوصة)

1. ضعيف - بقعة حجمها أقل من 2.5 سم  
(1 بوصة)



3. متوسط - بقعة حجمها  
10-15 سم (4-6 بوصة)



3. كثيف



3. غزير

## المخاطر/ المضاعفات ومعدلات الفشل ستناقش المخاطر والمضاعفات المحتملة للعلاج بدقة خلال استشارتك.

تنطوي الطريقة الدوائية للإجهاض على مخاطر صغيرة تتمثل في الفشل في إنهاء الحمل. في هذه الحالات، هناك خطر أقل للحاجة إلى مزيد من التدخل لإكمال الإجراء، أي التدخل الجراحي بعد الإجهاض الدوائي.

قد تحدث المضاعفات التالية:

- إجهاد غير مكتمل مرتبط بترك بعض الأنسجة (أقل من 2-1 من كل 100)
  - نزيف حاد يتطلب نقل الدم (أقل من 1 من كل 1000 حالة)
  - يمكن أن تحدث الالتهابات في بعض الأحيان (أقل من 1 من كل 100 حالة)
- (الكلية الملكية لأطباء التوليد وأمراض النساء 2022)

## الالتهابات

في بعض الأحيان تبقى كمية صغيرة من الأنسجة (لا تخرج مع الحمل) وقد تحدث التهابات. المضاعفات الخطيرة لها علامات تحذيرية. إذا واجهت أيًا من الأعراض المذكورة أدناه، فاتصلي بخط الرعاية اللاحقة على 0333 016 0400 على الفور:

- ارتفاع في درجة الحرارة و / أو الحمى، وأعراض تشبه أعراض الأنفلونزا أو الشعور بالرعشة
- نزيف حاد للغاية يسبب تشيع لأكثر من فوطتين في الساعة لمدة ساعتين يجب أن تكون هذه الفوط مناسبة للتدفق الكثيف.
- ألم أو انزعاج في البطن لا يخف بأدوية تخفيف الآلام أو باستخدام ضمادة حرارية
- إفرازات مهبلية كريهة الرائحة

**انظري أداة الإنتنان (تسمم الدم) في الصفحة 50.**  
**اتصلي هاتفياً برقم 999 أو اطلبي من الشخص الداعم لك الاتصال بسيارة إسعاف فوراً إذا واجهت أيًا من الأعراض التالية:**

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

- عند إخراج الحمل، لا يعد تشبع الفوط الصحية السميكة كل 5 - 10 دقائق وإخراج حلطات دموية أكبر من حجم يدك أمرًا طبيعيًا ويجب عليك التوجه إلى قسم الطوارئ والحوادث المحلي.
- فقدان الوعي
- رد فعل تحسسي شديد مثل تورم الوجه أو الفم أو الحلق أو صعوبات في التنفس.

## الرعاية اللاحقة للإجهاض الدوائي المبكر (EMA)

ننصح جميع عميلاتنا بغض النظر عن فترة الحمل (مرحلة الحمل) بإعادة اختبار الحمل بعد 3 أسابيع. من المهم حدًا استخدام العينة الأولى من البول التي تتبولينها في ذلك اليوم. عدة اختبار الحمل موحدة في حزمة الرعاية اللاحقة الخاصة بك مع التعليمات الكاملة للاستخدام. يجب عليك الاتصال بالعيادة على الفور إذا كانت نتيجتك إيجابية.

يتوافر المتخصصون الطبيون على مدار 24 ساعة في اليوم، بما في ذلك عطلات نهاية الأسبوع والعطلات الرسمية لمناقشة أي مخاوف لديك على الرقم 0333 016 0400.



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: 01 (874 0097) (أيرلندا)

## الإجهاض الحراجي

الإجهاض الحراجي إجراء آمن وبسيط يستخدم لإنهاء الحمل. هناك طرق مختلفة تُستخدم بناءً على صحتك واختيارك الشخصي وفترة الحمل (مرحلة الحمل). عمليات الإجهاض الحراجي هي عمليات بسيطة وتُجرى كحالات يومية، ولا تتطلب منك المبيت بالمستشفى.

## الشفط التفريغي اليدوي

يمكن استخدام هذه الطريقة حتى 14 أسبوعًا من الحمل وتتضمن تمرير أنبوب في الرحم عبر عنق الرحم (فتحة الرحم من المهبل). يستخدم الحراح حقنة وشفطًا لطيفًا لإزالة الحمل. هذا الإجراء سريع جدًا، وعادة ما يستغرق من 10 إلى 15 دقيقة. التعافي سريع أيضًا ويمكنك عادةً مغادرة العيادة بعد الراحة لفترة قصيرة من الوقت.

في حالات معينة، يمكننا إجراء الشفط التفريغي اليدوي MVA تحت تأثير مخدر موضعي، لكن هذه الطريقة يوصى بها فقط للنساء اللاتي تقل مدة حملهن عن 10 أسابيع.

## التوسيع والتفريغ (D&E)

تُستخدم هذه الطريقة بعد 14 أسبوعًا من الحمل. وتتضمن إدخال أدوات خاصة تسمى الملاقط من خلال عنق الرحم إلى الرحم لإزالة الحمل.

يُجرى التوسيع والتفريغ عادةً تحت التخدير العام (GA). تستغرق العملية عادةً حوالي 10-20 دقيقة.

## الإجهاض الحراحي تحت التخدير الواعي (CS)

التخدير الواعي (CS) هو مزيج من الأدوية لمساعدتك على الاسترخاء ومنع الألم أثناء إجراء طبي. إنه يقلل من القلق وهو مناسب للغاية لمعظم العمليات النسائية القصيرة. يتيح لك التخدير الواعي (CS) التعافي بسرعة والعودة إلى أنشطتك اليومية بعد فترة وحيزة من الإجراء.

يتم إعطاء أدوية التخدير الواعي (CS) من خلال وريد في الذراع أو في الجزء الخلفي من اليد وسيتم مراقبة قياساتك الطبية طوال الإجراء. ستكون مستيقظة أثناء العلاج وستكوني قادرة على التحدث إلى ممرضتك وطبيبك، لكنك ستشعرين بالنعاس وقد تستمر في الشعور بذلك لعدة ساعات بعد ذلك. قد لا تتذكر الإجراء أو قد تتذكرينه بشكل محدود بعد تلقي التخدير الواعي.

