

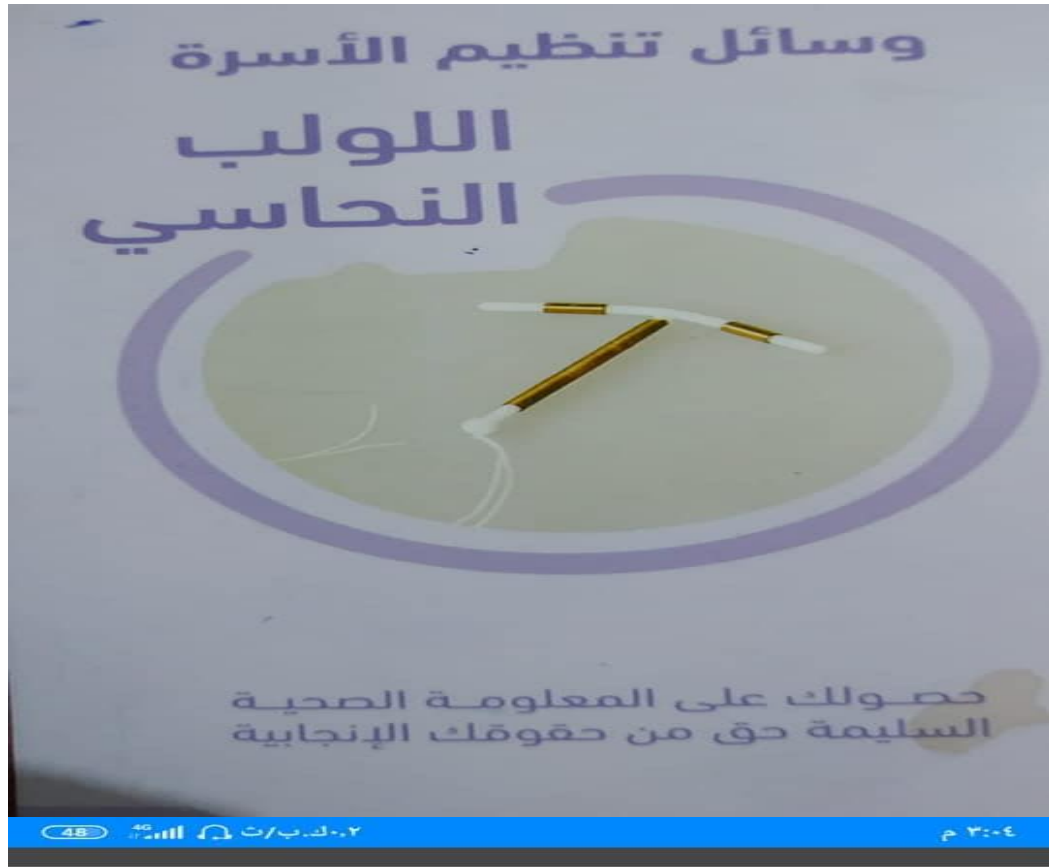
في اطار المبادرة الرئاسية(حياة كريمة) واستمرارا لجهود قطاع شؤون البيئة و خدمة المجتمع برعاية الاستاذ الدكتور عثمان شعلان رئيس الجامعة والاستاذة الدكتورة غادة شاكر وكيل الجامعة لشؤون البيئة و خدمة المجتمع شاركت كلية التمريض في قافلة اليوم الخميس الموافق ٨ / ٧ / ٢٠٢١ من جامعة الزقازيق لقرية الرست التابعة ل صان الحجر

باشراف أ.د/ نادية محمد طه عميد الكلية و مشاركة قسم تمريض النساء والتوليد متمثلا في د ياسمين محمود موسى عثمان بمشاركتها بعمل لقاءات تثقيفية وتوعوية لاهالي القرية حول موضوعات تنظيم الأسرة و ختان الإناث



الأستاذ الدكتور عثمان شعلان رئيس جامعة الزقازيق والأستاذة الدكتورة غادة شاكر نائب رئيس الجامعة لشؤون خدمة المجتمع وتنمية البيئة نظموا قافلة اليوم الخميس الموافق ٨ / ٧ / ٢٠٢١ من جامعة الزقازيق لقرية الرست التابعة ل صان الحجر





