

بينما أنتِ في العيادة  
الصفحة 2

بعد أن تغادري العيادة  
الصفحة 6

المخاطر  
الصفحة 12

وسائل منع الحمل  
والرعاية اللاحقة  
الصفحة 16

# خدمات سريرية

جراحي



أشياء يجب معرفتها:

### موافقة

- من المهم أن تفهمي العملية وأي مخاطر قد تنشأ، وأن تكوني متأكدة من اختيارك.
- يتم وصف مخاطر الإجهاض الجراحي في القسم الخاص بالمخاطر الجراحية.
- سنطلب منك إعطاء موافقتك الخطية على العملية.

❗ إذا كنت لا تفهمين أي شيء في هذا الكتيب، أو إذا كان لديك أي أسئلة، أو إذا كنت تشعرين بأثك تتعرضين لضغوط أو إكراه، فالرجاء أن تخبرينا بذلك.

### خدمات المترجم الشفهي

الرجاء أن تخبرينا إذا كنت بحاجة إلى مترجم شفهي على الهاتف لمساعدتك في فهم أي من هذه المعلومات. إذا كنت بحاجة إلى مترجم قبل العملية أو بعدها، يمكنك الاتصال بـ: **TIS National** (خدمة الترجمة الكتابية والشفهية الوطنية) على الرقم **131 450** واطلبي أن يتم إيصالك بـ **Marie Stopes Australia** على الرقم **1300 003 707**.

### إفادة بإمكانية الوصول

تتوفر نسخة نصية لهذه الوثيقة يمكن الوصول إليها عبر الإنترنت على [mariestopes.org.au/accessible](http://mariestopes.org.au/accessible)

يحتوي هذا الكتيب على معلومات حول الإجهاض الجراحي الخاص بك. أقرئي هذه المعلومات بعناية واحتفظي بها للنظر إليها لاحقاً. اطرحي علينا أسئلة إذا كان لديك أي منها بعد قراءتها.

بينما أنتِ في العيادة  
الصفحة 2

بعد أن تغادري العيادة  
الصفحة 6

المخاطر  
الصفحة 12

وسائل منع الحمل  
والرعاية اللاحقة  
الصفحة 16



# ما هو الإجهاض الجراحي؟

الإجهاض الجراحي (المعروف أيضاً باسم الإنهاء الجراحي للحمل) هو عملية جراحية يومية بسيطة وآمنة تُستخدم لإنهاء الحمل. إنها واحدة من العمليات الجراحية الأكثر شيوعاً في أستراليا.

# بينما أنتِ في العيادة





## توقعي أن تقضي 4 ساعات على الأقل في العيادة. قد تبقيين لوقت أطول وذلك حسب عدد أسابيع حملكِ.

ستحصلين على استشارة مع كل من الممرضة والطبيب

سوف تتحدث الممرضة معكِ لوحدهكِ أولاً. سيتم سؤالكِ عن قراركِ وما إذا كنتِ متأكّدة. يُسمح بعد ذلك لشخص داعم خاص بكِ بالانضمام إليك في الاستشارة.

- سنسأل عن تاريخكِ الطبي وأي حملٍ سابق وأي عمليات أُجريت لكِ.
- سنشرح العملية وخيارات التخدير وكذلك أي خطر.
- يمكنكِ طرح أي أسئلة قد تكون لديكِ.

ستخضعين لفحص الموجات فوق الصوتية للتحقق من عدد أسابيع حملكِ

- لن نجعلكِ تشاهدين صورة الموجات فوق الصوتية إلا إذا طلبتِ رؤيتها.

سنناقش خياراتكِ المتعلقة بمنع الحمل وفحص الصحة الجنسية

- يمكن أن تحدث هذه في نفس وقت عملياتكِ.

### ماذا يحدث أثناء العملية ؟

بناءً على عدد أسابيع الحمل، قد تحتاجين إلى القيام بخطوات إضافية قبل العملية. سنقدم لك المزيد من المعلومات إذا لزم الأمر.

