

جسدي، صحي

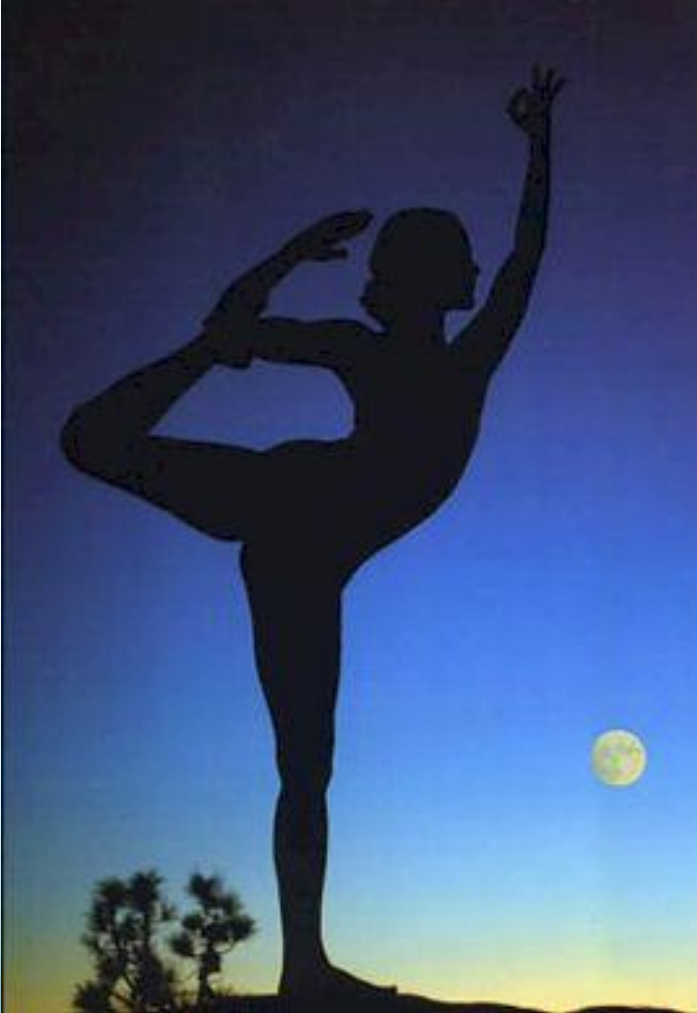


سلسلة ورش حول صحة المرأة
الجزء الأول

سوف يشمل بحث اليوم:

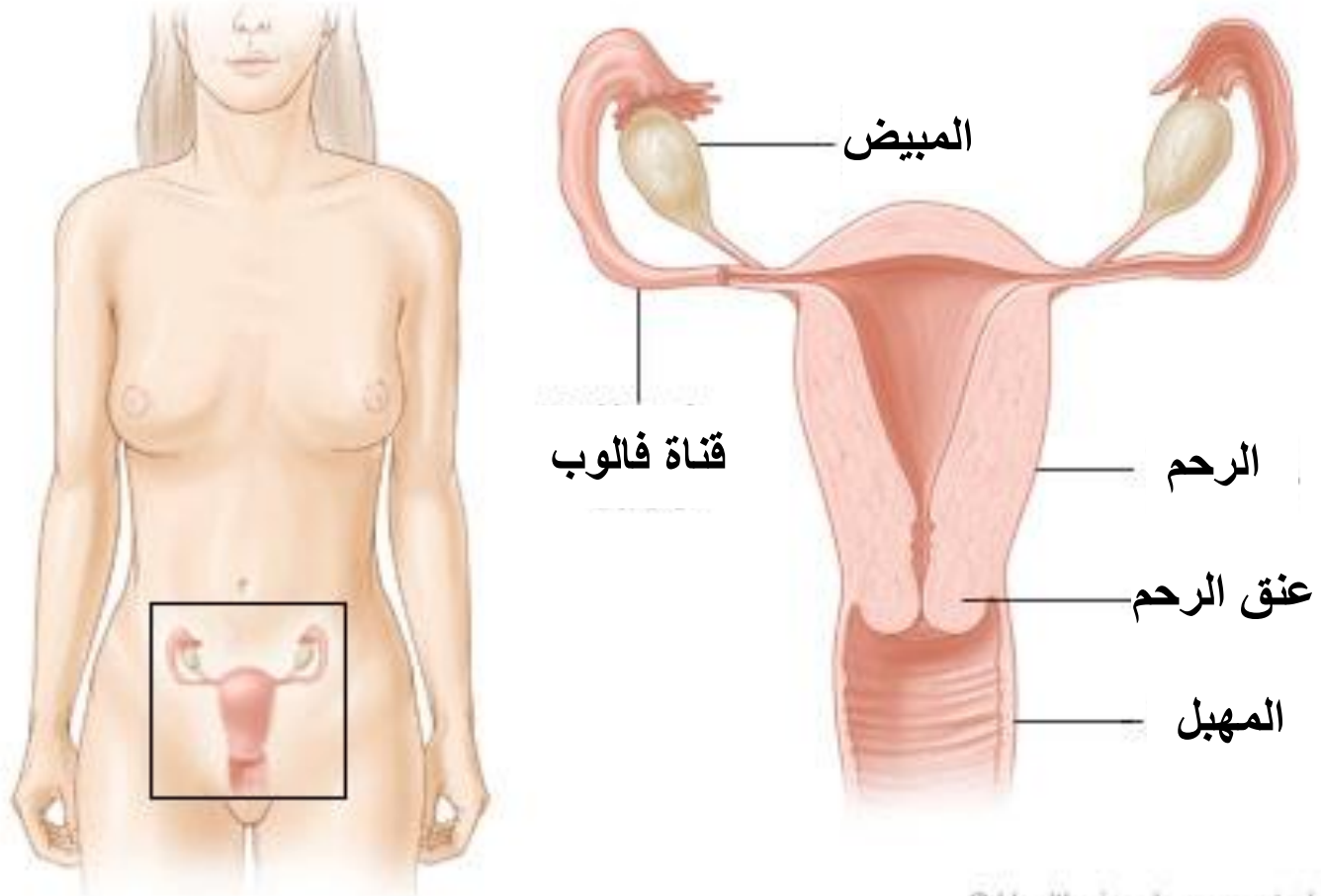
- لمحة عامة عن صحة المرأة، بما فيه:
 - الأعضاء التناسلية
 - أهمية الأعضاء التناسلية لصحتنا
 - كيف يمكن الكشف عن الأمراض والوقاية منها
- نقاش – ننفصل إلى ثلاث مجموعات حسب اللغة
- تقرير – نبحث في الأسئلة المختلفة التي أُثيرت والمنقاشات التي دارت في كل من المجموعات الصغيرة

