

الخدمات
العيادية
رعاية طبية

أشياء يجب معرفتها:

الموافقة

- من المهم أن تفهمي الإجراء وأيضاً أي مخاطر، وأن تكوني متأكدة من اختيارك.
 - مخاطر الإجهاض الدوائي موصوفة في قسم المخاطر الطبية.
 - سنطلب منك إعطاء موافقتك الخطية على الإجراء.
- ❗ إذا لم تفهمي أي شيء في هذا الكتيب، أو إذا كان لديك أي أسئلة، أو إذا كنتِ تشعرين أنكِ تتعرضين للضغوط أو الإكراه، يرجى إعلامنا بذلك.

خدمات المترجم الشفهي

يرجى إعلامنا إذا كنتِ بحاجة إلى مترجم على الهاتف لمساعدتك على فهم أي من هذه المعلومات. إذا كنتِ بحاجة لمترجم في أي وقت قبل الإجراء الخاص بكِ أو بعده، يمكنكِ الاتصال بـ **TIS National** (خدمة الترجمة الكتابية والشفهية الوطنية) على الرقم **131 450** واطلبي الاتصال بـ **Marie Stopes Australia** على الرقم **1300 003 707**.

إمكانية الوصول إلى المستند

تتوفر نسخة نصية يمكن الوصول إليها لهذا المستند عبر الإنترنت على mariestopes.org.au/accessible

يحتوي هذا الكتيب على معلومات حول الإجهاض الدوائي الخاص بكِ. اقرئي هذه المعلومات بعناية واحتفظي بها للنظر إليها لاحقاً. اطرحي علينا أسئلة إذا كان لديكِ أي منها بعد قراءتها.

تقديم شكوى أو إبداء رأي

إذا كنتِ ترغبين في إبداء أي آراء، يمكنكِ أن:

- تتحدثي إلى أي موظف في العيادة
- تكتبي مباشرة إلى العيادة
- تتصلي بالمركز الخاص بنا للدعم الوطني على الرقم **1300 003 707**
- تستخدمني استمارتنا الخاصة بإبداء الآراء على الصفحة الرئيسية لموقعنا: mariestopes.org.au



الرعاية والدعم قبل الإجراء الخاص بك وأثناءه وبعده

المترجم الشفهي:

اتصلي بالرقم 131 450

واطلبي الاتصال بـ Marie

على Stopes Australia

الرقم 1300 003 707

24/7 رعاية لاحقة:

1300 888 022

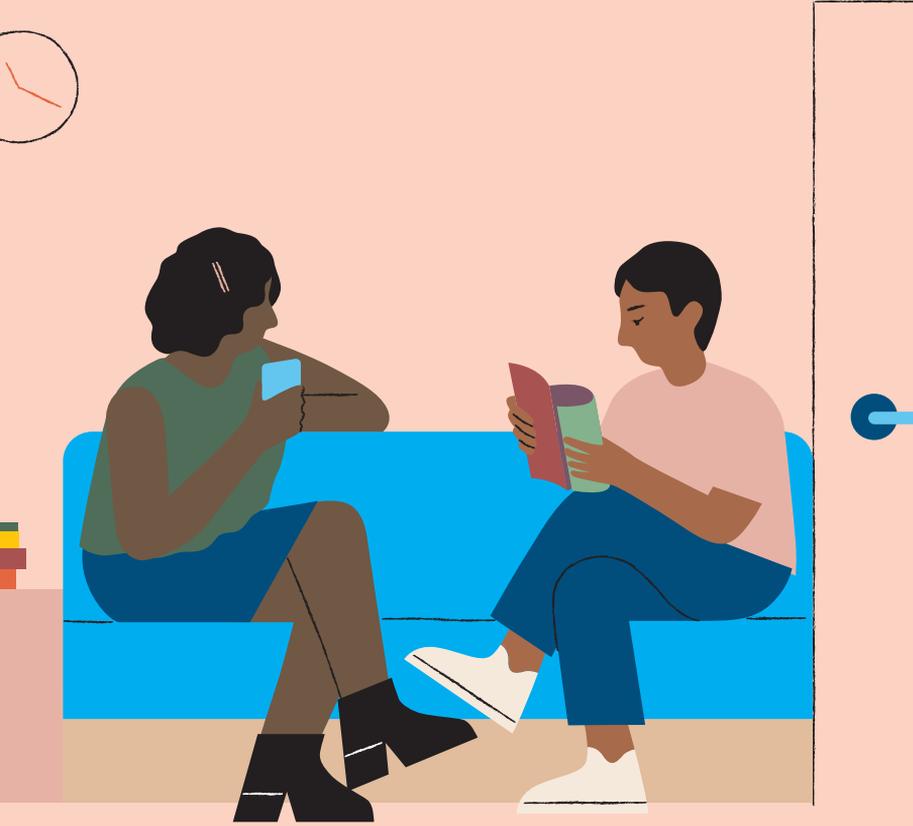
mariestopes.org.au

أثناء وجودك في
العيادة
الصفحة 2

بعد
علاجك
الصفحة 6

المخاطر
الصفحة 12

منع الحمل
والرعاية اللاحقة
الصفحة 16



أثناء وجودك في العيادة



ما هو الإجهاض الدوائي؟

الإجهاض الدوائي هو طريقة آمنة وفعالة لإنهاء الحمل المبكر باستخدام الدواء (الحبوب) بدلاً من الجراحة.

❗ يجب أن تبقي على بعد لا يتجاوز ساعتين للوصول إلى جهات الرعاية الطبية الطارئة المتوفرة على مدار 24 ساعة في أول 3 أو 4 أيام من الإجراء. يجب أن تكوني قادرة على الوصول إلى طبيب أو مستشفى أو إحدى عياداتنا إلى أن يكتمل الإجراء.

لا تسافري إلى الخارج حتى نتأكد من اكتمال الإجهاض.

توقعي قضاء حوالي ساعتين في العيادة.

ستخضعين لصورة الموجات فوق الصوتية للتحقق من عدد أسابيع حملك.

- لن نجعلكِ ترين صورة الموجات فوق الصوتية ما لم تطلبي رؤيتها
- نحتاج إلى التحقق من أنكِ لم تتعدي 9 أسابيع (63 يوماً) من الحمل للمضي قدماً في الإجهاض الدوائي.

ستحصلين على استشارة مع كل من الممرضة والطبيب.

سوف نتحدث معكِ الممرضة على انفراد. سوف يسألونكِ عن قراركِ وما إذا كنتِ متأكدة من المضي في الإجراء. ثم يُسمح للشخص الداعم لكِ بالانضمام إليك خلال الاستشارة.

- سوف نسأل عن تاريخكِ الطبي وحالات الحمل السابقة
- سوف نشرح العلاج وأيضا أي مخاطر
- يمكنكِ طرح أي أسئلة قد تكون لديكِ
- سنناقش خياراتكِ الخاصة بمنع الحمل وفحص الصحة الجنسية
- يمكن البدء فوراً ببعض طرق منع الحمل.

فحص خاص بالصحة الجنسية.

ما لم تطلبي عدم القيام بذلك، سوف نفحصكِ بحثاً عن العدوى المنقولة جنسياً في موعدكِ. يمكنكِ أيضاً اختيار إجراء فحص عنق الرحم (المعروف سابقاً باسم مسحة عنق الرحم) في نفس الوقت.

- هذه الفحوصات مجانية
- سوف نتصل بكِ فقط في حال كانت نتائج الفحوصات إيجابية أو غير طبيعية
- يمكنكِ طلب إرسال نسخة من نتائجكِ إلى GP (طبيبكِ العام).

اكتبي أي أسئلة لديك هنا.

الخطوتان للإجهاض الدوائي

يحدث الإجهاض الدوائي في خطوتين. ستأخذين حبتين مختلفتين تعملان معاً لإنهاء الحمل.

الخطوة 1 (ميفيبريستون)

تسمى حبة منع الحمل الأولى التي ستتناولينها ميفيبريستون. إن ميفيبريستون هو مضاد للهرمونات. سوف يوقف الهرمون اللازم لتطور الحمل.

- ستأخذين عادة قرص الميفيبريستون أثناء وجودك في العيادة
- يتم ابتلاع هذا القرص مع الماء
- لن يشعر معظم الأشخاص بأي شيء بعد تناول هذا القرص، ويمكنهم القيام بأنشطتهم المعتادة، ومع ذلك:
- يكون لديك بعض النزيف الخفيف والتشنجات العضلية الخفيفة خلال هذا الوقت
- قد يكون لديك نزيف أشد، لكن هذا ليس شائعاً.