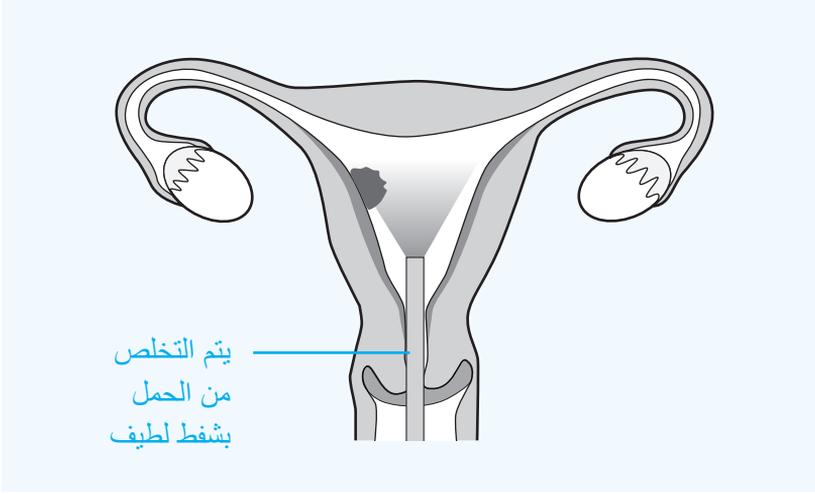
- ستغيرين ثيابك إلى ثوب العمليات قبل الدخول إلى غرفة العمليات.
- لن يتمكن الشخص الداعم لك من البقاء معك خلال العملية. قد يُفضّل لهم مغادرة العيادة والعودة لاحقاً.
- سنعطيك مخدراً تخاريه قبل بدء العملية.

❗ إذا كنتِ تخضعين لتخدير داخل الوريد، من المهم أن تقرأ المعلومات الموجودة في حزمة معلومات التخدير داخل الوريد.

- سيقوم الطبيب بعد ذلك بالتخلص من الحمل من الرحم باستخدام إحدى الطرق المذكورة.
- لا تستغرق العملية عادة أكثر من 15 دقيقة.

### الحمل المبكر

- إذا كان الحمل مبكراً، يتم تمرير أنبوب ناعم رفيع عبر عنق الرحم (فتحة الرحم) ومنه إلى داخل الرحم (الرحم).
- يتم التخلص من الحمل باستخدام شفط لطيف.



### حمل متقدّم

- بالنسبة لحمل متقدّم، يتم توسيع فتحة عنق الرحم برفق باستخدام قضبان تسمى الموسّعات. ثم يتم التخلص من الحمل باستخدام شفط لطيف أو ملقط (أدوات جراحية).

في نهاية العملية، سيقوم الطبيب بالفحص للتأكد من اكتمال العملية.

ⓘ يتم إدخال أدوية مسكّنة للألم والمضادات الحيوية في الممر الخلفي (من خلال فتحة الشرج) في نهاية العملية.

### ماذا يحدث بعد العملية؟



- سوف تقضين وقتاً قصيراً من الراحة.
- تقوم ممرضاتنا المسؤولات عن التعافي بفحصك بانتظام والتحقق من أي ألم غير عادي أو نزيف.
- بمجرد أن تتعافي وتشعري بالراحة الكافية، سنخرجكِ لتتلقِي رعاية شخص داعم لكِ (عادةً خلال 1 ساعة من العملية).

**تذكري:** إذا كنتِ قد خضعتِ للتخدير الوريدي، فلا يمكنكِ القيادة لمدة 24 ساعة. يجب عليكِ أيضاً تجنُّب الكحول، وتجنُّب تشغيل آلات وتوقيع وثائق قانونية خلال هذا الوقت.

لمزيد من المعلومات، الرجاء قراءة حزمة معلومات التخدير

### ماذا يعني إذا كان لديكِ ريصاً سلبياً (Rhesus Negative)

إذا كنتِ لا تعرفين فصيلة دمكِ، سنفحصها أثناء استشارتكِ. فإذا كانت فصيلة دمكِ من نوع Rh سلبى فستحصلين على حقنة Anti-D (مضاد D).



### Anti-D

يمنع تحسُّس Rh ويمنع حدوث مشاكل في حمل مستقبلي. سنقدم لكِ المعلومات إذا كان لديكِ Rh سلبى.

### فحص الصحة الجنسية

إلا إذا طلبتِ عدم القيام بذلك، سنقوم بالكشف عن الأمراض المنقولة جنسياً في وقت إجراء العملية. يمكنكِ أيضاً اختيار أن تخضعي لفحص عنق الرحم (المعروف سابقاً باسم مسحة عنق الرحم) في نفس الوقت.

- لا توجد تكلفة إضافية لهذه الفحوصات.
- سوف نتصل بكِ فقط في حال كانت نتائج الفحص إيجابية أو غير طبيعية.
- يمكنكِ طلب نسخة عن نتائجكِ للذهاب إلى GP (طبيبكِ).

# بعد أن تغادري العيادة





## إنَّ شفائكِ هو مهم. تأكدي من أن تعني بنفسك.

عندما تذهبين إلى المنزل، يجب عليكِ الاسترخاء لبقية اليوم. بمجرد أن تشعرين بالراحة الكافية، يمكنكِ العودة إلى أنشطتكِ العادية واستئناف التمرين.