صحة المرأة

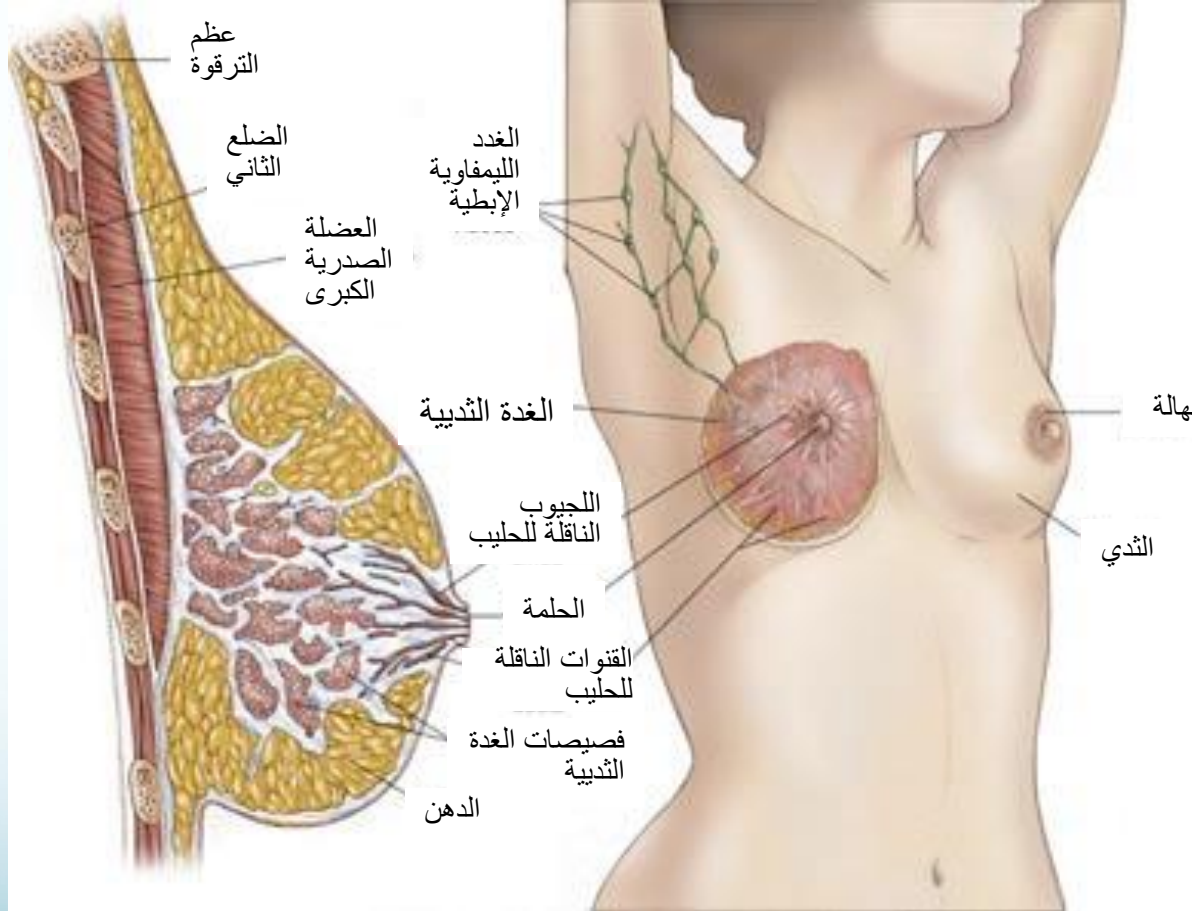


- جسم المرأة مختلف وهو بحاجة إلى العناية الخاصة لكي يتمتع بالصحة الجيدة
- قد تشعر المرأة أحياناً بأنها بصحة جيدة، بينما هي في الواقع تعاني من مشاكل
- إنه في غاية الأهمية للمرأة أن تجري فحصاً طبياً شاملاً مرة كل سنة، لكي يتمكن الطبيب من كشف المشاكل في أولى مراحلها عندما يكون علاجها سهلاً

بنية الجهاز التناسلي الأنثوي



الثديان



وظائف الثديين الهامة



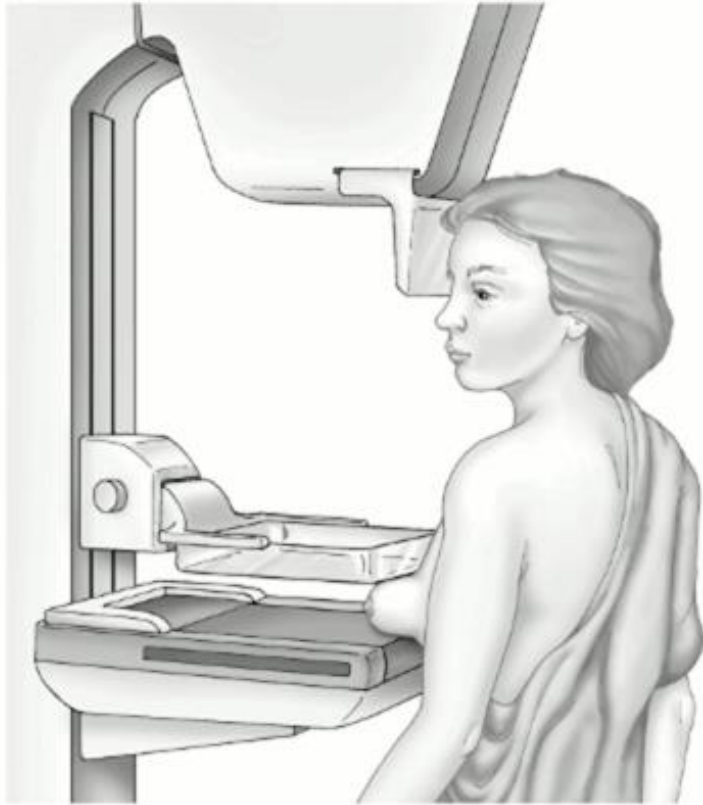
- إنتاج الحليب بعد الحمل
- مصدر تغذية للمولود
- المتعة الجنسية