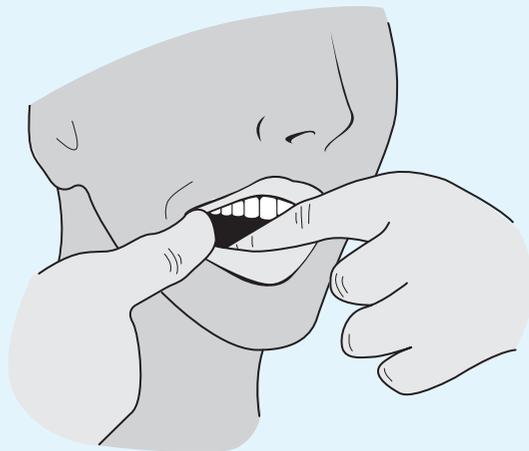
! إذا كنت قلقة، يمكنك الاتصال بخطنا الداعم المجاني 24/7 على الرقم 022 888 1300.

ستبدئين الخطوة 2 عندما تكونين في المنزل. يجب عليك اختيار الوقت الذي يمكنك فيه البقاء في المنزل للراحة لمدة 6 ساعات على الأقل، وعندما تستطيعين إيجاد شخص داعم ليقى معك.

الخطوة 2 (الميزوبروستول)

إن الحبة الثانية التي ستتناولينها تسمى الميزوبروستول. الميزوبروستول هو بروتاغلاندين. وهذا سيسبب تشنج رحمك وسيسبب استرخاء عنق الرحم حتى يمكن للحمل أن يخرج.

- سنعطيك 4 أقراص من الميزوبروستول لتأخذها معك إلى المنزل. يمكنك تناولها في أي وقت خلال 24-48 ساعة من تناول الميفيبريستون (الخطوة 1)
- إذا كان حملك أكثر من 7 أسابيع، نوصي بالانتظار حتى 36-48 ساعة بعد تناول الميفيبريستون لأن ذلك قد يكون أكثر فعالية
- ضعي 4 أقراص ميزوبروستول في فمك بين اللثة والخد واحتفظي بها هناك. ستصبح الأقراص لينة ولكنها قد لا تذوب تماماً؛ إن الدواء في القرص سيتم امتصاصه من خلال خدك.
- بعد 30 دقيقة، يمكنك ابتلاع ما تبقى في فمك مع بعض الماء.
- ! تقول عبوة MS-2 Step أن تأخذي الميزوبروستول بعد 36-48 ساعة، لكننا نسمح بـ 24-48 ساعة حيث يمنحك المزيد من الخيارات لموعد تناول الحبوب.