### العودة إلى العمل

كثير من الأشخاص يعودون إلى العمل بعد يوم واحد من الإجهاض المبكر، ولكن إذا كان لديكِ وظيفة تتطلب جهداً بدنياً فقد ترغبين في قضاء بضعة أيام في إجازة.

إذا خضعتِ للتخدير الوريدي، الرجاء ارجعي إلى **حزمة معلومات التخدير** الوريدي للحصول على مزيد من المعلومات حول ما قد يؤثر على عودتكِ إلى العمل.

إذا احتجتِ أنتِ و/ أو شخص داعم لكِ إلى شهادة طبية، تذكري أن تسألينا في يوم إجراء العملية.



### احتمال الإصابة بالتهاب

لتقليل فرص الإصابة بالتهاب، لا تدخلِي أي شيء في المهبل لمدة أسبوع. ويشمل ذلك السدادات القطنية أو أكواب الحيض / القمر أو الأصابع أو الجماع المهبلي.

إذا كنتِ تنوين استخدام الحلقة المهبلية أو الحجاب الحاجز لمنع الحمل، فالرجاء ناقشي ذلك مع الطبيب في موعدك.



### ما يمكن توقعه بعد العملية

فيما يلي بعض الأشياء التي قد تشعرين بها بعد العملية، أو قد لا تشعرين بأي منها. فإذا كنت قلقة بشأن أي شيء تشعرين به، فالرجاء أن تتصلي بخط الرعاية اللاحقة المجاني على مدار الساعة طوال أيام الأسبوع على الرقم 1300 888 022

### نزيف

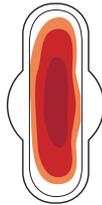
قد يكون النزيف مختلفاً لكل شخص وقد يستمر لمدة تصل إلى أسبوعين. ويمكن أن يتغير خلال هذا الوقت.

- النزيف ليس قوياً عادةً.
- قد تخرجين بعض الجلطات الدموية الصغيرة.
- قد لا يعاني بعض الأشخاص من نزيف بعد العملية - قد يكون هذا طبيعياً أيضاً.

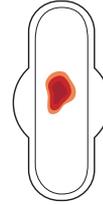
### ! اتصلي بنا إذا واجهتي أيًا مما يلي:

- خروج جلطات أكبر من كرات الغولف
- نزيف أقوى من الدورة الشهرية لأكثر من بضعة أيام.
- حفاضة كبيرة مشبعة كل 30 دقيقة لمدة 2 ساعة

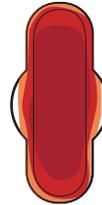
**كمية متوسطة**  
بقعة أقل من 15 سم  
على حفاضة كبيرة  
خلال 1 ساعة



**كمية صغيرة**  
بقعة صغيرة على حفاضة  
كبيرة خلال 1 ساعة



**كمية كبيرة**  
حفاضة كبيرة مشبعة  
في غضون 1 ساعة



**كمية قليلة**  
بقعة أقل من 10 سم  
على حفاضة كبيرة  
خلال 1 ساعة



**ألم في البطن**

بعض الألم في أسفل البطن أمر طبيعي بعد العملية. يجب ألا يكون الألم والتشنج قوياً ويجب أن يتحسن في غضون بضعة أيام.

- إذا كنتِ تعانين من ألم في أسفل البطن، فهناك بعض النصائح في قسم إدارة الألم.



**! اتصلي بنا: إذا كان الألم قوياً أو إذا لم يتوقف أو يتغير أو إذا كنتِ تشعرين بالقلق.**

**غثيان**

إذا كنتِ تعانين من الغثيان (شعور بالمرض) قبل إجراء العملية، فقد يتحسن ذلك خلال 24 ساعة بعد العملية.

**! اتصلي بنا: إذا استمر الغثيان لأكثر من أسبوع بعد العملية**

**شعور بالانزعاج في الثدي**

قد يستمر الشعور بامتلاء الثدي أو الألم لمدة أسبوع إلى أسبوعين. بالنسبة لبعض الأشخاص، خاصة أولئك اللواتي تعدّين 12 أسبوعاً من الحمل، قد يصبح الثدي أكثر امتلاءً أو يتسرب منها قليلاً من السوائل لبضعة أيام.

من أجل الراحة:

- حاولي ارتداء حمالة صدرية داعمة
- تناولي دواء كالباراسيتامول (مثل البانادول) أو الإيبوبروفين (مثل نيوروفن)
- لا تضغطي أو تدلكي الثدي.

**! اتصلي بنا: إذا كان ثدياك لا يزالان يؤلمانك بعد 2 أسبوع**



**الحيض**

يجب أن تحبضي حبضك الأول من 4 إلى 6 أسابيع بعد العملية. بعض وسائل منع الحمل قد تؤثر على هذا.