سرطان الثدي

- سرطان الثدي هو سرطان خطير جداً يتسبب بوفاة العديد من النساء
- في أول مراحل المرض، قد لا تشعر المرأة بأن هناك خطب ما في صحتها
- يقوم الطبيب بإجراء عدة اختبارات وفحوصات للتحقق من الإصابة بسرطان الثدي



أحد هذه الاختبارات هو التصوير الشعاعي للثدي (ماموغرام)



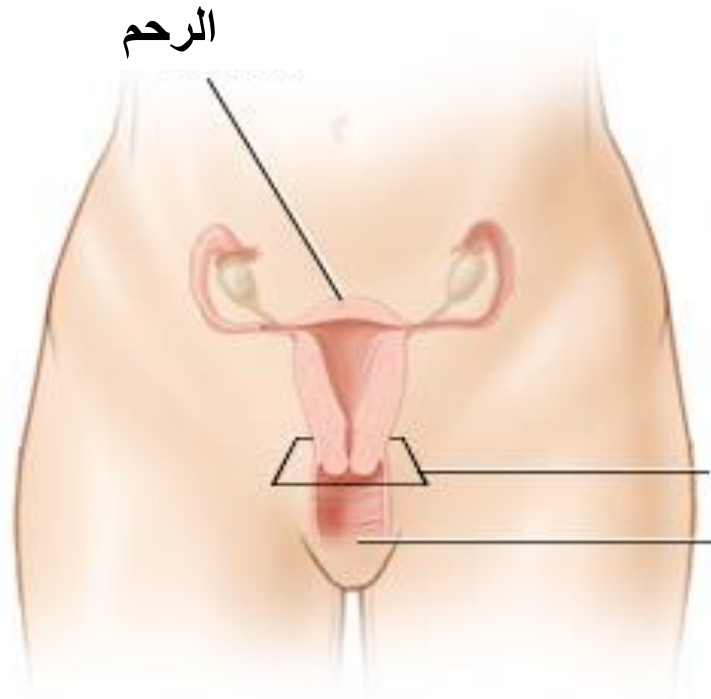
Mammogram

التصوير الشعاعي للثدي

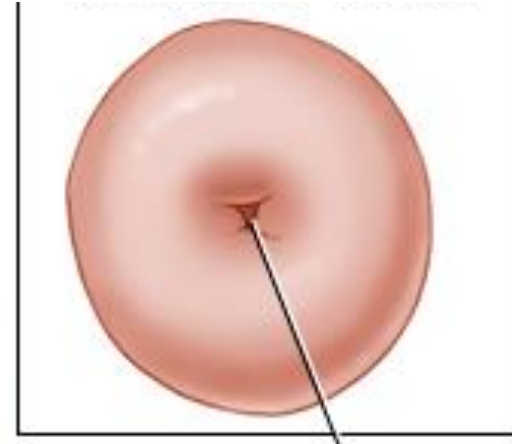
© Sam and Amy Collins

- يُضغَط ثدي المرأة بلطف في آلة التصوير الشعاعي وتؤخذ صورة له
- تساعد هذه الصورة على الكشف عن سرطان الثدي
- ينبغي على جميع النساء فوق سن الخمسين (50) إجراء فحص تصوير شعاعي للثدي مرة كل سنتين.

عنق الرحم



نظرة لعنق الرحم من
المهبل



الفتحة الخارجية
عنق الرحم
المهبل

عنق الرحم

- أثناء الحمل، يلعب دور الحاجز/الباب الذي يبقي الطفل داخل الرحم
- عند المخاض، يتمدد/ينفتح عنق الرحم للسماح للطفل بالخروج
- يمر السائل المنوي/الحيوان المنوي الذكري من المهبل إلى الرحم عبر العنق للقاء البويضة وانجاز التخصيب

اتساع وتمدد عنق الرحم



غير متسع
غير متمد

متسع كلياً
متمد إلى 1 سم

متسع كلياً
متمد كلياً إلى 10 سم

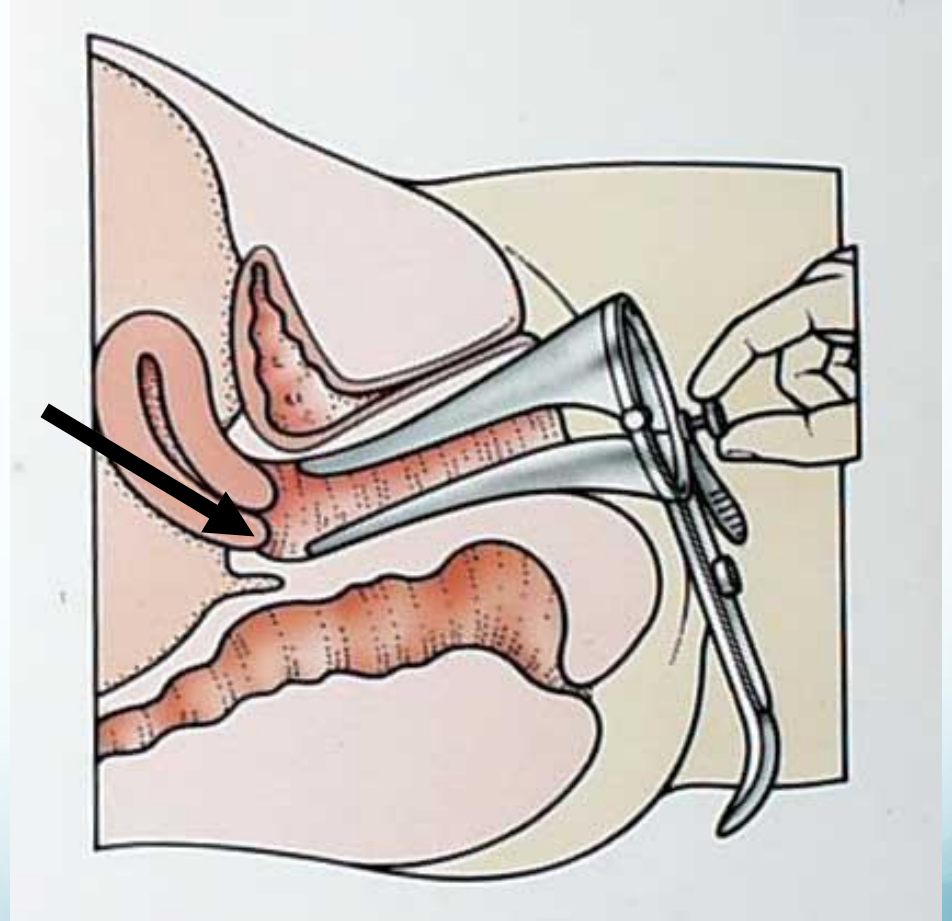
سرطان عنق الرحم

- يتعرض عنق الرحم لخطر الإصابة بالسرطان من الفيروسات مثل فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)
- يقوم الطبيب بالتحقق من احتمال الإصابة بالسرطان وغيرها من المشاكل بواسطة «الفحص الحوضي»
- الفحص الحوضي ليس مؤلماً عادةً