ثم يُعطى مخدر موضعي لتخدير عنق الرحم. قد تشعرين ببعض اللسع الخفيف الذي لا يدوم طويلاً. سوف تساعد الأدوية المهدئة في ذلك.

ثم يقوم الحراح بإجراء العلاج، بينما تراقبك ممرضة / ممرضة توليد عن كثب طوال الوقت.

بعد العلاج، ستدعمك إحدى الموظفات للذهاب إلى منطقة التعافي. ستقوم الموظفات المدربات تدريباً خاصاً بالاعتناء بك ومراقبة تعافيك. عندما يعتبرون أنك قد تعافيت من التخدير، سيتم تسريحك.

نطلب أن يكون لديك شخص بالغ مسؤول لمرافقتك إلى المنزل والبقاء معك حتى اليوم التالي. سوف تحتاجين إلى ترتيب المواصلات إلى المنزل حيث لا يمكنك القيادة أو تشغيل أي آلة.

ستُشرح الآثار الحانية والمضاعفات المرتبطة بالتخدير الواعي بدقة قبل الحصول على موافقتك على العلاج.

## الإجهاض الحراحي بالتخدير العام (GA)

التخدير العام (GA) هو حالة من فقدان الوعي الخاضع للرقابة حيث يتم إعطاؤك أدوية لتنامي حتى لا تكوني على دراية بالحراحة ولا تشعرى بالألم أثناء إجراء العملية.

يعتبر التخدير العام (GA) مثاليًا للنساء اللواتي يفضلن "النوم" أثناء إجراء العملية وهو مناسب للنساء اللواتي تتراوح فترة حملهن بين 5 و 23 أسبوعًا و 6 أيام.

تُعطى الأدوية الخاصة بالتخدير العام (GA) من خلال وريد في الذراع أو في الجزء الخلفي من اليد، وذلك سينومك، وستُراقب قياساتك الطبية طوال الإجراء. ستُراقبين أيضًا عن كثب من قبل طبيب التخدير وستكون الممرضة / ممرضة التوليد بجانبك طوال الوقت.

## تهيئة عنق الرحم

قبل الإجهاض الحراحي، يتم تحضير عنق الرحم للعلاج بأدوية الميفبريستون والميزوبروستول وموسعات ماصة تسمى الدايلابان. قد تحتاجي إلى واحد فقط من هذه الأدوية أو قد تحتاجي إلى المزيد. سنشرح بشكل كامل التحضيرات التي ستحتاجينها ومتى وكيف ستتم.

تعمل أقراص الميفبريستون والميزوبروستول على تليين عنق الرحم، مما يسهل التمدد (الفتح). دايلابان Dilapan هي أعواد بحجم عود الثقاب يتم إدخالها في عنق الرحم قبل الحراحة. تنتفخ لفتح عنق الرحم برفق. يتم وضع المدخلات في العيادة ويستغرق ذلك بضع دقائق فقط. قد نستخدم مخدرًا موضعيًا عن طريق الحقن أو الرش في هذا الإجراء. إذا تم التخطيط لعلاجك على مدى يومين، فسنعودي إلى المنزل بعد أن نُوَضَّع. مع توسع الدايلابان Dilapan، يمكن أن تحدث تقلصات أو نزيف خفيف حاد وناذرًا ما يمكن أن ينفجر كيس الماء لديك وقد تستمر في الإجهاض. في بعض الأحيان قد يسقط الدايلابان. ستحصلين على معلومات إضافية

حول السيطرة على الألم وماذا تفعلين إذا بدأتِ المخاض أو إذا انفتح كيس الماء لديك.

### تشمل مخاطر الإجهاض الجراحي ما يلي:

- الإضرار بالرحم (1-4: 1000 حالة)
- الإضرار بعنق الرحم (1: 100 حالة)
- النزف (1-4: 1000 حالة)
- الالتهابات (أقل من 1: 100 حالة).
- تبقي منتحات الحمل (3: 100)

(الكلية الملكية لأطباء التوليد وأمراض النساء 2022)

\* جميع العمليات الجراحية تحمل مخاطر معينة، ولكن يرجى التأكد من أن لدينا سجل أمان ممتاز ولا نوظف سوى الجراحين وأطباء التخدير والممرضات / ممرضات التوليد المؤهلين تأهيلا عاليا.

## النشاط البدني بعد الإجهاض الحراحي

- يجب عليكِ التخطيط للراحة والهدوء لمدة 24 إلى 48 ساعة بعد الإجهاض الحراحي.
- يمكنك عادة العودة إلى الأنشطة العادية بمجرد شعورك بالراحة للقيام بذلك، بما في ذلك الاستحمام واستخدام السدادات القطنية وممارسة الرياضة (بما في ذلك السباحة) ورفع الأشياء الثقيلة. (خدمة الصحة الوطنية NHS بالمملكة المتحدة 2022)

بعد الإجهاض الذي يُجرى بالتخدير العام (GA)، نطلب أن يكون لديك شخص متاح لرعايتك لمدة 24 ساعة بعد العلاج.

## منع الحمل

يمكن تركيب اللوالب أو الغرسات كجزء من هذا الإجراء وأنت لا تزالين تحت أثر التخدير العام (GA) إذا اخترت ذلك.

## التخدير الواعي/التخدير العام والرضاعة الطبيعية

تقريبًا جميع الأدوية المستخدمة أثناء التخدير الواعي أو التخدير العام ستنتقل إلى حليب الثدي ولكن بكميات صغيرة جدًا لا تؤثر على طفلك. يمكنك استئناف الرضاعة الطبيعية بمجرد شعورك بالتعافي والجاهزية لذلك. انتبهي لعلامات النعاس المفرط عند طفلك. قبل إجراء العملية، قد ترغبين في شفط الحليب والحصول على كمية كافية من حليب الثدي لما بعد العلاج.