**! اتصلي بنا: إذا لم تحبضي في هذا الوقت**

**آثار عاطفية**

كل امرأة لديها مشاعر مختلفة حول عملياتها. لا توجد طريقة صحيحة أو خاطئة للشعور بعد إجهاضك. إذا كنت ترغبين في أي وقت في التحدث إلى شخص ما، فإننا نقدم خدمات استشارة مجانية.



**! اتصلي بنا على الرقم 1300 003 707 لحجز موعد.**

**إدارة الألم**

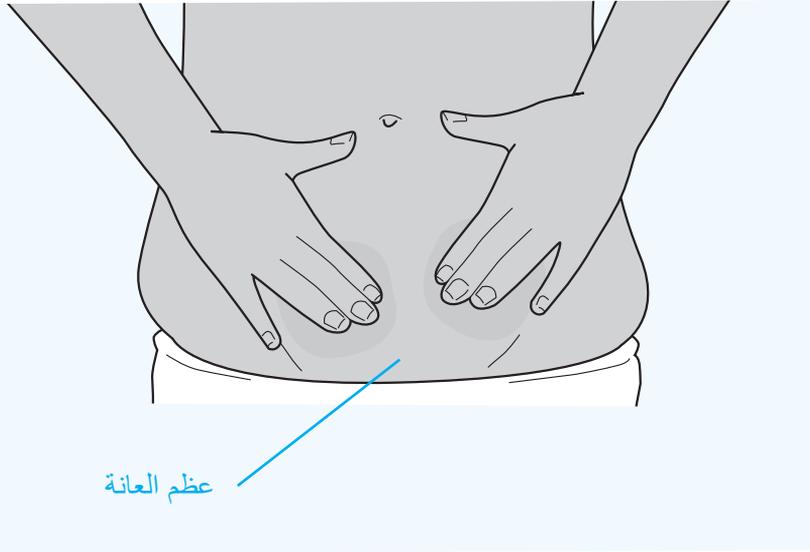
إذا كنتِ تشعرين بألم عند العودة إلى المنزل، يمكنكِ استخدام هذه التقنيات لإدارة الألم.

**تدليك الرحم**

إن التدليك المتكرر والثابت لمنطقة أسفل البطن سيساعد عضلات رحمك، ويمكن أن يقلل من النزيف والتشنج. يمكن أن يساعد أيضا في منع تجلط الدم.

- استلقي على ظهرك، واجلسي على المراض أو في وضع مريح.
- تحسّسي الجزء العلوي من عظمة العانة، واضغطي بثبات وقومي بالتدليك في اتجاه هبوطي بيدك.

- يمكنك استخدام أطراف أصابعك أو مفاصلك أو كعب يديك.
- قومي بهذا التدليك كل ساعة لمدة 3 دقائق في اليوم، في يوم إجهاضك.
- ثم 5 مرات في اليوم، أو حتى توقّف التشنّج / النزيف.
- إذا كنت تشعرين بعدم الراحة أثناء التدليك، فلا تتوقفي عن التدليك بل تناولي دواء مسكّن للألم.
- ستقوم إحدى ممرضاتنا بشرح الطريقة المناسبة لك قبل مغادرتك المركز.



**! تذكري:** إذا تم إدخال وسيلة منع الحمل داخل رحمك (IUD أو IUS) مع عمليتك، فلا تحاولي تدليك الرحم.

## العلاج الحراري

يمكنك وضع كيس ماء ساخن مطاطي أو كيس قمح أو حزمة حرارية حيث يوجد ألم.

- لا تضعي الحرارة مباشرة على بشرتك.
- اتبعي دائماً تعليمات المنتج.



## أدوية

- يمكنك تناول مسكّن للألم، كالباراسيتامول (مثل Panadol (البانادول)) أو الإيبوبروفين (على سبيل المثال Nurofen (نيوروفن)).
- اتبعي الإرشادات الموجودة على العبوة ولا تأخذي أكثر مما نصت عليه التعليمات.



## علامات الالتهاب المحتملة

هذه الأعراض ليست شائعة وقد تعني أن لديك التهاباً.

حمّى

شعور بتعب وإنهاك

شعور عام بتوسعك أو بأعراض تشبه الانفلونزا

ألم مستمر في البطن (أسفل البطن)

إفرازات مهبلية غير عادية



! اتصل بنا: إذا واجهت أيّاً من هذه الأعراض

# خطر جراحي





## الإجهاض الجراحي هو إجراء آمن للغاية. ومع ذلك، فإن جميع العمليات الجراحية لديها بعض المخاطر.

لا تشمل المخاطر المذكورة أدناه جميع المضاعفات المحتملة، ولكنها المضاعفات الأكثر شيوعاً أو أهميةً.