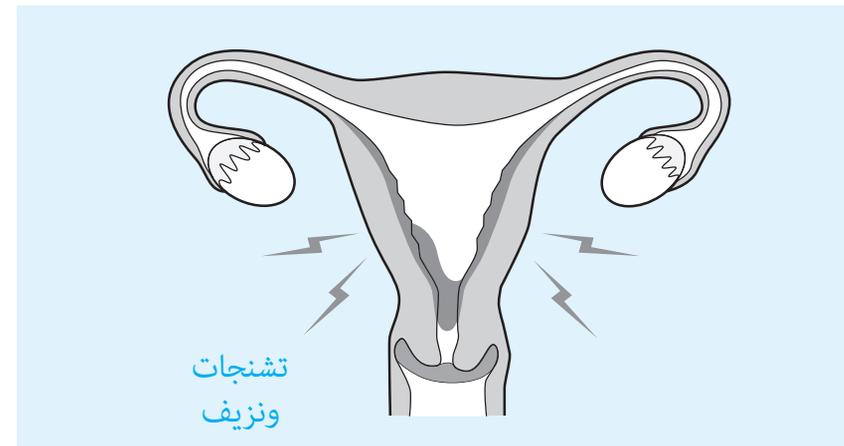
يتم امتصاص
الأقراص من
خلال خدك

بعد علاجك

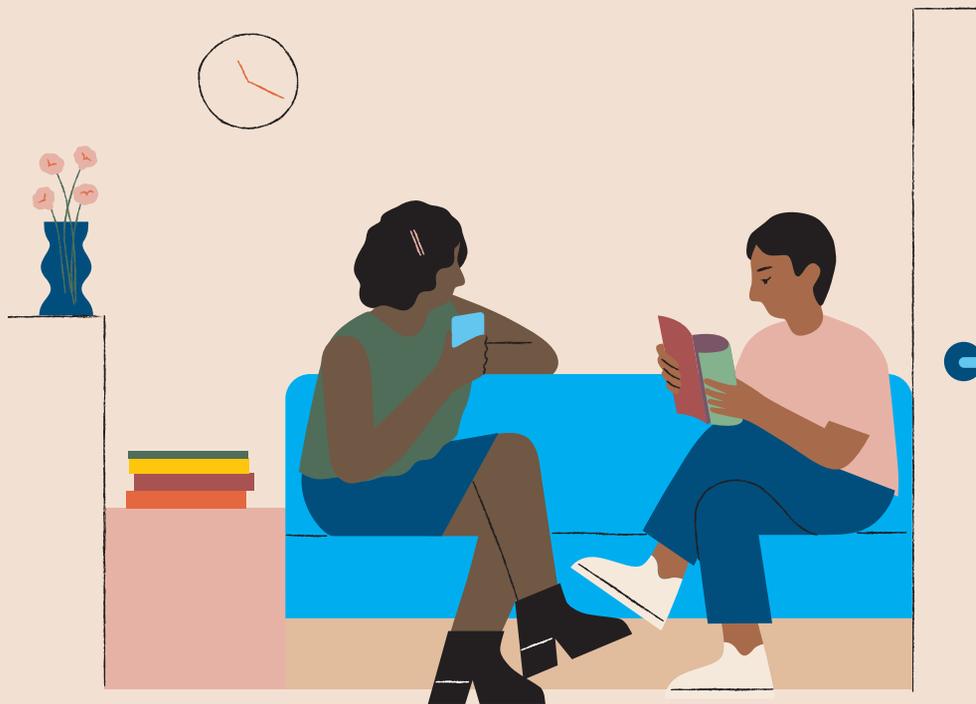
بين 30 دقيقة و 24 ساعة بعد تناول الميزوبروستول (عادةً في غضون 4-6 ساعات)، قد تشعرين بما يلي:

- تشنجات في رحمك
- نزيف من مهبلك
- البدء بخروج الحمل.

❗ إذا لم تبدئي بالنزيف في غضون 24 ساعة، أو إذا كان لديك أي مخاوف، يرجى الاتصال بخطتنا الداعم المجاني 24/7 على الرقم 1300 888 022.



❗ إذا كنتِ لا ترغبين في متابعة عملية الإجهاض الدوائي في أي مرحلة، فيرجى الاتصال بنا على الرقم 1300 888 022، حيث إنه توجد مخاطر محتملة على الجنين من الدواء.





وجع البطن

الألم في بطنك (أسفل البطن) طبيعي ويمكن أن يتراوح من خفيف إلى شديد. يجب أن يتحسن الألم بعد خروج الحمل. لا يستمر التشنج القوي عادة لأكثر من 24 ساعة. إذا كنت تشعرين بألم في بطنك، فهناك بعض النصائح في الجزء الخاص بإدارة الألم في هذا الكتاب.

❗ اتصلي بنا إذا كنتِ تشعرين بـ:

- تشنجات قوية لا تتحسن مع مسكنات الألم
- تشنجات قوية تستمر لأكثر من 24 ساعة
- قلق بشأن صحتك.

الآثار الجانبية الأخرى للدواء

يمكن أن يسبب الميزوبروستول (الخطوة 2):	يمكن أن يسبب الميفيبريستون (الخطوة 1):
<ul style="list-style-type: none"> • الغثيان • التقيؤ • الإسهال • الدوخة • الحمى والقشعريرة. 	<ul style="list-style-type: none"> • الصداع • الألم عند لمس الثدي • الإغماء • الهبات الساخنة • الحكة والطفح الجلدي.
يمكن أن تكون هذه الآثار الجانبية شائعة، لكنها عادة لا تستمر طويلاً.	هذه الآثار الجانبية ليست شائعة، ولكن إذا شعرتِ بها، فهي عادة تكون خفيفة.

التأثير على الحمل في المستقبل

لن يؤثر الإجهاض الدوائي الذي لم يكن له مضاعفات على فرصتك في أن تحملي في المستقبل.