## بعد عمليتك

قبل مغادرة العيادة، ستناقش ترتيبات رعايتك اللاحقة وستُعطين حزمة الرعاية اللاحقة التي تحتوي على:

- نشرة منع الحمل
- واقيات ذكورية
- تفاصيل الاتصال بخط الرعاية اللاحقة لدينا



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

## ما ينبغي توقعه بعد الإجهاض الحراحي

يختلف النزيف من نزيف طفيف إلى ما يضاهاى أكثر فترات الدورة الشهرية غزارة، حسب مرحلة الحمل. من الطبيعي النزف لمدة 7-14 يومًا بعد العملية وقد تخرج كتل دموية صغيرة لبضعة أيام. كدليل إرشادي، قارنيه على أساس دورتك الشهرية - يجب ألا يكون النزيف أكثر غزارة من أغزر دوراتك الشهرية.

إذا كنت في فترة مبكرة من الحمل (من 5 إلى 7 أسابيع)، فقد يكون فقدان الدم ضئيلًا فقط. هذا لا يعني أن علاحك قد فشل.

يرحى الاتصال بخط الرعاية اللاحقة إذا استمرت أعراض الحمل لديك لأكثر من أسبوع أو إذا كنت لا تزالين "تشرين" بالحمل.

تأكدي من استخدام الفوط الصحية حتى دورتك الشهرية التالية؛ لا تستخدمى السدادات القطنية. يساعد استخدام الفوط الصحية في تتبع مقدار فقدان الدم ومنع الالتهابات.

إذا استمر النزيف أكثر من أسبوعين أو إذا كنت قلقة بشأنه، فيرحى الاتصال بنا على خط الرعاية اللاحقة.

## الالتهابات

سُتُعْطَيْن نوعين مختلفين من المضادات الحيوية أثناء علاحك (ما لم تكن لديك حساسية منهما). لكن في بعض الأحيان قد تصاب قطع صغيرة من الأنسجة التي لا تخرج وقت الإجهاض بالالتهاب. المضاعفات الخطيرة لها علامات تحذيرية.

إذا واحعت أيًا من الأعراض المذكورة أدناه، فاتصلي بخط الرعاية اللاحقة على 0333 016 0400 على الفور:

- ارتفاع في درجة الحرارة و / أو الحمى، وأعراض تشبه أعراض الأنفلونزا أو الشعور بالعرشة
- نزيف حاد للغاية يسبب تشعب لأكثر من فوطتين في الساعة لمدة ساعتين يجب أن تكون هذه الفوط مناسبة للتدفق الكثيف.
- آلام مستمرة في البطن أكثر حدة من آلام الدورة الشهرية ألم أو انزعاج مستمر لا يخف بأدوية تخفيف الآلام أو باستخدام ضمادة حرارية
- إفرازات مهبلية كريهة الرائحة

### انظري أداة الإنتان (تسمم الدم) في الصفحة 50.



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: 01 (01) 874 0097 (أيرلندا)

# نصائح ما قبل الجراحة الأشياء التي يجب تذكرها

من المهم اتباع هذه التعليمات قبل وصولك إلى العيادة؛ قد يعني عدم القيام بذلك أن يتأخر علاجك أو قد يُلقى في بعض الحالات. يجب اتباع التعليمات التالية لجميع الاستشارات والإجهاض الدوائي المبكر والإجهاض الجراحي:

- ارتدي ملابس فضفاضة ومريحة
- أحضري قائمة بأي أدوية أو بخاخات استنشاق موصوفة
- إذا كنت تتناولين أدوية موصوفة لك، فيجب عليك الاستمرار في تناولها كالمعتاد
- إذا وصفت الأدوية التالية لك، يرجى الاتصال بنا: الأسبرين أو الوارفارين أو كلوبيدوجريل (بلافيكس)
- سوف تحتاجين إلى إحضار كمية من الفوط الصحية (وليس السدادات القطنية)

للإجهاض الجراحي تحت التخدير العام أو التخدير الوريدي، يرجى أيضًا اتباع التعليمات الإضافية التالية:

- بإمكانك تناول السوائل الصافية (الماء) حتى ساعتين فقط قبل الإجراء
- امتنعي عن تناول الأطعمة الصلبة بدءًا من 6 ساعات قبل الإجراء
- تأكدي من وجود شخص يعتني بك لمدة 24 ساعة بعد العلاج
- نوصي بشدة بعدم التدخين لمدة 24 ساعة قبل وبعد إجراء الجراحة
- أحضري معك رداء حمام وشبشب
- قبل الجراحة، يرجى إزالة جميع الحلي من ثقب الوحه والحسم والماكياج وطلاء الأظافر

- يرجى إزالة جميع العدسات اللاصقة قبل العملية
- إذا كنت مريضة في غضون 48 ساعة قبل إجراء الجراحة، فيرجى الاتصال بالعيادة حيث قد تضطري إلى إعادة جدولة الجراحة.



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: (01) 874 0097 (أيرلندا)

# الرعاية اللاحقة للإجهاد الدوائي المبكر والإجهاد الحراحي بعد الإجهاد، يمكنك:

تناولي مسكنات الألم مثل الإيبوبروفين أو الباراسيتامول  
للمساعدة على تخفيف الألم أو الانزعاج

استخدمي المناشف أو القوط الصحية بدلاً من السدادات  
القطنية، حتى يتوقف النزف (وبالتالي يمكنك مراقبة فقدان  
الدم)

مارسي الجنس بمجرد شعورك بالاستعداد لذلك، ولكن  
استخدمي وسائل منع الحمل إذا كنت لا ترغبين في الحمل  
مرة أخرى، لأنك عادة ما تكونين قادرة على الحمل فور  
الإجهاد

يمكنك عادة العودة إلى الأنشطة العادية بمجرد  
شعورك بالراحة للقيام بذلك، بما في ذلك  
الاستحمام واستخدام السدادات القطنية وممارسة  
الرياضة (بما في ذلك السباحة) ورفع الأشياء  
الثقيلة. (خدمة الصحة الوطنية NHS بالمملكة المتحدة 2022)

اتصلي برقم 999 إذا كنت تعاني من نزيف حاد  
للاغاية (انظري غزير الصورة 5 في الصفحة 25)  
وتشعرين بتوسع

