PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	**Al Ahram**
DATE:	**4-February-2016**
COUNTRY:	**Egypt**
CIRCULATION:	**1,000,000**
TITLE :	**Misconceptions around the harms of contraceptives**
PAGE:	**22**
ARTICLE TYPE:	**Drug-Related News**
REPORTER:	**Sally Hassan**

خرافات حول أضرار وسائل منع الحمل

سالى حسن

د.شريفة شرف

أصدر الجهاز المركزى للتعبئة العامة والإحصاء فى مطلع هذا الشهر الجارى دراسة حول تقديرات السكان المستقبلية ومدى أثرها على القوى العاملة والتعليم، وصحة ووفيات الأطفال، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وصول التعداد السكانى إلى ١٢٥,٣٥٦ مليون نسمة فى عام ٢٠٣١ بزيادة حوالى ٣٨ مليون نسمة خلال ١٧ عاما.

وفى دراسة أخرى أجراها الجهاز حول تطور استخدام وسائل تنظيم الأسرة خلال عامى ٢٠٠٨ و٢٠١٤ بهدف التعرف على مستويات الاستخدام الحالى لوسائل تنظيم الأسرة وأسباب عدم استخدامها، وكذلك دراسة لتطور معدلات الإنجاب التفصيلية والكلية، فقد أظهرت انخفاض معدلات استخدام وسائل تنظيم الأسرة من ٦٠,٠٪ عام ٢٠٠٨ إلى ٥٨,٥٪ عام ٢٠١٤، وأوضحت الدراسة أن أحد الأسباب الرئيسية المرتبطة بكثرة الإنجاب هى عدم استخدام الوسائل، ويعود ذلك إلى الاعتبارات الصحية حيث أنها السبب الأساسى للتوقف عن الاستخدام، وارتفاع معدل الإنجاب الكلى من ٣ أطفال لكل سيدة عام ٢٠٠٨ إلى ٣,٥ طفل عام ٢٠١٤، وكذلك ارتفاع معدل الإنجاب العام من ١٠٦ أطفال لكل الف سيدة عام ٢٠٠٨ إلى ١٢٧ طفلا عام ٢٠١٤.

ولم تعد كثرة الانجاب مقصورة فقط على الطبقات الدنيا والمناطق الريفية كنوع من «العزوة» أو للمساعدة فى أعباء المنزل كما كنا نعتقد، ولكن انتشرت فى السنوات الأخيرة ظاهرة كثرة الإنجاب بين الطبقات المتوسطة والعليا سعيا وراء «العزوة» أيضا ليصل الأمر أحيانا إلى ٤ أو ٥ أطفال. وفكرة إنجاب الذكور أيضا موجودة بين هذه الطبقة كنوع من التفاخر كما هو الحال فى الطبقات الدنيا. وقد أتت الظروف السياسية فى السنوات الماضية إلى قلة التوعية بأهمية تنظيم الأسرة، ولكن فى الفترة الأخيرة بدأت التوعية من جديد من خلال مجموعة من الإعلانات والبرامج التليفزيونية.

وعن وسائل تنظيم الأسرة واستخداماتها وبعض التساؤلات المرتبطة بها، توضح د.شريفة شرف استشارى أمراض النساء والتوليد والعقم بقصر العينى أن وسائل منع الحمل متعددة ومتنوعة لتناسب حالة كل سيدة، وعلى الطبيب اختيار الوسيلة الأنسب لها وفقا لعدة معايير منها السن، وإذا كانت تعانى من أمراض، وإذا سبق لها الإنجاب أم لا وغيرها من العوامل بهدف الوصول إلى الوسيلة الأنجح والآمن لها. وتضيف أن كل وسائل منع الحمل المتاحة آمنة، ولكن للأسف هناك مجموعة من الخرافات على حد قولها مرتبطة بوسائل منع الحمل مثل أن الحقن والحبوب تسبب السمنة أو تمنع الحمل أو تؤدى إلى اضطراب الهرمونات أو تتسبب فى حدوث سرطانات، وفى الواقع إن معظم السيدات فى أوروبا والولايات المتحدة يستخدمنها فى سن مبكرة دون مشاكل، بل أن بعض الدراسات أثبتت إن استخدامها لمدة سنة يقلل من نسبة حدوث سرطان المبيض.

وعن وسائل تنظيم الأسرة المتاحة تقول: الحبوب: وتناسب السيدة التى لم تنجب من قبل، ولايقتصر دور الحبوب على منع الحمل ولكن قد نوصى بها للسيدات قبل الحقن المجهري، وتزكد أن الرضاعة لا تمنع الحمل لذلك لابد من استخدام وسيلة لمنع الحمل أثناء الرضاعة.

وهناك نوع من الحبوب خاص للأمهات المرضعات. ولا ننصح بالحبوب للسيدات المدخنات أو ممن تعانين من مشاكل فى الكبد، أو ضغط الدم المرتفع، أو جلطات.

أما الحقن فهى الأفضل بالنسبة للسيدة التى اكتفت بعدد أطفال معين ولا ترغب فى المزيد، لأن الرغبة فى الإنجاب بعد توقف الحقن قد تحدث بصعوبة، ومع ذلك قد تكون هى الوسيلة المتاحة إذا واجهت أعراضا جانبية مع وسائل أخرى كالحبوب واللولب.

أما اللولب فهو نوعان اللولب النحاسى ويمكن الإبقاء عليه لمدة عشر سنوات ثم يستبدل، وله دور مهم فى منع حدوث التهابات تصل إلى الرحم ولكن قد يزيد بعض الشيء من الدورة، أما اللولب الهرمونى الذى يناسب السيدات اللاتى يراجهن الدورة الشهرية مصاحبة بنزيف ومدة تركيبه خمس سنوات، ويعتبر اللولب الوسيلة الأنسب للمرأة المصرية لأنها كثيرا ما تنسى الحبوب مما يتسبب فى اضطراب الدورة ومن ثم قد يحدث حمل.

بالنسبة للوسائل الموضعية تكون نسبة الأمان بها ضعيفة تتراوح من ٣٠ إلى ٥٠٪. ولكن قد نضطر احيانا للجوء إليها عندما تفشل كل الوسائل الأخري، كما تشير أيضا إلى لجوء بعض السيدات إلى الفترة الآمنة safe period وهى ليست آمنة على الإطلاق وبالتالى يمكن حدوث حمل خلالها.

وهناك الكبسولة التى يتم زرعها فى الذراع لتفرز هرمونا فى الجسم وتؤتى نفس مفعول الحقن وتستمر لثلاث سنوات، أما الحلقة الموضعية ring فيتم تثبيتها بواسطة المرأة فى المهبل لمدة ثلاثة أسابيع ثم ترفع لمدة أسبوع، وتعمل بنفس أسلوب الحبوب.

وتنصح الدكتورة شريفة كل فتاة مقبلة على الزواج بضرورة زيارة طبيب النساء ليتم الكشف عليها ثم تحديد الوسيلة المناسبة لها بعد إجراء موجات صوتية وتحاليل للتجلط ووظائف للكبد، علما بأن جميع الوحدات الصحية توفر وسائل تنظيم الأسرة بأسعار رخيصة للسيدات.