❗ إذا كنتِ تخضعين لعملية جراحية تحت تخدير وردي، فتأكدي من قراءة حزمة معلومات التخدير الخاصة بنا.

❗ لمزيد من المعلومات حول المخاطر، الرجاء أن تقومي برؤية موقعنا على الإنترنت لمعرفة معدلات المضاعفات الأخيرة من عياداتنا.

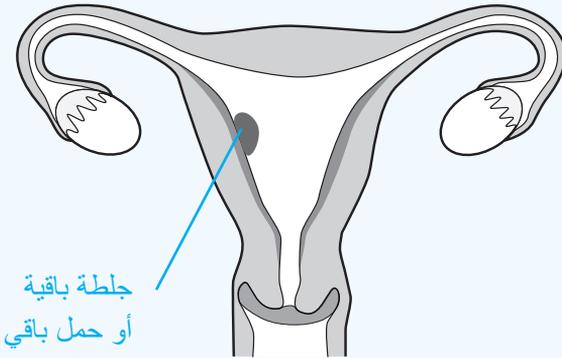
### نسيج أو جلطة حملية باقية

ما هو: قد تبقى كمية صغيرة من النسيج في الرحم، أو قد يتجمّع الدم ويشكّل جلطة. يمكن لهذا أن يسبّب نزيف مفرط و / أو ألم.

الإجراء / العلاج: قد يحتاج إلى علاج أو تكرار العملية. لن تضطري لدفع ثمن هذا إذا عولجت في إحدى عياداتنا.



حوالي 1-2  
في الـ 100



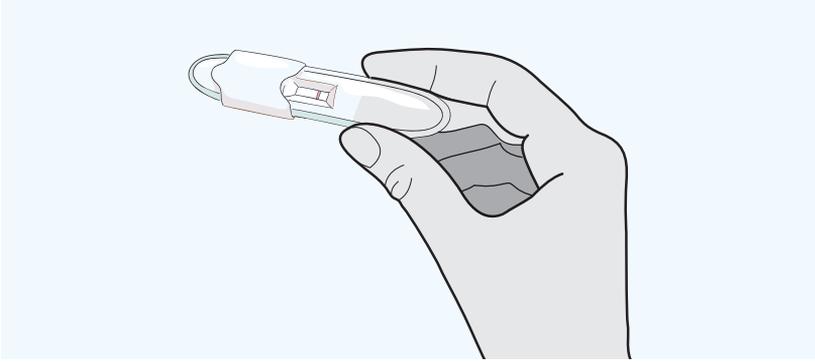
### استمرار الحمل

ما هو: الحمل يبقى وقد يستمر في النمو. هذا هو الأرجح في العمليات التي تتم في وقت مبكر جدا من الحمل.

الإجراء / العلاج: قد يحتاج إلى علاج أو تكرار العملية. لن تضطري لدفع ثمن هذا إذا عولجت في إحدى عياداتنا.



حوالي 1 من  
500 عملية



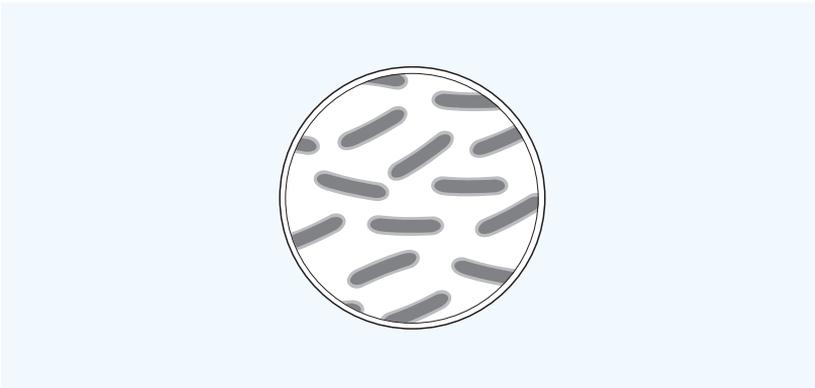
### التهاب

ما هو: عندما تدخل بكتيريا أو فيروس إلى الجسم ويمكن أن تسبب مرضاً. هذا الأمر غير شائع والالتهاب الخطير الناجم عن الإجهاض هو نادر.

الإجراء / العلاج: سيتم فحصك للكشف عن الالتهابات وسنعطيك مضادات حيوية لتقليل خطر الالتهاب.