اتصلي بنا إذا:

تشبعت فوطتين صحيتين أو أكثر من الحجم الكبير في  
الساعة لمدة ساعتين متتاليتين (راجع الصفحة 25  
للحصول على المشورة بشأن كمية ونوع النزف الذي يجب  
أن تتوقعه)

ظهرت إفرازات مهبلية غير عادية ذات رائحة كريهة

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

أصبت بالحمى أو الأعراض الشبيهة بالإنفلونزا بعد ٢٤ ساعة



تفاقم الألم، بما في ذلك الألم الذي قد يشير إلى الحمل خارج الرحم غير المشخص (على سبيل المثال، إذا كان الألم أسفل البطن أحادي الجانب، أو تحت الأضلاع، أو يرتفع إلى الكتفين)



كان لديك نزف ضئيل أو معدوم أو بقع دم فقط على المنشفة الصحية أو الملابس الداخلية بعد ٤٨ ساعة من تناول الميزوبروستول (دواء المرحلة الثانية)



كنت لا تزالين تشعرين بأنك حامل بعد مرور أسبوع على الإجهاض (الكلية الملكية لأطباء التوليد وأمراض النساء ٢٠٢٢)



## الجنس

مارسي الجنس بمجرد شعورك بالاستعداد، ولكن استخدمي وسائل منع الحمل إذا كنت لا تريدين الحمل مرة أخرى، لأنك عادة ما تكونين قادرة على الحمل فور الإجهاض (خدمة الصحة الوطنية NHS في المملكة المتحدة 2022)

## يرجى النظر في خيارات وسائل منع الحمل المتاحة لك في الصفحة 12.

## وجع الثدي وتسريبه

إذا كنت قد عانيت من شعور بعدم الراحة في الثدي قبل العلاج، فقد يستغرق الأمر أسبوعًا أو نحو ذلك قبل أن تهدأ الأعراض. إذا كنت لا تزالين تشعرين بعدم الراحة بعد أسبوعين، فيرجى الاتصال بخط الرعاية اللاحقة.

من غير المعتاد أن تصاب العمليات اللواتي كان حملهن أقل من 12 أسبوعًا بتسريب من الثدي. يرجى الاتصال للحصول على المشورة إذا كنت تشعرين بالقلق. إذا كان ثدياك مؤلمين ومشدودين وساخنين وبهما منطقة ملتهبة / حمراء، فقد تكونين مصابة بالتهاب. يرجى الاتصال بخط الرعاية اللاحقة أو بطبيبك العام.

## التقيؤ/ الغثيان

إذا كنتِ قد عانيتِ من التقيؤ أو الغثيان قبل العلاج، فقد يستغرق الأمر أسبوعًا أو نحو ذلك قبل أن تهدأ الأعراض. قد يجعلك الدواء الذي تناولتيه تشعرين بالغثيان أيضًا. ولكن إذا لم يطرأ تحسن بعد أسبوعين، فيرعى الاتصال بخط الرعاية اللاحقة.

## القيادة

إذا كنتِ قد خضعتِ لتخدير عام، فيجب ألا تقودي السيارة لمدة 48 ساعة على الأقل. يرجى مراعاة شركة تأمينك. إذا تعرضتِ لحادث، فقد لا يوفر تأمينك التغطية.

## السفر / الإجازات خارج المملكة المتحدة

لا يُنصح بالذهاب في إجازة إلى أي مكان حتى يكون لديك اختبار حمل سلبي والخضوع لفحص طبي بعد مرور 4 أسابيع. قد لا تغطي شركة تأمين السفر الخاصة بك أي مشاكل طبية قد تحدث إذا لم تكوني قد أبلغتها من قبل. يُنصح بعدم السباحة في البحر لمدة 4 أسابيع خوفًا من خطر الإصابة بالالتهابات.

**يرجى أخذ العلم أنه من غير القانوني  
أخذ أدوية الإجهاض  
خارج البلاد.**

## فحص ما بعد العملية

يُنصح بإجراء فحص طبي في غضون 4 أسابيع. يمكن أن يتم الفحص في عيادة منع الحمل والصحة الجنسية (CASH) المحلية أو مع طبيبك.

## تكرار اختبار الحمل

إذا أُجري لك إجهاض دوائي مبكر، فيجب عليك تكرار اختبار الحمل في غضون 3 أسابيع للتأكد من نجاح العلاج. من المهم حدًا استخدام العينة الأولى من البول التي تتبولينها في الصباح. ستكون أدوات اختبار الحمل ضمن حزمة الرعاية اللاحقة. يجب عليك الاتصال بالعيادة أو خط الرعاية اللاحقة على الفور إذا كانت النتيجة إيجابية وسنرتب موعدًا للمتابعة. إذا أظهر فحص المتابعة بالموحات فوق الصوتية فشل إنهاء الحمل وأنت ما زلت حاملاً، فقد يتم ترتيب إنهاء الحمل جراحياً لك. لا ينصح بالاستمرار في الحمل بسبب المخاطر المصاحبة للدواء الذي تناولتيه.

إذا كنت قد أحرقت عملية إجهاض جراحي، فلن تحصلي على اختبار الحمل لأن معدل الفشل منخفض للغاية. ومع ذلك، إذا لم تتوقف أعراض الحمل لديك بعد أسبوعين و/أو إذا كنت ما زلت تشعرين بالحمل، فيرجى الاتصال بخط الرعاية اللاحقة للحصول على المشورة 0333 016 0400.

إن كنت ترغبين في إجراء اختبار الحمل بنفسك من أجل الطمأنينة، فننصحك بإجراء هذا الاختبار بعد مدة لا تقل عن 4 أسابيع بعد عمليتك.



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: (01) 874 0097 (أيرلندا)

# الحمل فى مكان غير معروف (PUL) و الحمل خارج الرحم

يعني اختبار الحمل الإيجابي أنك حامل ولكن إذا كنت في مرحلة مبكرة جدا من الحمل، فقد يكون من الصعب اكتشافه من خلال الفحص بالموجات فوق الصوتية.