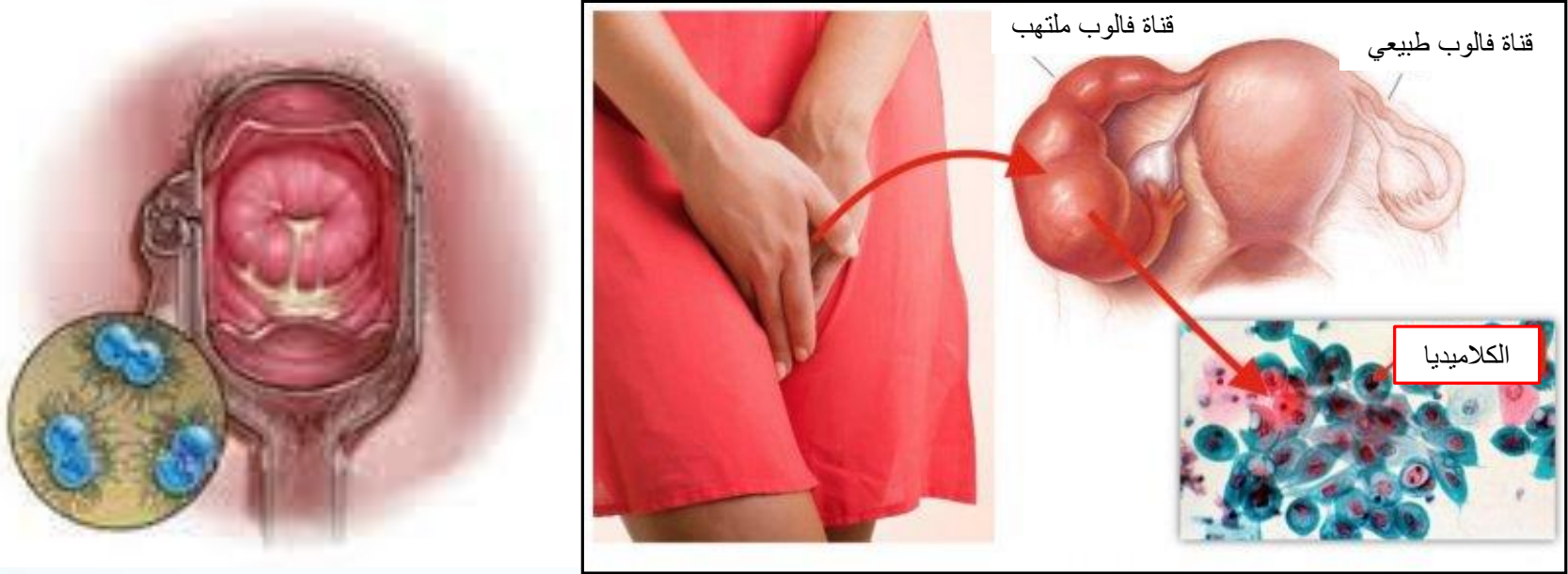


يقوم الطبيب أيضا بإجراء مسحة «باب» (PAP smear) لعنق الرحم

- يفتح الطبيب المهبل ويمسح عنق الرحم بواسطة ماسحة خاصة
- ينبغي على جميع النساء فوق سن الـ 21 إجراء فحص مسحة «باب» لعنق الرحم



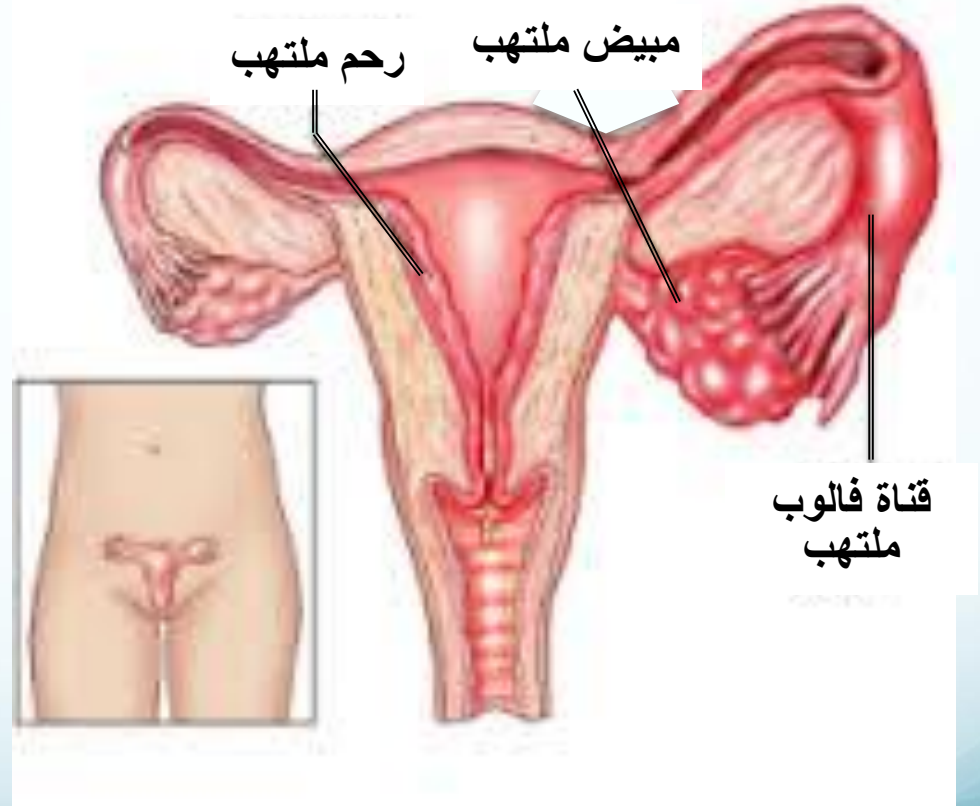
العدوى الناجمة عن الجماع (الأمراض المنقولة جنسياً)



