

استخدام أقراص منع الحمل

<"xml encoding="UTF-8?">



لا يكفي العمر لتحديد النوع الأمثل لموانع الحمل التي يمكن استعمالها. ويجب مراجعة طبيبة أو طبيب نساء وولادة للكشف أو الفحص السريري.

أولا فمن الضروري معرفة: الوزن ، الطول ، التدخين ، التاريخ المرضي العائلي من السكر ، ارتفاع ضغط ، أمراض قلبية وعائية ، احتشاء قلب ، فالج الخ . التاريخ المرضي الشخصي عندك: هل هناك سكر ، ارتفاع ضغط ، التهاب كبد وبائي سابق ، قصور وظائف الكبد ، قصور وظائف كلية ، التهاب أوردة ، دوالي ، وجود عمليات أجريت سابقا ، هل تتناولين أدوية لأي سبب ما. هل تعانيين من البدانة ، حب الشباب ، الشعرانية ، هل دورتك منتظمة ام غير منتظمة؟ هل توجد نزوف رحمية ، تطاول في مدة الدورة أم زيادة دم الطمث أو قلة دم الطمث أو عسرة طمث . آلام في الثديين ، إفرازات مهبلية الخ...

بعد معرفة كل هذا إن وجد يجب إجراء الفحص السريري ، بالفحص العام ثم إجراء الأشعة ما فوق الصوتية لتقييم وضع الأعضاء التناسلية الداخلية من رحم ومبيضين وأنايب الخ .. ثم إجراء الفحوص العامة الدموية والهرمونات إذا لزم الأمر.

أذن الموضوع يختلف من فتاة لأخرى حسب ما يفرضه وضعها الصحي .. فموانع الحمل المثالي قد لا يكون مثاليا لك دون مراجعة الطبيب ..

إذا أثبت بالفحص الطبي صلاحية حبوب منع الحمل لك .. ففي هذه الحالة فإنها من أضمن موانع الحمل إذا انتظمت بأخذها وهذا شرط هام جدا. وعلميا لم يثبت وجود أضرار لها حتى في بداية الزواج خاصة الأنواع الحديثة والخفيفة منها. قد يتأخر حدوث التبويض بعد إيقاف الحبوب لكن سرعان ما تعود المبايض إلى عملها حسب الدراسات العلمية.

يفضل أن تبدئي بها قبل الزواج بشهر حتى تنتظمي في أخذها قبل حدوث التغيير الجذري في حياتك سواء النفسية والاجتماعية الخ.. والتعود عليها. حيث تبدئي بها من اليوم الأول من بدأ الدورة وتستمري فيها حتى

نهاية الشريط المكون من ٢١ حبة بتناول حبة واحدة يوميا في نفس الوقت تقريبا من كل يوم. ثم يتلو ذلك استراحة أسبوع بعد نهاية الشريط خلاله تنزل الدورة ويستغرق ذلك ما بين يومين إلى خمسة أيام وفي اليوم الثامن من أيام الاستراحة تبدئي من جديد بالشريط التالي وهكذا ..

أي تأخذي حبة واحدة يوميا مدة ٢١ يوم ينتهي الشريط . راحة ٧ أيام .

نبدأ شريط جديد حبة واحدة يوميا مدة ٢١ يوم وهكذا .

ويمكن تناول حبوب منع الحمل ما بين ٦-١٢ شهر وتقييم وضعك الصحي نتيجة تعاطي الحبوب وبالتالي متابعتها أو التوقف عنها ، من خلال الفحص الدوري العادي السنوي عند طبيبتك النسائية.

أما إذا نسيت حبة واحدة فيمكنك أخذها مباشرة عند تذكرها ومتابعة أخذ ما يليها في وقتها المعتاد. أي يوميا حبة واحدة في نفس الوقت الذي تعودت عليه. أما إذا نسيت أكثر من حبة فيجب مراجعة الطبيب لمحاولة تدارك الأمر.

أخذ حبوب منع الحمل للحج أو العمرة أو في رمضان وما تسببه من آلام أثناء الدورة وزيادة كميتها ومدتها يحدث بسبب تأخير للدورة الشهرية وبالتالي يزداد نمو غشاء باطن الرحم وبالتالي فعند إيقاف الحبوب: تزداد كمية دم الدورة وتتطاوّل مدتها ، وتحدث تقلصات رحمية (آلام الطمث) حتى يتخلص الرحم مما فيه من بقايا نسيجية ودم قد يكون متجلطا وهذا طبيعي. وعند تأخير الدورة يجب الإشارة إلى ذلك كله ، ولا علاقة له بحبوب منع الحمل كمانع حمل ، بل بالعكس في هذه الحالة أي منع الحمل تنتظم الدورة ويقل ألمها.

طبعاً أخذ حبوب منع الحمل للحج أو العمرة أو في رمضان بعد استشارة الطبيب ممكنة لكن يجب أخذ إمكانية حدوث ما سبق ذكره بعين الاعتبار .. واحتمال حتى الحاجة للعلاج لتنظيم الدورة من جديد.