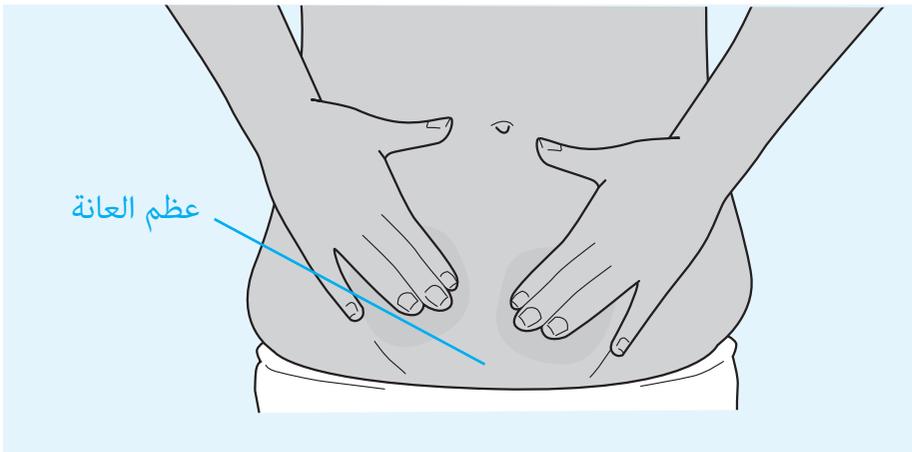
إدارة الألم

إذا كنت تشعرين بالألم، يمكنكِ إدارته بهذه الطرق.

تدليك الرحم

إن التدليك المتكرر والثابت على منطقة بطنك السفلية سيساعد عضلات رحمك، ويمكن أن يقلل من النزيف والتشنجات. ويمكن أن يساعد أيضاً في منع تجلط الدم.

- استلقي على ظهرك أو اجلسي على المرحاض أو في وضع مريح
- تحسسي أعلى عظم العانة، واضغطي بثبات ودلكي بيدك ناحية الأسفل. يمكنك استخدام أطراف أو مفاصل أصابعك أو كعب يدك.
- قومي بهذا التدليك كل ساعة لمدة 3 دقائق في كل مرة، في يوم إجهاضك، ثم 5 مرات في اليوم، أو حتى يتوقف التشنج/النزيف.
- إذا كنت تشعرين بالانزعاج أثناء التدليك، لا توقفي التدليك ولكن تناولي مسكنات الألم.
- ستقوم إحدى ممرضاتنا بشرح الطريقة لك قبل مغادرتك المركز.



العلامات المحتملة للعدوى (الالتهاب)

هذه الأعراض ليست شائعة وقد تعني أنك مصابة بعدوى (التهاب). إذا شعرت بأي من هذه الأعراض بعد أكثر من 24 ساعة من تناول الميزوبروستال (الخطوة 2)، اتصلي بنا على الرقم **1300 888 022**.

حمى

شعور بالتعب أو أعراض إنهاك أو شبيهة بالإنفلونزا

ألم بطني مستمر (أسفل البطن)

إفرازات مهبلية غير عادية

أعراض الحمل

إذا شعرت بالغثيان (شعور بالإعياء) قبل علاجك، فمن المحتمل أن تتحسن حالتك في غضون 24 ساعة من إكمال العلاج.

- يمكن أن يستمر امتلاء الثدي أو الألم عند لمسهما لمدة أسبوع إلى أسبوعين. لا تعصري أو تدلكي ثدييك.
- غالباً ما تظل نتيجة فحص الحمل إيجابية لمدة أسبوعين وأحياناً إلى شهر بعد الإجهاض الدوائي.

⚠ اتصلي بنا على الرقم **1300 003 707** إذا كنت قلقة بشأن استمرار أعراض الحمل.

الحيض

يجب أن تحدث دورتك الشهرية الأولى من 4 إلى 8 أسابيع بعد الإجراء؛ لكن بعض وسائل منع الحمل قد تغيّر هذا.

⚠ اتصلي بنا على الرقم **1300 003 707** إذا لم تحدث الدورة الشهرية في هذا الوقت.



العلاج الحراري

يمكنك وضع كيس ماء ساخن أو كيس قمح أو كمادة ساخنة في مكان موضع الألم.

- لا تضعي المواد الساخنة على بشرتك مباشرة.
- اتبعي دائماً تعليمات المنتج.

الدواء

سيتم تزويدك بمسكنات للألم المعتدل أو الشديد.

اتبعي التوجيهات على العبوة ولا تتناولي أكثر مما تنص عليه التعليمات.