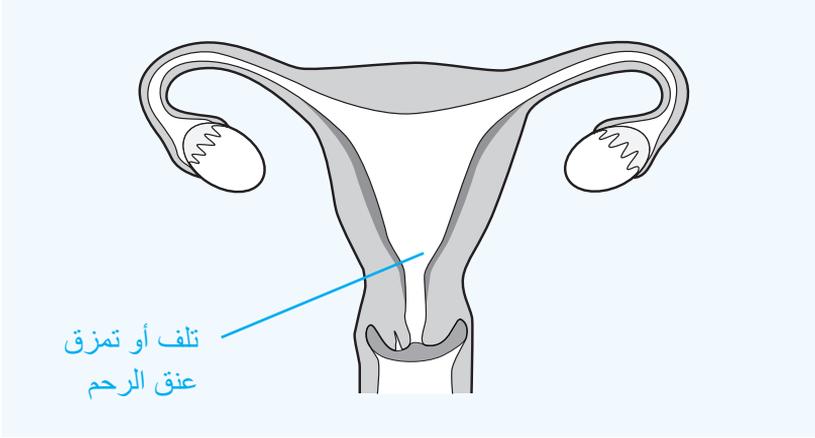


لأننا نقوم بفحص  
للكشف عن الالتهابات  
ونعطي مضادات  
للالتهابات فإنّ الخطر  
هو 1 من 100.



## أدى عنق الرحم

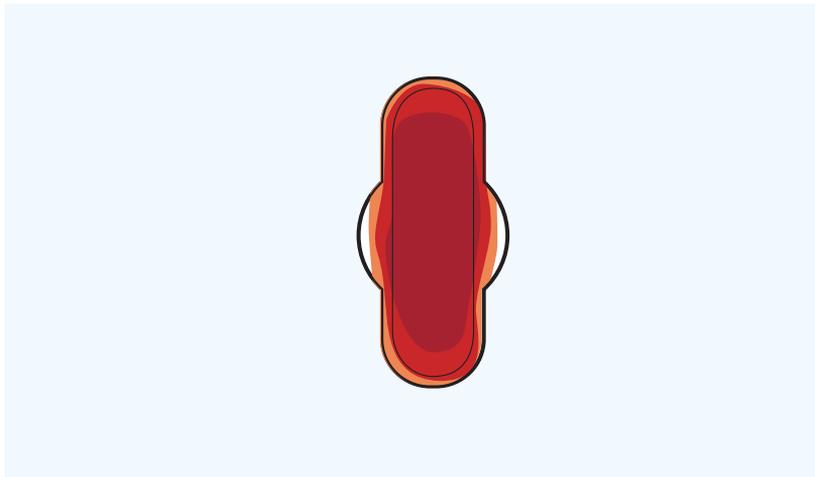
ما هو: تلف أو تمزق عنق الرحم (الجزء السفلي من الرحم).  
الإجراء / العلاج: قد يتم إعطاء دواء قبل العملية لتقليل هذا الخطر.



حوالي 1 من كل  
100 عملية؛  
يكون الخطر فيه أكبر  
في حمل متقدم.

## نزيف

ما هو: النزيف المفرط.  
الإجراء / العلاج: قد تحتاجين إلى جراحة أخرى أو سوائل في الوريد أو نقل دم.



أقل من 1 في  
1000 حالة؛  
يكون الخطر فيه أكبر  
في حمل متقدم.



1 من كل

1000 عملية؛

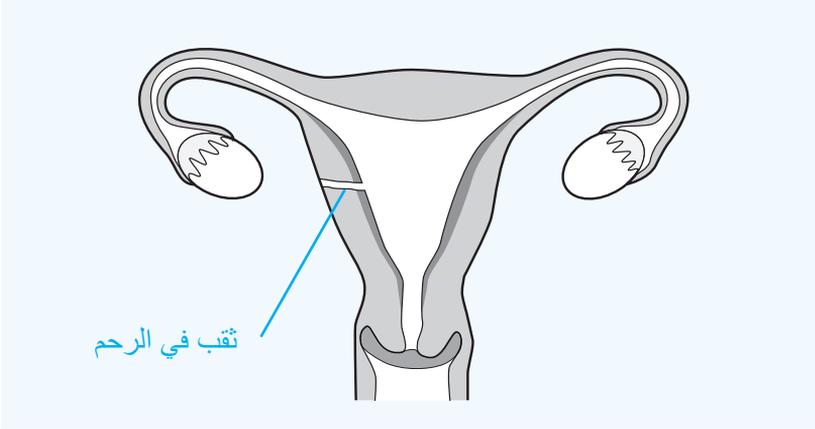
يكون الخطر فيه أكبر

في حمل متقدم.

### ثقب في الرحم

ما هي: الأدوات المستخدمة أثناء العملية تقوم بثقب صغير في جدار الرحم.