هذا شائع جدًا لأن اختبار الحمل لا يتطلب سوى مستوى هرمون قدره 10 ملي وحدة دولية/ملي لتر لإظهار نتيجة إيجابية. تحتاج فحوصات مسح البطن إلى مستوى هرمون يبلغ حوالي 1500 ملي وحدة دولية/ مليلتر من أجل اكتشاف الحمل. أبكر فترة للحمل يمكن الكشف عنها باستخدام جهاز المسح هي حوالي 4 أسابيع و 6 أيام، أي ما يقرب من 5 أسابيع. لا يمكن تقديم العلاج حتى يتم الكشف عن الحمل عن طريق فحص المسح.

في بعض الحالات، قد لا يُكتشف الحمل عن طريق فحص المسح لأنه خارج الرحم. ويعرف هذا باسم "الحمل خارج الرحم". خارج الرحم يعني أنه "في غير محله".

يحدث الحمل خارج الرحم في حوالي 1 من كل 100 حالة حمل، لذلك فهو نادر جدًا. من المرجح أن يكون الحمل مبكرًا / صغيرًا جدًا بحيث لا يمكن الكشف عنه عن طريق فحص المسح. ومع ذلك، يجب عليك دائمًا زيارة قسم الحوادث والطوارئ إذا كنت تعتقدين أن لديك حملًا خارج الرحم.

## ما هي أعراض الحمل خارج الرحم؟

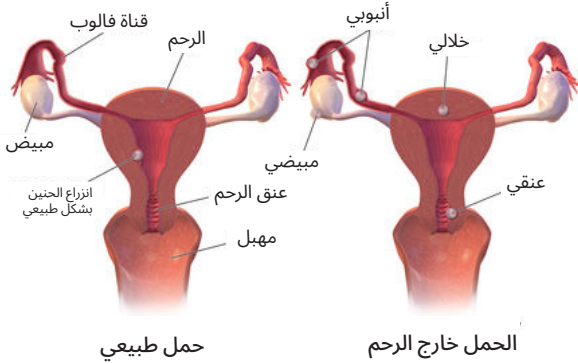
قد تظهر الأعراض في أي وقت بين 4 و 10 أسابيع من الحمل.

تشمل الأعراض واحدًا أو أكثر مما يلي:

- ألم في جانب واحد من أسفل البطن. قد يكون هذا ألمًا حادًا أو قد يتطور ببطء ويزداد سوءًا على مدار عدة أيام. ويمكن أن يصبح شديدًا.
  - غالبًا ما يحدث نزيف مهبطي ولكن ليس دائمًا. غالبًا ما يكون مختلفًا عن النزيف المرتبط بالدورة الشهرية. على سبيل المثال، قد يكون النزيف أكثر غزارة أو أخف من الدورة العادية. قد يبدو الدم أعمق. ولكن قد تعتقدين أن النزيف هو دورة متأخرة.
  - قد تحدث أعراض أخرى مثل الإسهال أو الإغماء أو الألم عند التبرز.
  - قد يكون هناك ألم في طرف الكتف. ويرجع ذلك إلى تسرب بعض الدم إلى البطن وتهيج الحجاب الحاجز (العضلة المستخدمة للتنفس).
  - ألم شديد أو "انهيار". تُعدُّ هذه حالة طارئة بسبب غزارة النزيف.
  - في بعض الأحيان قد لا توجد أعراض تحذيرية (مثل الألم)، وبالتالي فإن الانهيار، بسبب النزيف الداخلي الحاد المفاجئ، يكون أحيانًا أول علامة على الحمل خارج الرحم.
- إذا نُصِحَتِ بإجراء إعادة لفحص المسح ما بين 7-14 يومًا، ولكنك ظهرت عليك أي من هذه الأعراض خلال ذلك الوقت، **فيجب** عليك التوجه لقسم الحوادث والطوارئ.

## أين يحصل الحمل خارج الرحم؟

تحدث معظم حالات الحمل خارج الرحم عندما تلتصق البويضة المخصبة بالبطانة الداخلية لقناة فالوب (الحمل خارج الرحم البوقي). نادرًا ما يحدث الحمل خارج الرحم في أماكن أخرى مثل المبيض أو داخل البطن.





خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: 01 874 0097 (أيرلندا)

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 01 874 0097 (أيرلندا)

## الحلطات الدموية الوريدية (VTE) ما هو التخثر الوريدي؟

الخثار هو حلطة دموية في أحد الأوعية الدموية (وريد أو شريان). يحدث الخثار الوريدي في الوريد. الأوردة هي الأوعية الدموية التي تنقل الدم إلى القلب والرئتين بينما تأخذ الشرايين الدم منه. خثار الأوردة العميقة (DVT) هو حلطة دموية تتشكل في وريد عميق في الساق أو ريلة الساق أو الحوض.

### لماذا أنا في خطر؟

يزيد الحمل من خطر الإصابة بحلطات الأوردة العميقة. ومع ذلك، لا يزال الخثار الوريدي غير شائع في الحمل أو في الأسابيع الستة الأولى بعد الولادة، ويحدث فقط في 1-2 من كل 1000 امرأة. قد تحدث الإصابة بحلطات الأوردة العميقة DVT في أي وقت أثناء الحمل.

### لماذا تعتبر الإصابة بحلطات الأوردة العميقة خطيرة؟

يمكن أن يكون التحلط الوريدي خطيرًا لأن الحلطة الدموية قد تنفصل وتنتقل في مجرى الدم حتى تستقر في جزء آخر من الجسم مثل الرئة. وهذا ما يسمى بالانسداد الرئوي (PE) والذي يمكن أن يكون مهددًا للحياة.