بعد الإجهاض الدوائي الخاص بك

الحد من مخاطر العدوى (الالتهاب)

- لتقليل فرص الإصابة بالعدوى، لا تضعي أي شيء في المهبل لمدة أسبوع واحد.
- يشمل ذلك السدادات القطنية أو أكواب الدورة الشهرية أو الأصابع أو ممارسة الجماع المهبلي
- إذا كنت تنوين استخدام الحلقة المهبلية أو الحجاب الحاجز لمنع الحمل، فيرجى مناقشة ذلك مع الطبيب في موعدك.



المخاطر الطبية

ممارسه التمارين

بمجرد أن تشعرى أنك بحالة جيدة بما فيه الكفاية، يمكنك القيام بأنشطتك وممارسة تمارينك المعتادة.

العودة إلى العمل

قد تكونين قادرة على إجراء الإجهاض الدوائى دون أي توقف عن العمل أو مع توقف قليل عن العمل.

❗ تحتاجين إلى الراحة في المنزل للخطوة 2، حتى تقلّ التشنجات ويخف النزيف.

- إذا كانت لديك وظيفة تتطلب مجهوداً بدنياً، فقد ترغبين في التوقف عن العمل لبعض الوقت.
- عندما تشعرين بتحسّن يمكنك العودة إلى العمل
- تذكرى أن تطلبى شهادة طبية أثناء موعدكِ. يمكن للشخص الداعم لك أيضاً طلب شهادة طبية.

المتابعة

إجراء المتابعة من 2-3 أسابيع بعد موعدكِ هو أمر ضروري للتأكد من نجاح الإجهاض.

- في معظم الحالات، لن تحتاجي إلى العودة إلى العيادة. سيتم إجراء فحص خاص للحمل عن طريق البول لاستخدامه في المنزل في موعد لا يتجاوز 14 يوماً بعد إكمال الخطوة 1. وستلقين أيضاً مكالمة هاتفية من ممرضة ستتحقق من شعورك وتناقش نتيجتكِ.
 - إذا كنت بحاجة إلى زيارتنا في العيادة لأي سبب من الأسباب، فسوف نحدد لك موعداً.
- لا تسافري إلى الخارج حتى تتم متابعتكِ وتأكيد اكتمال علاجكِ.



النزيف

ما هو: نزيف مفرط أو لمدة طويلة.

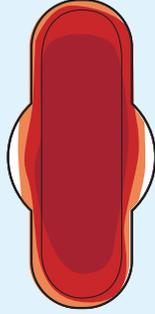
الإجراء/العلاج: قد تحتاجين إلى جراحة أخرى أو حقن سوائل عبر الوريد أو نقل دم في مستشفى محلي.
لمزيد من المعلومات حول احتمال الآثار الجانبية، يرجى رؤية موقعنا على الانترنت لنسبة حدوث مضاعفات مؤخراً في عياداتنا.



1 إلى 2 من
كل 100
شخص بحاجة
إلى جراحة



1 إلى 2 من
كل 1000
شخص يحتاج
إلى نقل دم



! لمزيد من المعلومات حول احتمال حدوث الآثار الجانبية، يرجى رؤية موقعنا على الانترنت لنسبة حدوث مضاعفات مؤخراً من عياداتنا.

التأثير على الحمل في المستقبل

لن يؤثر الإجهاد الدوائي الذي لم يكن له مضاعفات على فرصتك في أن تحملي في المستقبل.

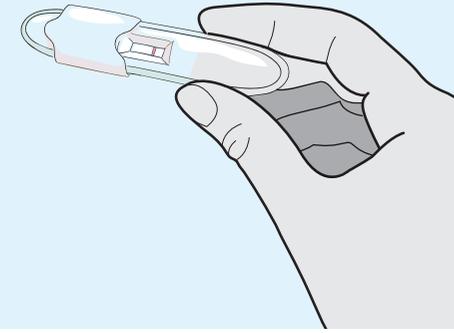
استمرار الحمل

ما هو: يبقى الحمل وقد يستمر في النمو.

الإجراء/العلاج: قد تحتاجين إلى إعادة الإجهاد الدوائي أو عملية جراحية. لن تضطري للدفع لهذا إذا تم علاجك في إحدى عياداتنا.
! إذا كان حملك مستمراً وقررت الاحتفاظ بالحمل، فقد يتسبب الدواء بأضرار للجنين.