- الإصابةتان بالعدوى الأكثر شيوعاً: مرض السيلان (غونوريا) ومرض الكلاميديا
- **ينتقل** هذان المرضان باستمرار بين الشريكين إلى أن يتم علاج كلا الشريكين بالمضادات الحيوية
- الأعراض: لا شيء، أو: احساس بالحرق عند التبول، إفرازات غير عادية، ألم أثناء الجماع

العدوى الناجمة عن الجماع (الأمراض المنقولة جنسياً)

- إذا تُركت بدون علاج، قد تتسبب بالتهابات خطيرة وتترك ندبات، ما قد يجعل الحمل أكثر صعوبة في المستقبل
- الكشف عنها يتطلب مسح المهبل أو إجراء تحاليل على البول
- العلاج = مضادات حيوية لكِ ولشريكك



« غَرْدَسِيل » (Gardasil)

لقاح يساعد على منع سرطان عنق الرحم



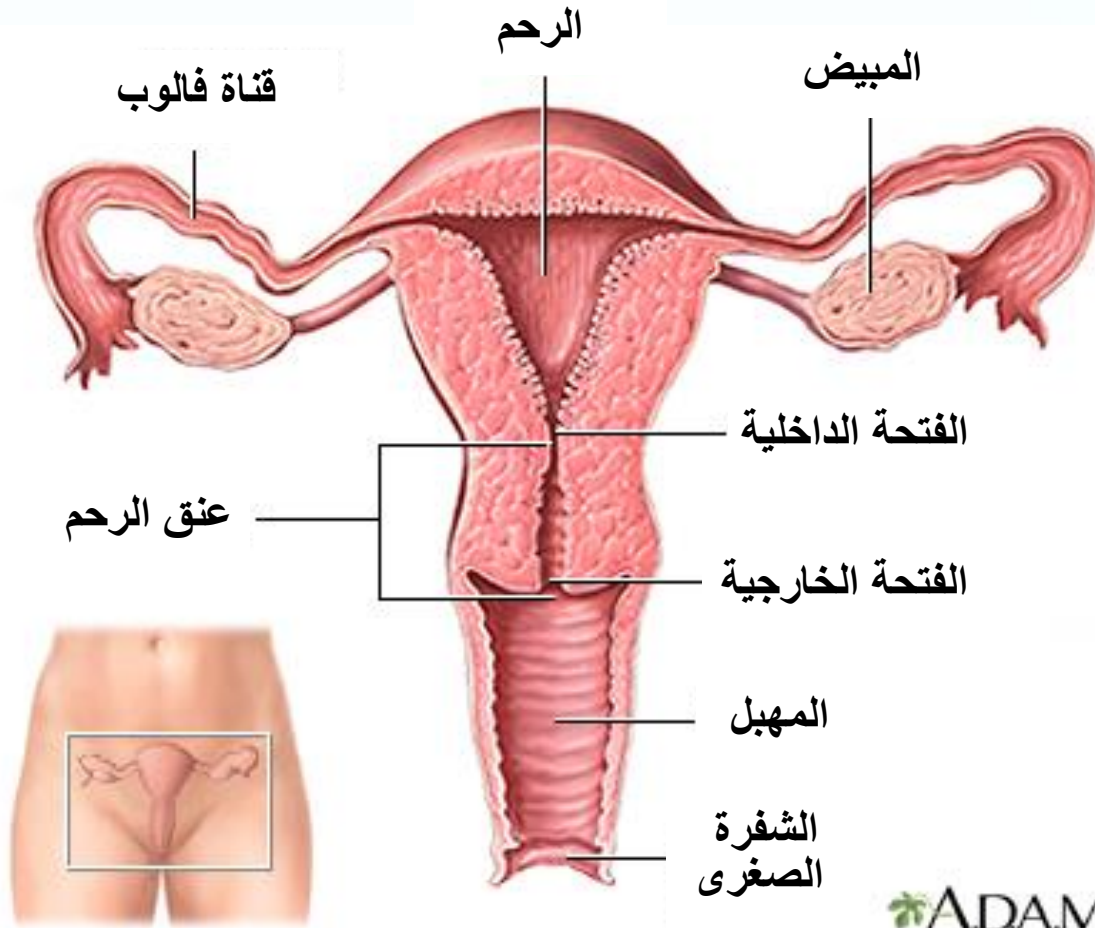
إنه مهم جداً أن يتم تلقيح جميع الفتيات من سن 11 إلى 26



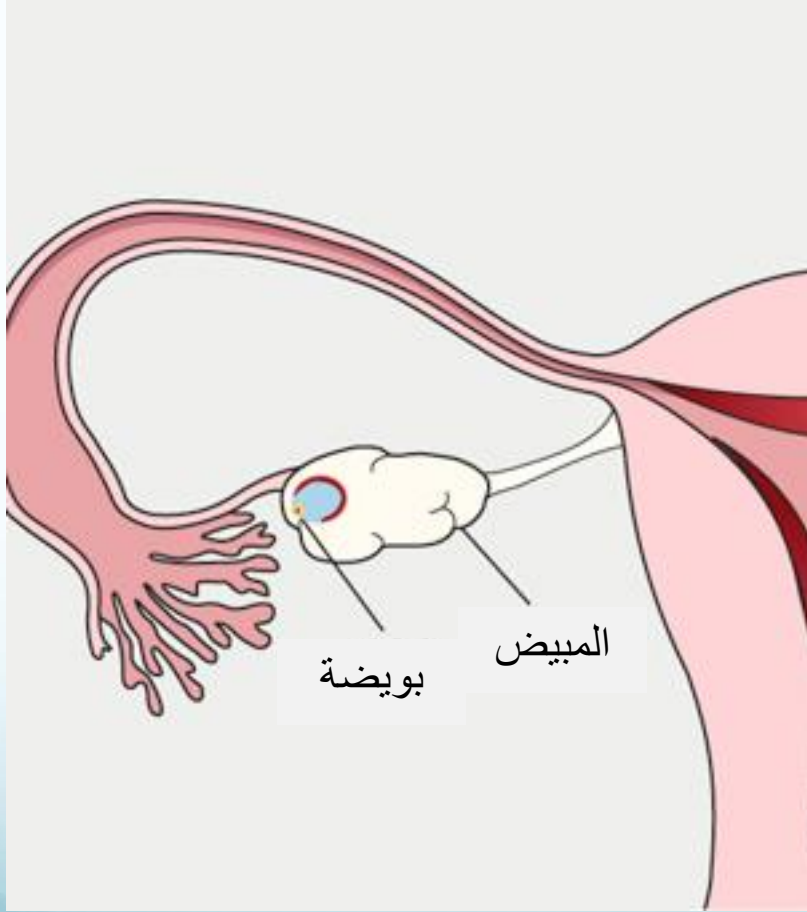
على المرأة أن تتلقى جرعة اللقاح 3 مرات. لا يقي اللقاح من كل الأمراض الجنسية أو السرطانات