### قد تكون أعراض الإصابة بحلطات الأوردة العميقة:

- تورم في الذراع أو الساق
- ألم أو إيلام في ريلة الساق
- زيادة الحرارة أو احمرار الذراع / الساق

**يجب عليك طلب المساعدة فورًا إذا شعرت بأيّ من هذه الأعراض. يقلل تشخيص وعلاج حلطات الأوردة العميقة خطر الإصابة بالانسداد الرئوي (PE). يمكن أن تشمل أعراض الانسداد الرئوي (PE) ما يلي:**

- الشعور بتوسعك شديد
- الانهيار فجأة
- صعوبة مفاجئة غير مبررة في التنفس
- ألم / ضيق في الصدر
- سعال الدم

## **ما الذي يزيد من مخاطر إصابتي بحلطات الأوردة العميقة / الانسداد الرئوي؟**

يزداد خطر إصابتك بحلطة دموية إذا:

- كنت فوق 35 سنة
- كانت هناك زيادة في الوزن مع زيادة في مؤشر كتلة الجسم (BMI) عن 30
- كنت مُدخّنة
- سبق وأن حملت ثلاث مرات أو أكثر
- كان لديك خثار وريدي سابقا / لديك تاريخ عائلي للتخثر الوريدي
- لديك حالة طبية مثل أمراض القلب أو أمراض الرئة أو التهاب المفاصل
- لديك دوالي شديدة مؤلمة أو فوق الركبة مع احمرار / تورم
- أُصِبت بالحفاف أو أصبحت أقل قدرة على الحركة أثناء الحمل بسبب القيء أثناء الحمل، على سبيل المثال
- عدم التحرك لفترات طويلة أو عند السفر لمدة 4 ساعات أو أكثر (عن طريق الحو أو السيارة أو القطار)

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

إذا تبين أنك تعاني من عامل خطر للتخثر الوريدي،  
فسنقدم لك حقنة لتميع الدم وحوارب ضاغطة إذا كان  
من المقرر إجراء عملية جراحية لك.



خط المساعدة للرعاية اللاحقة

هاتف: 0400 016 0333

هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

# معلومات خاصة بالإنتان (تسمم الدم) للعمليات ومقدمي الرعاية

## ما هو الإنتان؟

الإنتان هو حالة مهددة للحياة تنشأ نتيجة استجابة الجسم لعدوى تصيب أنسخته وأعضائه. تحدث العدوى بسبب الكائنات الحية الدقيقة أو "الحراثيم" (عادة البكتيريا) التي تغزو الجسم، وقد تقتصر على منطقة معينة من الجسم (مثل خراج الأسنان) أو يمكن أن تكون أكثر انتشارًا في مجرى الدم (غالبًا ما تسمى بـ"الإنتان" أو "تسمم الدم").

الإنتان هو حالة طبية طارئة مثل النوبات القلبية و/أو السكتات الدماغية. المرضى الذين يعانون من الإنتان أكثر عرضة للوفاة بما يصل إلى خمس مرات من المرضى الذين أصيبوا بنوبة قلبية أو سكتة دماغية. إذا اكتُشف مبكرًا فإن التوقعات المستقبلية جيدة للغاية العظمى من المرضى ولكن من الضروري عدم تأخير التماس العناية الطبية. يمكن أن يؤدي الإنتان إلى صدمة وفشل أعضاء متعددة والموت، خاصة إذا لم يتم الكشف عنه مبكرًا ومعالجته على الفور. يعد التشخيص والتعامل السريع مع المرضى الذين يعانون من الإنتان أمرًا حيويًا لنجاح العلاج.

## لماذا أنا في خطر؟

يحتمل أن يتعرض كل شخص لخطر الإصابة بالإنتان من العدوى البسيطة (مثل "الأنفلونزا" والتهابات المسالك البولية والتهابات المعدة والأمعاء والتهابات الجهاز التنفسي وما إلى ذلك) إذا لم تُكتشف وتُعالج في الوقت المناسب. إذا كانت لديك أي أعراض (انظري أدناه) قبل أو بعد العلاج، فيرحى إخبارنا على الفور.

## أعراض الإنتان

عادة ما تظهر أعراض الإنتان بسرعة، وقد تشمل:

- ارتعاش شديد وآلام في العضلات
  - تغير في الإفرازات المهبليّة و / أو نزيف مهبلي غير منتظم مع أو بدون آلام في أسفل البطن / الظهر
  - عدم خروج البول (خلال الـ 12-18 ساعة الماضية)
  - انخفاض ضغط الدم الذي قد يؤدي إلى الشعور بالدوار عند الوقوف
  - تغير في اليقظة العقلية مثل الارتباك أو تشتت التركيز والانتباه
  - حلد بارد ورطب و / أو مرقش / شاحب
- إذا كانت لديك أي من هذه العلامات / الأعراض في الأسابيع الستة الأولى بعد إنهاء الحمل، فيرجى الاتصال بخط المساعدة المتوافر على مدار 24 ساعة أو بطبيبك العام أو التوجه لخدمات الطوارئ.

## العلاج

- المضادات الحيوية لعلاج العدوى. قد يكون هذا في المنزل أو في المستشفى، اعتمادًا على شدة العدوى.
- التحكم في المصدر - وهذا يعني معالجة مصدر العدوى، مثل الخراج أو الحرح المصاب.
- السوائل - قد تكون ضرورية من خلال القسطرة الوريدية ("التنقيط الوريدي").
- الأكسجين - إذا تأثرت الأعضاء الحيوية بالإنتان (تسمم الدم)، مثل التنفس و / أو ضغط الدم، فقد يكون من الضروري دخولك إلى
- وحدة العناية المركزة (ICU) لدعم الأعضاء، مثل التهوية الاصطناعية للرئتين (جهاز التنفس) ودعم الكلى (جهاز الكلى) وما إلى ذلك في أثناء علاج العدوى.



## حقن مضاد D (للإجراءات بعد 10 أسابيع فقط)

يوجد عامل الدم الريسوسي (Rh) في فصيلة الدم لغالبية السكان. حوالي 85% من العامل الريسوسي (Rh) موجب والباقي سلبي.

إذا حملت المرأة ذات العامل الريسوسي السلبي وكان والد الطفل ذا عامل ريسوسي موجب، فهناك احتمال قوي أن يكون العامل الريسوسي موجباً لدى الحنين. (نحن غير قادرين على معرفة العامل الريسوسي (Rh) للحنين في هذه المرحلة).