الإجراء / العلاج: هذا عادة ما يشفي من تلقاء نفسه دون علاج. إذا كنا نشعر بالقلق إزاء احتمال إصابة الأمعاء أو الأوعية الدموية، فسوف ننقلك إلى المستشفى لإجراء مزيد من التقييم. في بعض الحالات، قد تحتاجين إلى عملية جراحية. وفي حالات نادرة، يجب أن يتم استئصال رحمك.



### التأثير على حمل مستقبلي

إنّ الإجهاض الذي لم يتخلله مضاعفات لن يؤثر على فرصتك بأن تحملي في المستقبل.

هناك احتمال متزايد بسيط من حصول الولادة قبل الأوان (أكثر من 3 أسابيع أبكر من تاريخ الاستحقاق)، مقارنةً إذا لم تقومي بعملية الإجهاض.

للمساعدة في إدارة هذا الخطر، قد نعطيك دواءً قبل العملية لتقليل هذا الخطر بشكل أكبر.

# وسيلة منع الحمل والرعاية اللاحقة





في غضون أسبوعين فقط من عمليتك،  
يمكن لجسمك إطلاق بويضة؛ لذلك من  
الممكن أن تحملي مرة أخرى قبل الدورة  
الشهرية القادمة.

هذا هو السبب في أننا نقترح بشدة بدء  
وسيلة منع الحمل في أقرب وقت ممكن.

#### خيارات منع الحمل

سنقدم لك معلومات لمساعدتك في تحديد الخيار الذي يناسبك. الرجاء أن  
تأخذي الوقت الكافي للاطلاع على كتيّب وسائل منع الحمل الذي لدينا. اسألي  
طبيبك أو ممرضتك عن صحائف الحقائق حول أي من وسائل منع الحمل  
التي تهتمك.



## وسائل منع الحمل أثناء موعدك

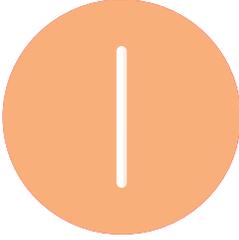
يمكننا بسهولة أن نقدم لك طريقة long acting reversible contraceptive (LARC) (منع حمل طويل الأمد قابل للانعكاس) في موعدك - لذلك لا داعي للقلق بشأن تحديد موعد آخر.

• إنَّ خيارات LARC (مثل IUDs، والزرع والحُقن) هي الأكثر فعالية في منع الحمل.

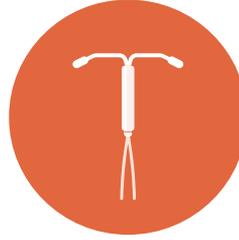
يمكننا تقديم وصفة طبية لخيارات منع الحمل الهرمونية الأخرى مثل حبوب منع الحمل أو الحلقة المهبليّة.

يمكنك البدء في استخدام وسائل منع الحمل مثل حبوب منع الحمل أو الحلقة في اليوم التالي لإجراء العملية، وسوف تكون فعالة على الفور.

! بصرف النظر عن موانع الحمل التي تستخدمها، يجب ألا تقومي بالجماع المهبلي لمدة أسبوع بعد العملية.



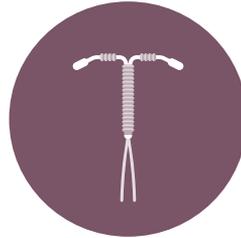
زرع



هرموني IUD



حقنة



نحاسي IUD

## خدمة هاتفية للرعاية اللاحقة تعمل على مدار 24 ساعة تعمل على إيصالك بالمرضات المسجلات ذوات الخبرة في أي وقت من النهار أو الليل.

### 24/7 رعاية لاحقة مجانية

اتصلي بمرضات الرعاية اللاحقة على الرقم 1300 888 022  
إذا كنتِ تواجهين أيّاً من المشكلات التالية أو إذا كان لديكِ أي مخاوف:

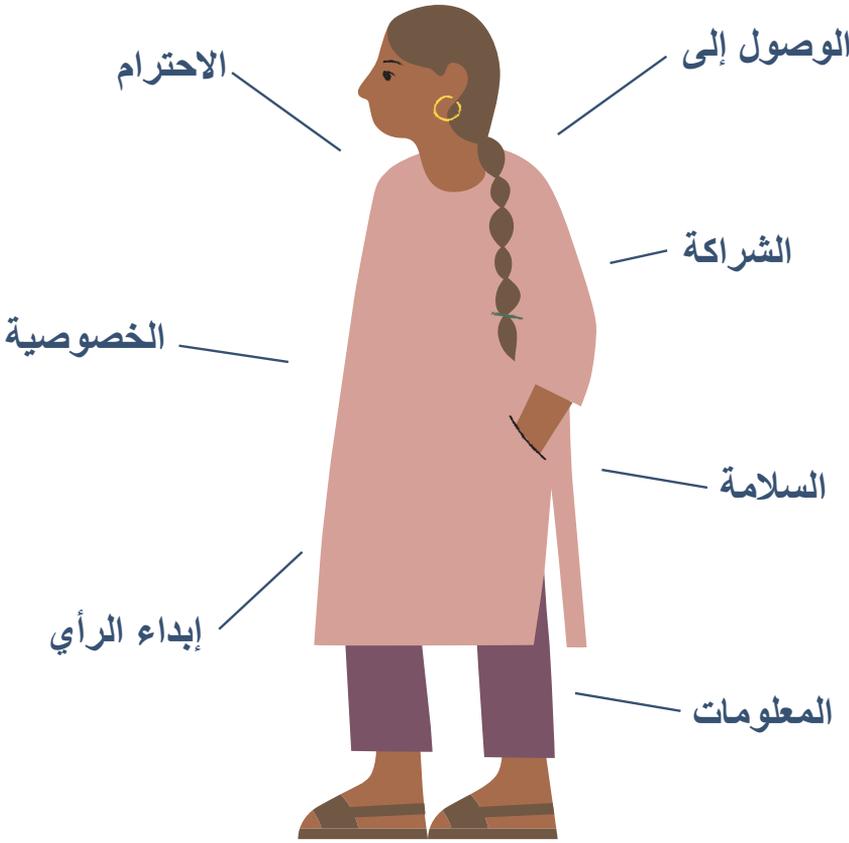
- خروج جلطات أكبر من كرات الغولف.
- نزيف أقوى من دورتكِ الشهرية لأكثر من بضعة أيام.
- ابتلال حفاضة كبيرة كل 30 دقيقة لمدة ساعتين أو أكثر.
- ألم شديد لا يتوقف في البطن.
- غثيان بعد أكثر من أسبوع من عمليتكِ.
- حمى وشعور بالتعب أو شعور بالإعياء بشكل عام.
- شعور بالآلام التديين لمدة أسبوعين بعد عمليتكِ.
- عدم الحيض كالمعتاد، 4-6 أسابيع بعد عمليتكِ.



# حقوقِ الخاصة بالرعاية الصحية

يصف Australian Charter of Healthcare Rights (الميثاق الأسترالي لحقوق الرعاية الصحية) حقوق المرضى وغيرهم من الأشخاص الذين يستخدمون نظام الرعاية الصحية الأسترالي.

تدافع Marie Stopes Australia عن حقك في:



عند موعدك، يجب أن تتلقى أيضاً نسخة من كتيب Australian Charter of Healthcare والذي يمكنك أيضاً رؤيته باللغة الإنجليزية ولغاتٍ أخرى على موقع [safetyandquality.gov.au](http://safetyandquality.gov.au)



## اتصلي بنا إذا كنتِ تواجهين أياً من المشكلات التالية أو إذا كان لديك أي مخاوف:

- خروج جلطات أكبر من كرات الغولف.
- نزيف أقوى من دورتكِ الشهرية لأكثر من بضعة أيام.
- ابتلال حفاضة كبيرة كل 30 دقيقة لمدة ساعتين أو أكثر.
- ألم شديد لا يتوقف في البطن.
- غثيان بعد أكثر من أسبوع من عمليتكِ.
- حمى وشعور بالتعب أو شعور بالإعياء بشكل عام.
- شعور بالآلام التديين لمدة أسبوعين بعد عمليتكِ.
- عدم الحيض كالمعتاد، 4-6 أسابيع بعد عمليتكِ.

## تقليل خطر الإلتهاب:

- لا تدخلِي أي شيء في مهبلِكِ لمدة أسبوع.
- وهذا يشمل سدادات قطنية (تامبون)، أكواب الحيض، أصابع،  
أو ممارسة الجنس.

## اتصلي بنا فوراً إذا كان لديكِ علامات محتملة للإلتهاب:

- حمّى
- شعور عام بالإعياء (مثل أعراض الإنفلونزا)
- استمرار آلام البطن
- إفرازات مهبلية غير عادية



# رعاية ودعم قبل عمليتك وأثناءها وبعدها

مترجم شفهي:

اتصلي بالرقم 131 450

واطلبي أن يتم إيصالك

بـ Marie Stopes Australia

على الرقم 1300 003 707

24/7 الرعاية اللاحقة:

1300 888 022

[mariestopes.org.au](http://mariestopes.org.au)



MARIE STOPES  
AUSTRALIA

