



## حقيقة أم اعتقاد معاً لتجنب مخاطر الإجهاض غير الآمن



تم طباعة هذه المطبوعة بدعم من  
البنك الدولي

تؤمن الجمعية بأن جميع الأشخاص بدون أي تمييز لهم الحق في التعلم  
والحصول على المعلومات، هذا يندرج تحت المادة الثامنة من الحقوق الجنسية  
التي تم إعلانها من قبل الاتحاد الدولي لتنظيم الأسرة بشأن الحقوق الجنسية  
والذي ينص على الحق في التعلم والمعلومات

### المكتب التنفيذي

القدس - وادي الجوز - المنطقة الصناعية - عمارة التنوير  
هاتف: ٠٢-٦٢٨٣٦٣٦ / ٠٢-٦٢٨٠٦٣٠، فاكس: ٠٢-٦٢٦١٦٧٥

للإستفسار عن ساعات الدوام ومواعيد الأطباء الرجاء الإتصال على ارقام  
الهواتف التالية:

### مركز تقديم الخدمة الخليل:

عين سارة - عمارة الأمل بالله - الطابق الثالث / ٠٢-٢٢٢٨٨٥٧

### مركز الخدمات الصديقة للشباب :

عين سارة - عمارة الأمل بالله - الطابق الرابع / ٠٢-٢٢١٩١٨٧

### مركز تقديم الخدمات غزة

مركز الخدمات الصديقة للشباب - حي الرمال - شارع النصر  
فوق مطبخ بيروت - الطابق الأول / ٠٨-٢٨٤٨٦٦٧

### مركز تقديم الخدمات بيت لحم

باب الزقاق - بجانب مستشفى الحسين الطابق الأول / ٠٢-٢٧٧٠٤٣٨

### مركز تقديم الخدمة حلحول

مبنى سيدات حلحول - الطابق الأول / ٠٢-٢٢١٧٢٨٤

### مركز تقديم الخدمة رام الله

شارع الإرسال - فوق مخبز الأمين - الطابق الأول / ٠٢-٩٨٠٣٢٠

### مركز تقديم الخدمة ابو ديس

البلد القديمة - باطن الزيت / ٠٢-٢٧٩٢٢٦٠

حقوق الطبع محفوظة

الصفحة الإلكترونية: [www.pfppa.org](http://www.pfppa.org), البريد الإلكتروني: [info@pfppa.org](mailto:info@pfppa.org)

انضموا إلى صفحة PFPPA على الفيس بوك

## نصيحة

على السيدة المجهضة عدم محاولة الحمل ثانية لمدة لا  
تقل عن ستة اشهر بعد الاجهاض ويجب استعمال وسائل  
تنظيم الادسة المناسبة حسب رؤية الطبيب/ة المختص  
والاهتمام في هذه الفترة بالتغذية السليمة والنظافة  
الشخصية ، وفي حالة حدوث الاجهاض اكثر من مرتين  
متتاليتين يجب التوجه للطبيب قبل الحمل الثالث .





## ■ الحقيقة

الوصفات الشعبية والممارسات مثل القفز، حمل أثقال، جعل الأطفال يقفزون على البطن في النهاية يؤدي إلى إجهاض، وقد تؤدي هذه الممارسات إلى إجهاض ولكن مضاعفاتها خطيرة ممكن أن تؤدي إلى نزيف حاد، خطورة على حياة الأم، ضعف الخصوبة وإلتهابات خطيرة إذا تبقى أجزاء من الحمل.

## ■ المعتقد الخاطيء

التأثيرات السلبية للإجهاض تقتصر على الناحية الصحية فقط.

## ■ الحقيقة

هذا ليس صحيحاً حيث من الممكن مصاحبة هذه التأثيرات اعراض اخرى مثل الاكتئاب والشعور بالذنب وتآبيب الضمير واضطرابات في الشهية (شراهة او فقدان للشهية). وقد يؤدي هذا الى مشاكل زوجية وخصوصاً عند عدم علم الزوج بالإجهاض.

## ■ المعتقد الخاطيء

الإجهاض لا يؤثر سلباً على الحياة اليومية للمجهضة!!!

## ■ الحقيقة

يجب على السيدة المجهضة الراحة التامة حتى تسترجع صحتها وقواها ، والاهتمام بالتغذية السليمة لتعويض ما فقدته من دم ، والاهتمام بالنظافة العامة لان احتمالية حدوث الالتهابات والامراض عالية جدا.