إذا دخلت الخلايا الموحبة للعامل الريسوسي إلى مجرى دم الأم من الحنين، فإنها ستنتج خلايا خاصة تسمى بالأحسام المضادة (مضاد D) لمهاجمة وتدمير خلايا الدم الغريبة ذات العامل الريسوسي الموجب كما لو كان حسدها يقاوم عدوى.

بمجرد السماح لمثل هذه الأحسام المضادة بالتطور، فإنها ستبقى في دم الأم حتى عند الحمل في المستقبل وربما لمدى الحياة.

قد تدخل خلايا الدم ذات العامل الريسوسي الموجب دم المرأة بعدة طرق:

- أثناء الولادة الطبيعية للطفل
- بعد الإجهاض
- بسبب نقل الدم غير الصحيح

إذا أظهر فحص الدم أن العامل الريسوسي لديك سلبي وكان حملك 10 أسابيع أو أكثر، فسيتم إعطاؤك حقنة مضاد D بعد العملية. سيؤدي ذلك إلى تدمير أي خلايا دم من نوع ريسوس (Rh) الموجب في مجرى الدم. سيؤدي ذلك إلى منع تطور الأحسام المضادة لـ D الخاصة بك وتجنب المشاكل المتعلقة بذلك في أي حمل في المستقبل.

لا داعي للقلق بشكل مفرط بشأن كون العامل الريسوسي سالبًا. إذا كان لديك أطفال من قبل، فسيتم إعطاؤك مضاد D بعد الولادة. إذا

كان هذا هو حملك الأول، فلا داعي للقلق. يتم فحص جميع النساء ذوات العامل الريسوسي السلبي بانتظام في عيادات ما قبل الولادة بالمستشفى أثناء الحمل، كما يُفحص دم الطفل. إذا كان العامل الريسوسي لدى الطفل سالب، فلا داعي لحقنة مضاد D. هذا لا يعني أن أي حالات حمل في المستقبل ستكون بالضرورة ذات عامل ريسوسي موجب. هذا لا ينطبق إلا إذا كان شريكك ذو عامل ريسوسي موجب.

من المهم أن تُعطى حقنة مضاد D بعد إنهاء الحمل أو الإجهاض لأن فصيلة دم الطفل غير معروفة. يمكن إعطاء حقنة مضاد D بعد الحمل حسب فصيلة دم الحنين. تحقق دائمًا مع طبيبك.

|                                                                                     |                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|  | خط المساعدة للرعاية اللاحقة   |
|                                                                                     | هاتف: 0400 016 0333           |
|                                                                                     | هاتف: (01) 874 0097 (أيرلندا) |

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: (01) 874 0097 (أيرلندا)

## الأسئلة الشائعة

### ماذا لو غيرت رأيي؟

إذا كنتِ تشعرين بعدم اليقين بشأن قرارك، من فضلك لا تقلقي. يمكنكِ تغيير رأيك حتى الوقت الذي يبدأ فيه العلاج. إذا شعرت لأي سبب من الأسباب أنكِ بحاجة إلى مزيد من الوقت لتحديد قرارك، فيرحى إخبارنا بذلك. إذا كنتِ تشعرين أنكِ ستستفيدين من التحدث إلى مستشار مدرب، فيمكننا ترتيب ذلك لكِ.

### هل سيمنعني الإجهاض من الحمل في المستقبل؟

المفترض ألا يؤثر الإجهاض على قدرتك على الحمل. في الواقع، يمكن أن تعود خصوبتك إلى طبيعتها على الفور، لذلك من المهم حدًا أن تستخدمى وسائل منع الحمل لمنع الحمل مرة أخرى.

### كم تكلفة الإجهاض؟

إذا كنتِ تعيشين في إنجلترا أو ويلز أو أيرلندا الشمالية، فإن معظم عمليات الإجهاض يتم تمويلها بالكامل من قبل خدمات الصحة الوطنية NHS. يرحى الاتصال بنا لتزويدنا بموقعك وتفاصيل الطبيب العام لمعرفة ما إذا كنتِ مؤهلة للحصول على التمويل. إذا كنتِ تعيشين خارج إنجلترا وويلز، فينبغي عليك دفع تكاليف العلاج.

للحصول على أحدث الأسعار، يرحى الرجوع إلى موقعنا على الإنترنت .

[www.nupas.co.uk](http://www.nupas.co.uk)

## هل يمكنني اصطحاب شخص معي في ذلك اليوم؟

بالطبع، فقد تحدي أن الحصول على دعم من أحد أفراد أسرتك أو صديق مفيدًا خلال هذا اليوم. سيكون قادرا على مرافقتك في بعض أحزاء استشارتك، ولكن خلال الأحزاء الأخرى، ينبغي أن تكوني بمفردك. أثناء إجراء عملياتك، سيتم توجيهه إلى غرفة الانتظار حيث يمكنه مشاهدة التلفزيون. إذا كان عمرك أقل من 16 عامًا وترغبين في أن تتم مرافقتك طوال فترة العلاج، فيرحى إخبار أحد أعضاء فريقنا بذلك.

## بقايا الحمل

### ماذا يحدث لبقايا أنسجة الحنين بعد الإجهاض؟

قد لا تكون لديك رغبات محددة فيما يتعلق بالتخلص من بقايا الحنين. إذا كان الأمر كذلك، فسوف نتخلص منها بطريقة حساسة. عادة ما نقوم بجمع البقايا وتخزينها بصورة منفصلة عن المخلفات الطبية قبل إرسالها للحرق. يمكن الاطلاع على إرشادات هيئة الأنسجة البشرية على [http://www.hta.gov.uk/sites/default/files/Guidance\\_on\\_the\\_disposal\\_of\\_pregnancy\\_remains.pdf](http://www.hta.gov.uk/sites/default/files/Guidance_on_the_disposal_of_pregnancy_remains.pdf)

قد ترغبين في أخذ بقايا الحنين، اعتمادًا على نوع العلاج الذي تلقيته، واتخاذ الترتيبات الخاصة بك لها. قد يشمل ذلك ترتيب خدمة خاصة للدفن أو الحرق. إذا كنتِ ترغبين في أخذ البقايا، فسنضعها في حاوية غير شفافة (لا يمكن الرؤية من خلالها) ومحكمة ضد تسرب المياه. يمكننا بعد ذلك أن نوصلك بمدير الحنازات الذي يمكنه مناقشة رغباتك الشخصية.