المبايض



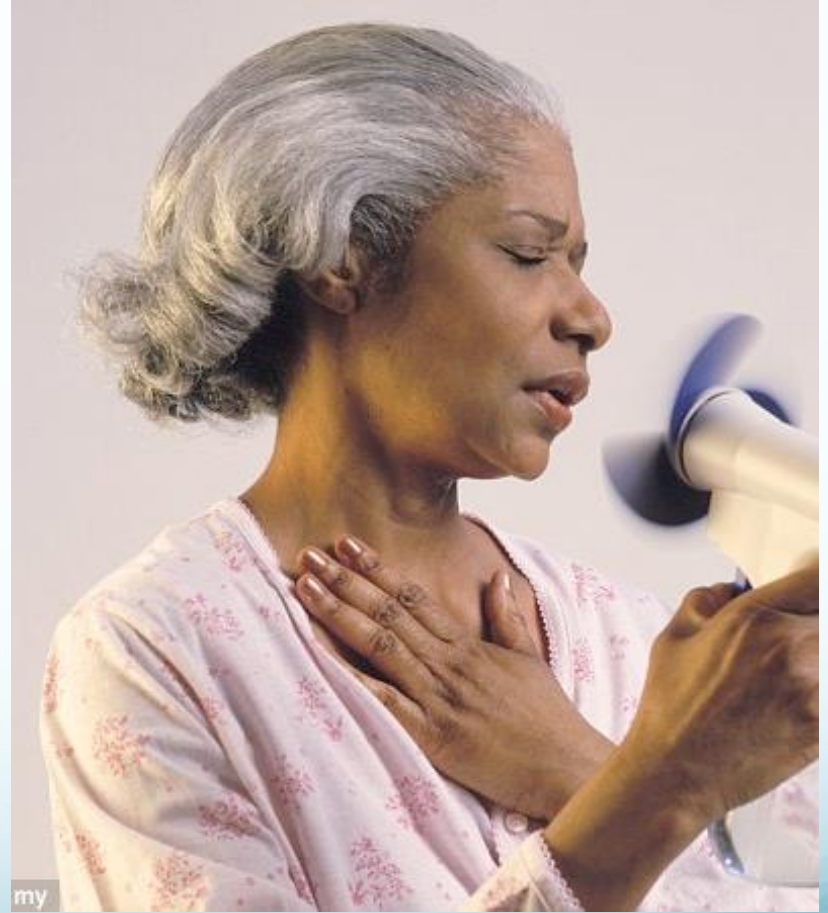
أهمية المبايض



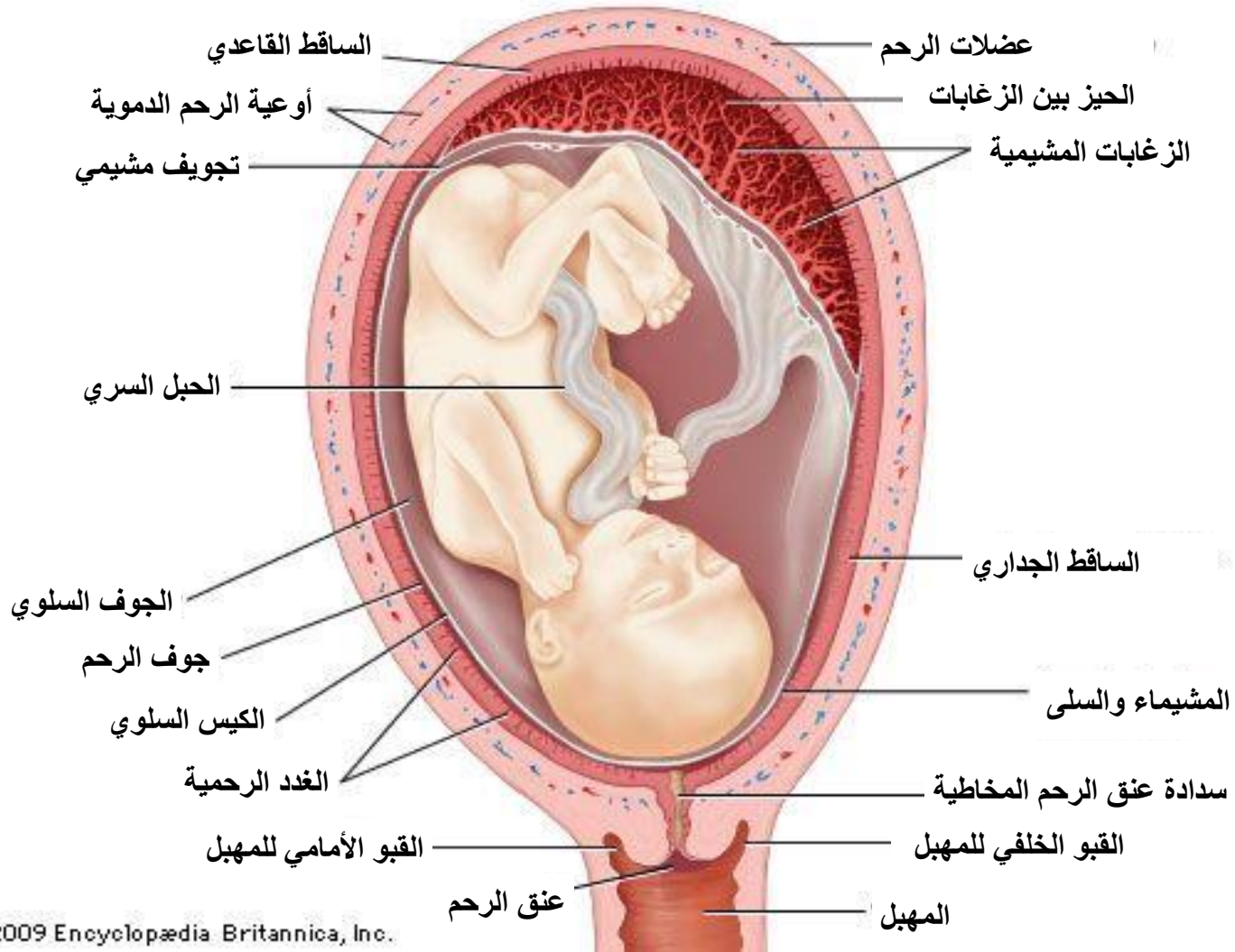
- الدورة الشهرية أو الحيض
- مصدر البويضات التي تنمو إلى أطفال بعد تخصيبها
- تحتوي على هرمونات تلعب دوراً هاماً في نمو العظام والشهوة الجنسية
- الإصابة بالسرطان في المبايض أمر نادر