## ■ المعتقد الخاطيء

لا يحدث الحمل الا بعد 40 يوم من الإجهاض، وعليه يمكن إستخدام وسيلة تنظيم الأسرة قبل ذلك !!!

## ■ الحقيقة

ان التبويض قد يحدث بعد اسبوعين من الإجهاض اي ان الحمل قد يحدث خلال شهر من الإجهاض فيجب اخذ الاحتياطات اللازمة لعدم حدوث الحمل مباشرة باستعمال وسائل تنظيم الاسرة المناسبة .

## ■ المعتقد الخاطيء

السيدة التي تتعرض للإجهاض يجب ان تحمل مباشرة !!! وهذا بنفس المثل الشائع الخاطيء( ( لا تقول لابوه .... ايده بأيد اخوه))

## ■ الحقيقة

يجب على السيدة المجهضة عدم الحمل مرة اخرى الا بعد 6 اشهر على الاقل ، حيث تستعيد وضعها الطبيعي (راحة الرحم ، عمل المبايض، لرفع المناعة )

## ■ المعتقد الخاطيء

بعد الإجهاض ظهور علامات مثل ارتفاع درجة الحرارة، الألم وإستمرار نزول الدم لفترة طويلة علامات عادية ولا تستوجب القلق فقط تحتاج السيدة إلى الراحة.

## ■ الحقيقة

ظهور هذه العلامات بعد الإجهاض قد تكون ناتجة عن التهابات خطيرة في الجهاز التناسلي بسبب الإجهاض. وكذلك نزول الدم قد يكون نتيجة لفرق الدم فيجب التوجه الى الطبيب فوراً .

## ■ المعتقد الخاطيء

عند حدوث حمل غير مخطط له فإن إتباع بعض الوصفات والممارسات التي تستطيع السيدة إجهاض نفسها بدون مخاطر.

جمعية تنظيم وحماية الاسرة الفلسطينية والتي تعمل منذ عام 1964 في الضفة الغربية وقطاع غزة في مجال الصحة الجنسية والإنجابية قد أولت اهتمام كبير بصحة الأم ودمجتها ضمن محاور عملها الأساسية، كما تسعى إلى تقديم الخدمات ذات الجودة العالية إلى جميع الفئات العمرية دون تمييز.

ومن أهم المحاور التي تعمل عليها محور محاربة الإجهاض غير الآمن وخفض مضاعفاته، ومن أجل إيصال المعلومة الصحيحة والدقيقة لمن هم بحاجة لها والعمل على تلبية الاحتياجات غير الملباة لديهم، عملت الجمعية ومن خلال مشروع "تمكين حقوق المرأة للوصول إلى الخدمات والمعلومات المتعلقة بالإجهاض الآمن" والممول من البنك الدولي تليخيص لأهم المعتقدات الخاطئة التي تؤدي إلى المشكلة وتصحيحها للقارئ من أجل رفع مستوى المعرفة لديهم.

## ■ التعريف العلمي للإجهاض

هو فقدان الحمل ونزول الجنين خلال 26 اسبوع من بداية الحمل او بوزن اقل من 500 غم .

## ■ المعتقد الخاطيء

الإجهاض هو فعل متعمد تقوم به السيدة للتخلص من الجنين.

## ■ الحقيقة

قد يكون تلقائياً حيث إن ما يزيد عن 78% من حالات الإجهاض التلقائي تحدث قبل علم السيدة بوجود حمل. وقد يكون متعمد وهذا إن تم في بيئة غير آمنة طبيياً يؤدي إلى مضاعفات قد تؤدي بحياة السيدة.

## ■ المعتقد الخاطيء

تزيد نسبة الإجهاض عند تقدم السيدة في العمر، وتقل في العمر المبكر للسيدة.

## ■ الحقيقة

ان نسبة الإجهاض تزيد في عمر مبكر اي اقل من 18 سنة وكذلك في عمر متأخر أي ما بعد 40 عاماً أيضاً.

## ■ المعتقد الخاطيء

الفترات المتقاربة من الحمل تقلل من متاعب الحمل والام الولادة !!!

## ■ الحقيقة

قد يؤدي تقارب الحمل إلى إنهاك الرحم واتساع عنقه وهذا يؤدي إلى الإجهاض المتكرر وما يصاحبه من اخطار صحية على الام .