يحدث في 1
من كل 100
شخص



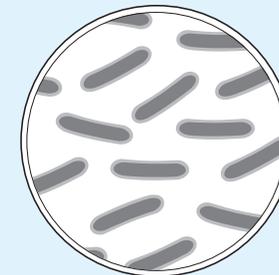
العدوى (الالتهاب)

ما هو: عندما تدخل البكتيريا إلى الجسم يمكن أن تسبب المرض. هذا غير شائع والعدوى (الالتهاب) الخطيرة الناتجة عن الإجهاد نادرة.

الإجراء/العلاج: سنقوم بفحصك للكشف عن العدوى (الالتهابات) وسنعطيك مضادات حيوية لتقليل خطر الإصابة بعدوى (التهاب).



يحدث في أقل
من 1 من كل
100 شخص



منع الحمل والرعاية اللاحقة

التأثيرات العاطفية
لكل شخص مشاعر مختلفة حول إجراءاته الخاصة. لا توجد طريقة صحيحة أو خاطئة للشعور بعد الإجهاض. إذا كنتِ ترغبين في أي وقت في التحدث إلى شخص ما، فنحن نقدم خدمات استشارية مجانية. ببساطة اتصلي بنا على الرقم **003 707 1300** لحجز موعد.

إذا كان الحمل نتيجة للعنف الجنسي أو العائلي أو المنزلي، يمكنكِ أيضاً الاتصال بـ **1800 Respect**. يقدمون معلومات واستشارات ودعم 24/7 على الرقم **1800 737 732** أو يمكنكِ التحدث عبر الإنترنت على 1800respect.org.au



خط الرعاية اللاحقة المجاني 24/7

إنّ خدمة هاتف الرعاية اللاحقة الخاصة بنا على مدى 24 ساعة تصلك بالممرضات المسجلات من ذوي الخبرة، في أي وقت من النهار أو الليل.

اتصلي بممرضاتنا للرعاية اللاحقة على الرقم **1300 888 022** إذا شعرت بأي من المشكلات التالية أو إذا كان لديك أي مخاوف:

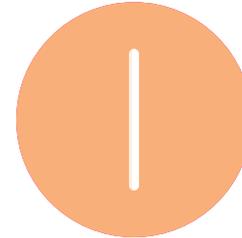
- خروج جلطات (كتل) أكبر من حجم كرة التنس
- نزيف شديد يستمر لمدة تزيد عن أسبوعين
- ابتلال تام لفوطة صحية نسائية ماكسي كل 30 دقيقة لمدة أكثر من ساعتين
- حمى أو قشعريرة أو ألم شديد أو آثار جانبية أخرى تستمر أكثر من 24 ساعة بعد أخذ المرحلة 2 (الميزوبروستول)
- ألم شديد لا يتوقف في البطن
- الشعور بالغثيان بعد أكثر من أسبوع من علاجك
- الشعور بالتعب أو الإعياء بشكل عام
- آلام في الثديين لمدة أسبوعين بعد الإجراء الذي قمتي به
- عدم الحيض كالمعتاد، بعد 4-8 أسابيع من علاجك
- استمرار أعراض الحمل.



منع الحمل بعد الإجهاض الدوائي الخاص بك

في معظم الحالات، يمكنك البدء بوسيلة منع الحمل على الفور. إذا اخترت اللولب (IUD)، فيمكن إدخال هذا بمجرد تأكيد اكتمال الإجهاض.

- تعتبر خيارات منع الحمل القابل للعكس الطويل المفعول (LARC) (مثل اللولب، الزرع، الحقن) هي الأكثر فاعلية في منع الحمل.
- يمكننا تقديم وصفة طبية لخيارات منع الحمل الهرموني الأخرى مثل حبوب منع الحمل أو الحلقة المهبلية
- يمكنك البدء في استخدام وسائل منع الحمل مثل حبوب منع الحمل أو الحلقة المهبلية في اليوم التالي للخطوة الثانية من علاج (الميزوبروستول) وستكون هذه الوسائل فعالة فوراً.
- ! بغض النظر عن وسائل منع الحمل التي تستخدمينها، يجب أن لا تمارسي الجماع المهبلي لمدة أسبوع بعد علاجك.