انقطاع الحيض

- يحدث عندما تنتهي الدورة الشهرية والنزف الشهري عند المرأة
- جزء طبيعي من التقدم في السن أو الشيخوخة والذي يجعل المرأة تشعر وكأنها مريضة
- قد تشعر المرأة بالسخونة أو البرد، التعب، صعوبة في النوم، زيادة في الوزن، إحساس بالحزن أو الغضب
- قد تصبح ممارسة الجنس أقل متعة أو مزعجة

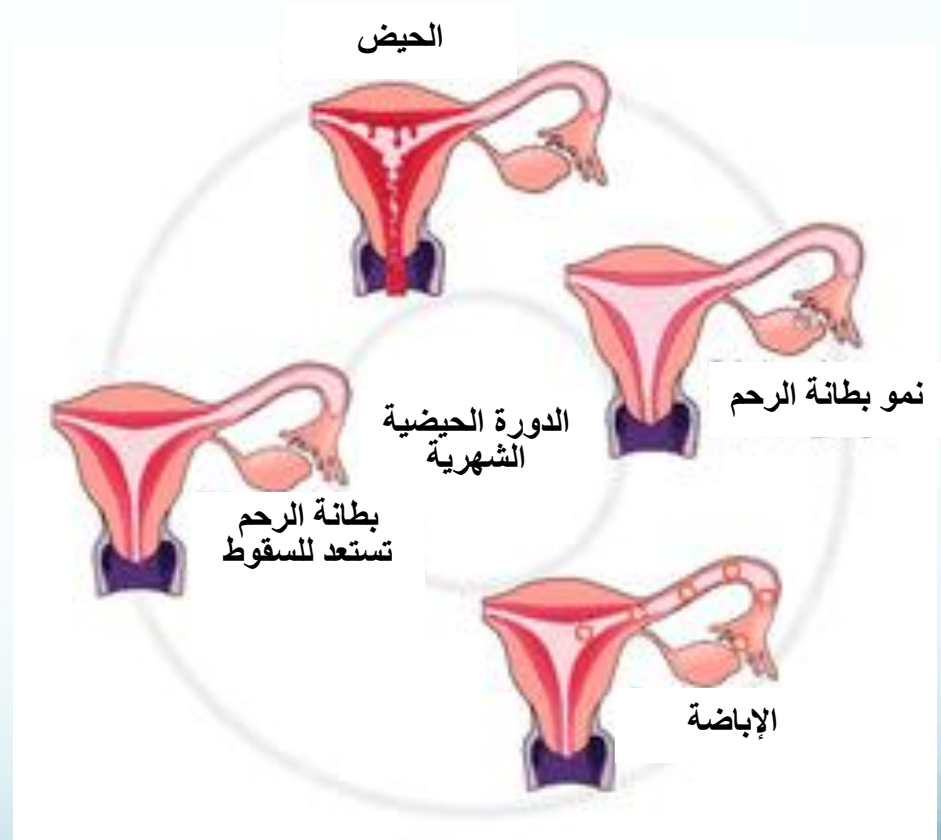


الرحم



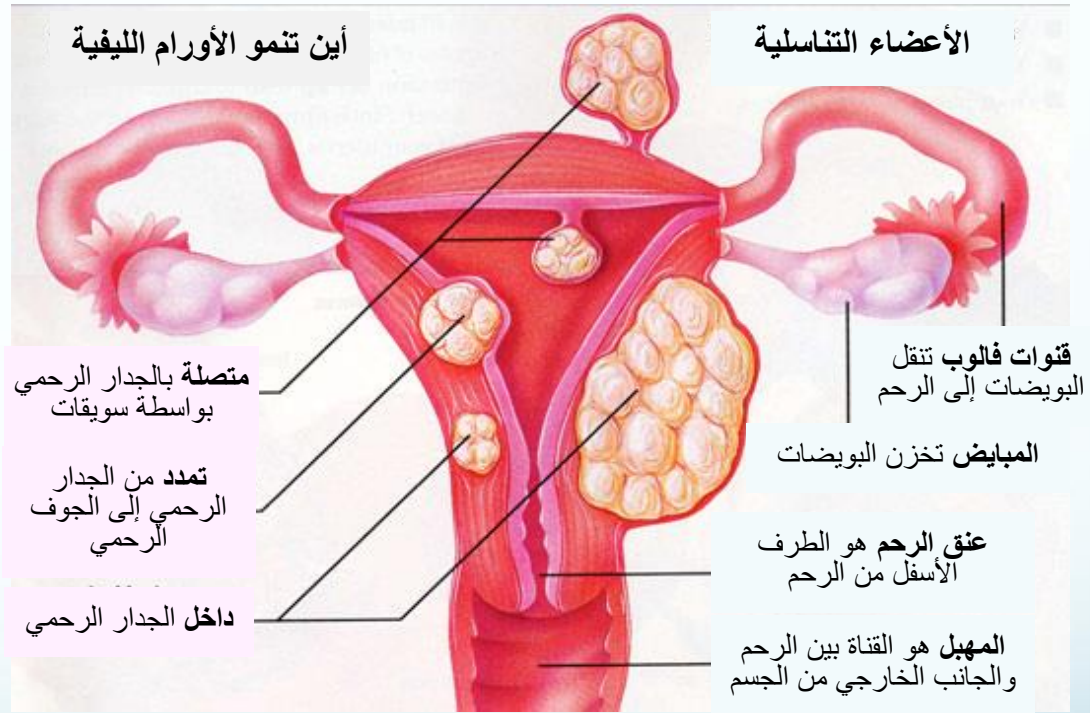
الرحم

- يشكّل بيتاً للجنين النامي
- تسقط بطانة الرحم في حالة انعدام الحمل، ما يؤدي إلى النزف الشهري