## لدي أطفال صغار. هل يمكنني إحضارهم معي؟

للأسف، لا نسمح للأطفال بالتواجد في العيادات، لذلك يجب عليك ترتيب رعاية للأطفال في يوم موعدك. قد يعني عدم القيام بذلك أنه سيتعين عليك إعادة حجز موعدك أو علاجك.

## هل سيتم الحفاظ على سرية علاجي؟

لن نفصح عن بياناتك لأي شخص ما لم نحصل على إذن منك للقيام بذلك. سنحترم خصوصيتك وكرامتك في جميع الأوقات. جميع الاستشارات والعلاجات سرية تمامًا. ولكن إذا شعرنا أنك عرضة لسوء المعاملة أو الأذى، فنحن ملزمون بإبلاغ فريق الحماية المحلي. هذا لحمايةك.

## كيف يتم استخدام بياناتي؟

نحن ملزمون قانونًا بإرسال بيانات معينة إلى وزارة الصحة (كبير المسؤولين الطبيين) مثل العمر والمنطقة وعدد حالات الحمل وفترة الحمل. يُرسل نموذج HSA4 إلى وزارة الصحة وهو نموذج إشعار بالإحهاض. تُستخدم محتويات نموذج HSA4 القانوني لإبلاغ كبير المسؤولين الطبيين CMO بحالات الإحهاض وستُستخدم لأغراض إحصائية من قبل وزارة الصحة.

لن تُنشر أي من بياناتك الشخصية ولا يمكن التعرف عليك من البيانات المقدمة إلى وزارة الصحة.

## الملاحظات والشكاوى

إن رعايتك وراحتك أمران مهمان للغاية بالنسبة لنا ونعمل بحد لضمان تقديم كل مرحلة من مراحل رعايتك وفقاً لأعلى المعايير. نرحب بجميع التعليقات التي تُقدّم إلينا، وبالتالي، من خلال إكمال نموذج الملاحظات، الذي سيُعطى لك في نهاية علاجك، وبأفكارك حول خدمتنا، فسوف تساعدنا على مواصلة إجراء التحسينات.

نحن نتفهم أنه قد يكون هناك وقت ترغبين فيه في إرسال ملاحظات إلينا رسمياً أو تقديم شكوى. إذا كنتِ غير راضية عن أي جانب من جوانب خدمتنا وترغبين في تقديم شكوى، فيرجى:

- التحدث إلى أحد الموظفين أو مدير العيادة أو

إرسال بريد إلكتروني إلى: [enquiry@nupas.co.uk](mailto:enquiry@nupas.co.uk)

يعتمد الإطار الزمني للتحقيق والرد على الشكوى على طبيعتها وتعقيدها. عند استلام شكوى، سيتم الاتصال بك من قبل مدير التحقيق الذي سيتفق معك على إطار زمني. وذلك لضمان أن تكون الاستجابة في الوقت المناسب ومتناسبة مع القضايا المثارة، وبما يتماشى مع رغبات مقدمة الشكوى.

## جهات اتصال مفيدة

### عيادة الخدمة الاستشارية الوطنية للحمل غير المخطط له NUPAS

دعم الخيارات المتعلقة بالحمل ومنع الحمل والصحة الجنسية  
خط المساعدة: 0333 004 6666

الموقع الإلكتروني: [www.nupas.co.uk](http://www.nupas.co.uk)

### خيارات خدمة الصحة الوطنية NHS Choices

معلومات عن الصحة الجنسية وخدمات الصحة الجنسية المحلية.  
الموقع الإلكتروني: [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk)

### الجنس: يستحق الحديث عنه

معلومات الصحة الجنسية للشباب  
خط المساعدة: 0300 123 2930

الموقع الإلكتروني: [www.nhs.uk/worhtalkingabout](http://www.nhs.uk/worhtalkingabout)

### بروك BROOK

نصائح محانية وسرية حول الصحة الجنسية ووسائل منع الحمل  
للشباب الذين تقل أعمارهم عن 25 عامًا

الموقع الإلكتروني: [www.brook.org.uk](http://www.brook.org.uk)

### جمعية تنظيم الأسرة FAMILY PLANNING ASSOCIATION

معلومات وإرشادات عن الصحة الجنسية بشأن منع الحمل  
والأمراض المنقولة جنسيا وخيارات الحمل والإحاض والتخطيط  
للحمل الموقع الإلكتروني: [www.fpa.org.uk](http://www.fpa.org.uk)

### العنف المنزلي

مساعدة ودعم ضحايا جميع أنواع العنف المنزلي.  
خط المساعدة: 0808 168 9111

الموقع الإلكتروني: [www.victimsupport.org.uk/domestic/abuse](http://www.victimsupport.org.uk/domestic/abuse)







.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## تفاصيل الموعد

### الموعد الأول

اليوم: .....

التاريخ: .....

التوقيت: .....

### الموعد الثاني:

اليوم: .....

التاريخ: .....

التوقيت: .....

## ملخص علاج العميلة

| العلاج                                                               | التاريخ | التوقيت      | تعليق |
|----------------------------------------------------------------------|---------|--------------|-------|
| تناول أدوية المرحلة الأولى<br>(ميفبريستون)                           |         |              |       |
| تناول أدوية المرحلة الثانية<br>(4 أقراص ميزوبروستول)                 |         |              |       |
| بعد 4 ساعات، تناول<br>القرصين الإضافيين المتيقنين<br>من ميزوبروستول. |         |              |       |
| الأقراص التي أخذت لتسكين<br>الألام                                   |         | اسم الأقراص: |       |

هاتف: 0333 004 6666 هاتف: 874 0097 (01) (أيرلندا)

| نمط النزف                |  |  |                                           |
|--------------------------|--|--|-------------------------------------------|
| النتيجة:                 |  |  | نتيجة اختبار الحمل بعد 3 أسابيع من العلاج |
| أي مشاكل                 |  |  |                                           |
| سحل الاتصال بعيادة NUPAS |  |  |                                           |