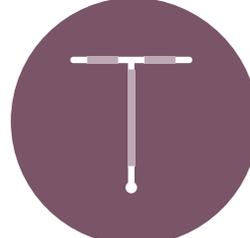
الزرع



اللولب (IUD) الهرموني



الحقنة

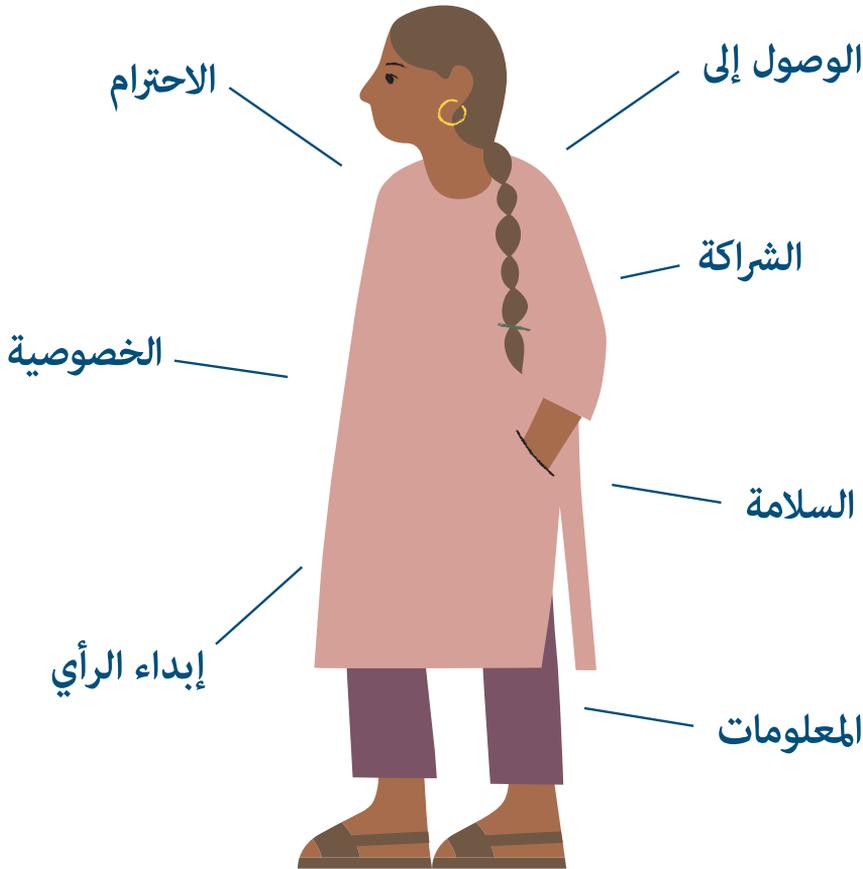


اللولب (IUD) النحاسي

حقوقك في الرعاية الصحية

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

تدافع Marie Stopes Australia عن حقك في:



يجب أن تتلقَى أيضاً في موعدك نسخة من كتيب
 (الميثاق الأسترالي لحقوق الرعاية الصحية) Australian Charter of Healthcare Rights
 ويمكنك أيضاً الاطلاع عليه باللغة الإنجليزية
 واللغات الأخرى على safetyandquality.gov.au

اتصلي بنا إذا واجهتِ أي من المشاكل التالية أو إذا كان لديك أي مخاوف بخصوص:

- خروج جلطات (كتل) أكبر من حجم كرة التنس
- نزيف شديد يستمر لمدة تزيد عن أسبوعين
- ابتلال تام لفوطة صحية نسائية ماكسي كل 30 دقيقة لمدة أكثر من ساعتين
- حمى أو قشعريرة أو ألم شديد أو آثار جانبية أخرى تستمر لأكثر من 24 ساعة بعد أخذ المرحلة 2 (الميزوبروستول)
- ألم شديد لا يتوقف في البطن
- شعور بالغثيان بعد أكثر من أسبوع من علاجك
- شعور بالتعب أو الإعياء بشكل عام
- آلام في الثديين لمدة أسبوعين بعد الإجراء الذي خضعتِ له
- عدم الحيض كالمعتاد، بعد 4-8 أسابيع من علاجك
- استمرار أعراض الحمل.

اتصلي بنا على الفور إذا ظهرت عليكِ علامات محتملة للعدوى (للالتهاب):

- حمى
- شعور بإعياء بشكل عام (أعراض تشبه أعراض الأنفلونزا)
- ألم مستمر في البطن
- إفرازات مهبلية غير عادية