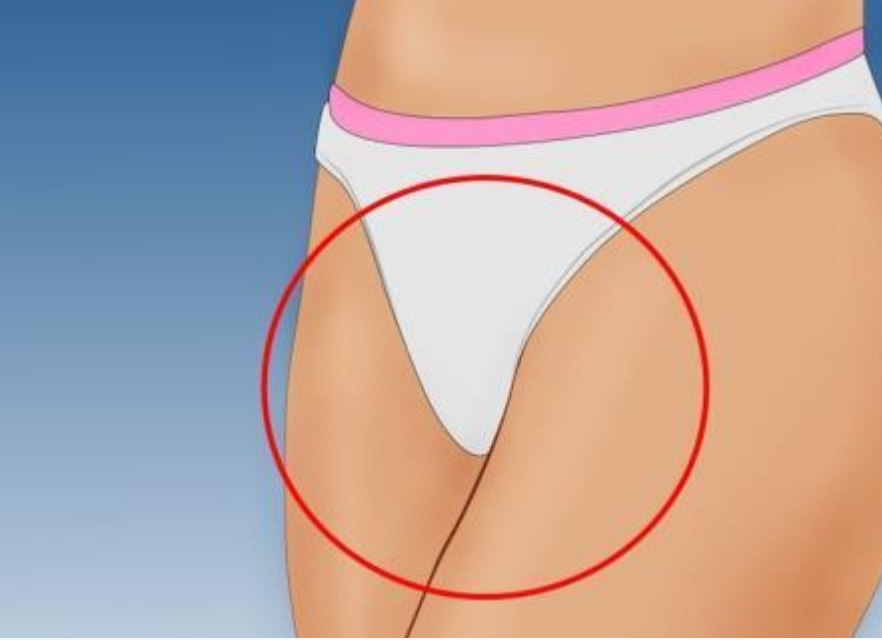


الرحم

- احتمال الإصابة بالسرطان في الرحم
- احتمال نمو أورام أو كتل ليفية في الرحم – وقد تتسبب تلك أحياناً بالألم أو بالنزف غير المنتظم



المهبل

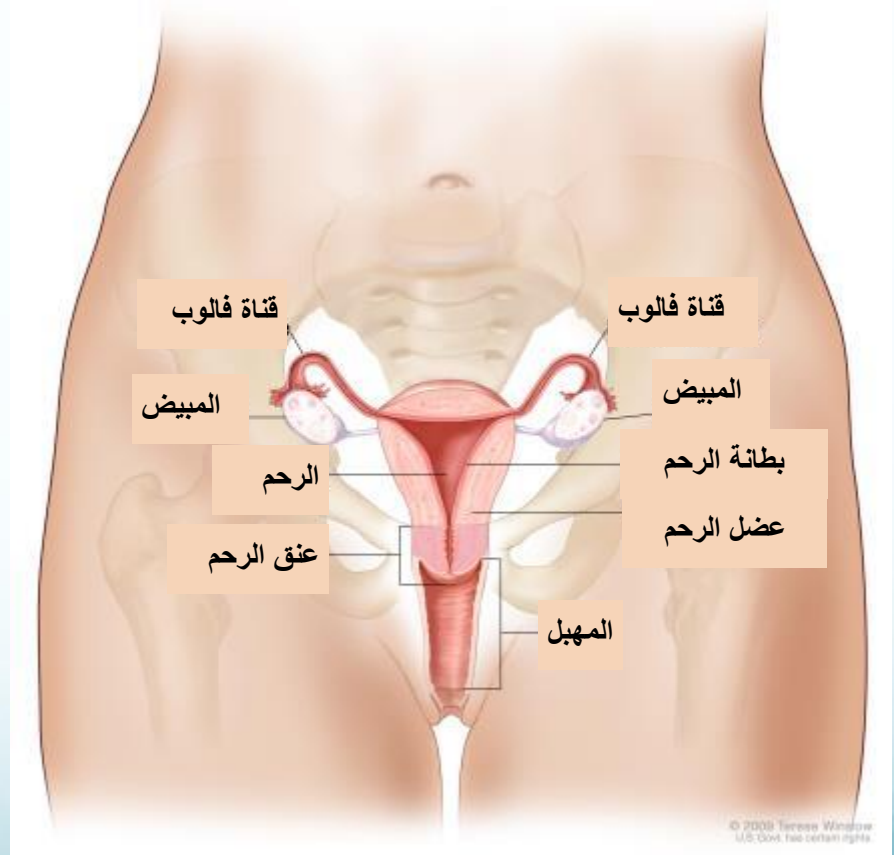


- البظر: المتعة الجنسية
- الأكليل: للبول
- المهبل: النزف الحيضي.
القناة التي يمرّ عبرها الأطفال عند
الولادة

المهبل

الجهاز التناسلي الأنثوي

- النجيج أو الإفراز من المهبل يمكن أن يكون طبيعياً
- العدوى الخميرية
- العدوى المنقولة جنسياً



النظافة المهبلية

مرطب يومي ضد
جفاف المهبل



للتزليق أثناء ممارسة الجنس



لا حاجة لاستعمال الصابون أو
منتجات أخرى لتنظيف المهبل

مناقشة

والآن دعونا نأخذ 20 دقيقة للأسئلة
والمناقشات الإضافية

مواضيع للبحث: التخطيط الأسري، الحمل وفترة
النفاس (ما بعد الولادة)، الجنس/الرغبة الجنسية

في الختام

- ما كانت الأسئلة والمواضيع والأفكار التي تم بحثها؟
- ما هو الموضوع الذي يحظى بالاهتمام لمحاضرة الشهر المقبل؟ من الأفكار المطروحة: التخطيط الأسري، الحمل/الرضاعة، فترة النفاس (ما بعد الولادة)، الرغبة الجنسية، النظافة الأنثوية

تذكري: أنتِ مسؤولة عن
صحتكِ وتتولين إدارة
شؤونها!



هذا العرض مقدمة «شبكة مين أكسس للمهاجر»،
«مين هيلث»، والمركز الطبي في وسط مين