تغطية ومتابعة : مايسة سليم



11 ضرراً صحياً ونفسياً لـ

ختان الإناث

توفيت طفلة لم يتعد عمرها 14 عامًا بسبب عملية ختان في عيادة خاصة بأسبوط

الآثار الصحية

- ألم شديد لقطع نهايات الأعصاب والأنسجة التناسلية الحساسة
- تورم في الأنسجة التناسلية
- عدم الشعور بالمتعة أو الرغبة أثناء العلاقة الحميمة
- نزيف في بعض الحالات
- عدوى بكتيرية
- احتباس البول
- تقرحات

5 إلى 7 سنوات سجن عقوبة، مرتكبا وإذا نتج عنها عامة، مستديمة أو وفاة الضحية يعاقب المخالف بالسجن المشدد

الآثار النفسية

- الشعور بالقلق والخوف
- الاكتئاب
- الشعور بعدم الاكتمال
- فقدان الثقة بالنفس

الدسئور
تقديم ورشة عمل
إعداد: شرماء ديب

Dosior Info



إرجعتى لو

- * عايزه تسألنى عن أي حاجة
- * عايزه تغيري الوسيلة
- * حصل نزيف شديد أو أستمر أكثر من ٨ أيام
- * حصل صداع شديد بيزيد مع الضوء

إفكرى إن

* الحقنة وسيلة آمنه

- * ممكن تستعملها مع الرضاعة
- * تتأخذ كل ٣ شهور بانتظام وبدون تأخير، التأخير ممكن يسبب حدوث حمل



رسالة مهمة

- * الفترة المثالية للمباعدة بين الحمل والآخر من ٣-٥ سنوات
- * الحمل المبكر (أقل من ٢٠ سنة) والمتأخر (أكثر من ٣٥ سنة) يزيد من مخاطر الحمل والولادة
- * ضرورة متابعة وزنك وضغطك مع الممرضة في كل زيارة للعيادة

إطمنك من

الوسيلة ممكن تحصل عليها بسهولة ويمكن ميحصلش زى

- * تنقيط أو نزول دم في غير أوقات الدورة ويقل بعد شهور
- * عدم نزول الدورة الشهرية لأنها مش بتتكون ولا بتتخزن في جسمك
- * صداع بسيط أو دوخة ولكن الأعراض دي بتقل بعد شهور
- * زيادة في الوزن



B612

افتكري ان الحبوب وسيلة آمنة

ممکن تستعملها مع الرضاعة

- * لازم تاخديها كل يوم في نفس الميعاد.
- * لازم تواصلى الشريط بالشريط حتى لو نزلت الدورة.
- * إذا نسيتي قرص لازم تاخدي قرص أول ما تفتكري والثاني في ميعاده وامتنعي عن الجماع أو استعمالى الواقي لمدة يومين واستشيرى الطبيب بسرعة.
- * قبل ما يخلص الشريط لازم تيجي تاخدي شريط جديد.
- * لو حصل في خلال ساعتين من أخذ القرص خدى قرص استشيرى الطبيب بسرعة

ارجصى لو

- * عايزه تسأل عن أي حاجة
- * عايزه تغيري الوسيلة أو هاتكلى بيها بعد ٦ شهور من الرضاعة الطبيعية
- * حصل نزيف شديد أو أستمرا أكثر من ٨ أيام
- * ألم شديد أسفل البطن
- * صداع شديد بيزيد مع الضوء



إطمئني من

- أن الحبوب ممكن يحصل معاها شوية أعراض بسيطة وممكن يحصلش زى
- * تنقيط أو نزول دم في غير أوقات الدورة وده بيتحسن مع الوقت.
- * صداع أو رغبة في القي أو ألم في الثدي.

رسالة مهمة

- * الحمل المبكر (أقل من ٢٠ سنة) يزيد من مخاطر ولادة طفل ناقص النمو
- * ضرورة متابعة وزنك وضغطك مع الممرضة في كل زيارة للعيادة

حقك الاختيار ومسؤوليتك

حروب تنظيم الأسرة أحادية الهرمون



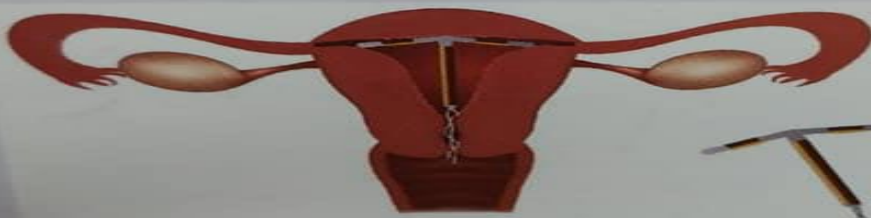
حصولك على المملومة الصحية
السليمة من حقوقك الإنجابية







اللولب النكاسي لتنظيم الأسرة





• الحبوب دي وسيلة آمنة لو أخذتها بانتظام.
• تاخدي حباية واحدة يومياً في نفس الميعاد.
• بعد ما يخلص الشريط هتوقفي ٧ أيام ويعدين
• تبتدي الشريط الجديد حتي لو مجتش الدورة.
• إذا نسيتي قرص أو قرصين خدي قرص أول
• ما تفتكري والثاني في ميعاده وكمل الشريط.
• إذا نسيتي أكثر من قرصين ، خدي قرص أول ما
• تفتكري والثاني في ميعاده وامتنعوا عن الجماع أو
• استخدموا الواقي لمدة أسبوع واستشيري
• الطبيب في أقرب وقت .
• إذا حصل قين في خلال
• ساعتين من أخذ القرص
• خدي قرص ثاني بسرعة
• اكمل باقي الشريط

افكري إن

• صداع بسيط أو رغبة
• في القيء وده بيختفي مع
• الوقت.
• ألم خفيف في الثدي.
• تغيير بسيط في الوزن.

متقايش لو حصل

فدي بالك إن

• عايزة تسالي عن أي حاجة .
• عايزة تغيري الوسيلة .
• حصل اسهال أكثر من يومين .
• نسيتي أكثر من قرصين وخصوصاً لو حصل
• جماع في الفترة دي .
• حصل صداع شديد أو صداع بيزيد مع
• الضوء .
• حصل ألم شديد أسفل البطن أو
• في الصدر أو الساقين .
• حصل اصفرار في الجلد أو
• العينين .
• حصل زغللة في العين .

• متابعة وزنك
• وضغطك مع الممرضة
• في كل زيارة للعيادة
• ضروري .
• السن المناسب للحمل
• والولادة من ٢٠ - ٣٥ سنة .
• الحمل المبكر (أقل من ١٨ سنة)
• والحمل المتأخر (أكثر من ٣٥ سنة) بيسبب
• مخاطر كتيرة للأم والطفل .

افكري إن

• اللولب وسيلة آمنة

• تستمر فاعلية اللولب داخل الرحم لمدة ١٢ سنة
• ممكن تشيليه في أي وقت والحمل بيحصل على طول
• يناسب معظم السيدات المرضعات وغير المرضعات

ارجصك لو

• عايزه تسالي عن أي حاجة
• عايزة تغيري الوسيلة
• الدورة ما نزلتش في ميعادها
• حصل ألم شديد أسفل البطن
• حصل نزيف شديد أو استمر أكثر من ٨ أيام
• حسيتي إن خيوط اللولب طولت أو إختفت

إطمنك من

• إن اللولب ممكن يحصل معاد شوية أعراض بسيطة
• وممكن ميحصلش زى

• تنقيط أو نزول دم في غير وقت الدورة
• زيادة كمية دم الدورة أو عدد أيامها
• ألم بسيط أسفل البطن بعد التركيب

رسالة مهمة

• الفترة المثالية للمباعدة بين الحمل والآخر
• من ٣-٥ سنوات
• السن المناسب للحمل والولادة من ٢٠ - ٣٥ عام
• الحمل المبكر (أقل من ٢٠ سنة) والمتأخر
• (أكثر من ٣٥ سنة) يزيد من مخاطر الحمل والولادة



