



الصحة الجنسية والإنجابية

تركز هذه المجالات على الصحة. تُعدُّ الصحة الجنسية والإنجابية مجالًا هامًا في حياة كل إنسان جسدية والعقلية والاجتماعية المتعلقة بالجنس، والإنجاب، والتكاثر.



تعريف الصحة الجنسية والإنجابية

تُعرّف الصحة الجنسية والإنجابية بأنها حالة من الرفاهية الجسدية والعقلية والاجتماعية، وليس مجرد خلوّ من المرض أو العجز.

التمتع بالصحة الجنسية

يشمل القدرة على التمتع بالحياة الجنسية دون خوف أو إكراه أو تمييز.

التكاثر

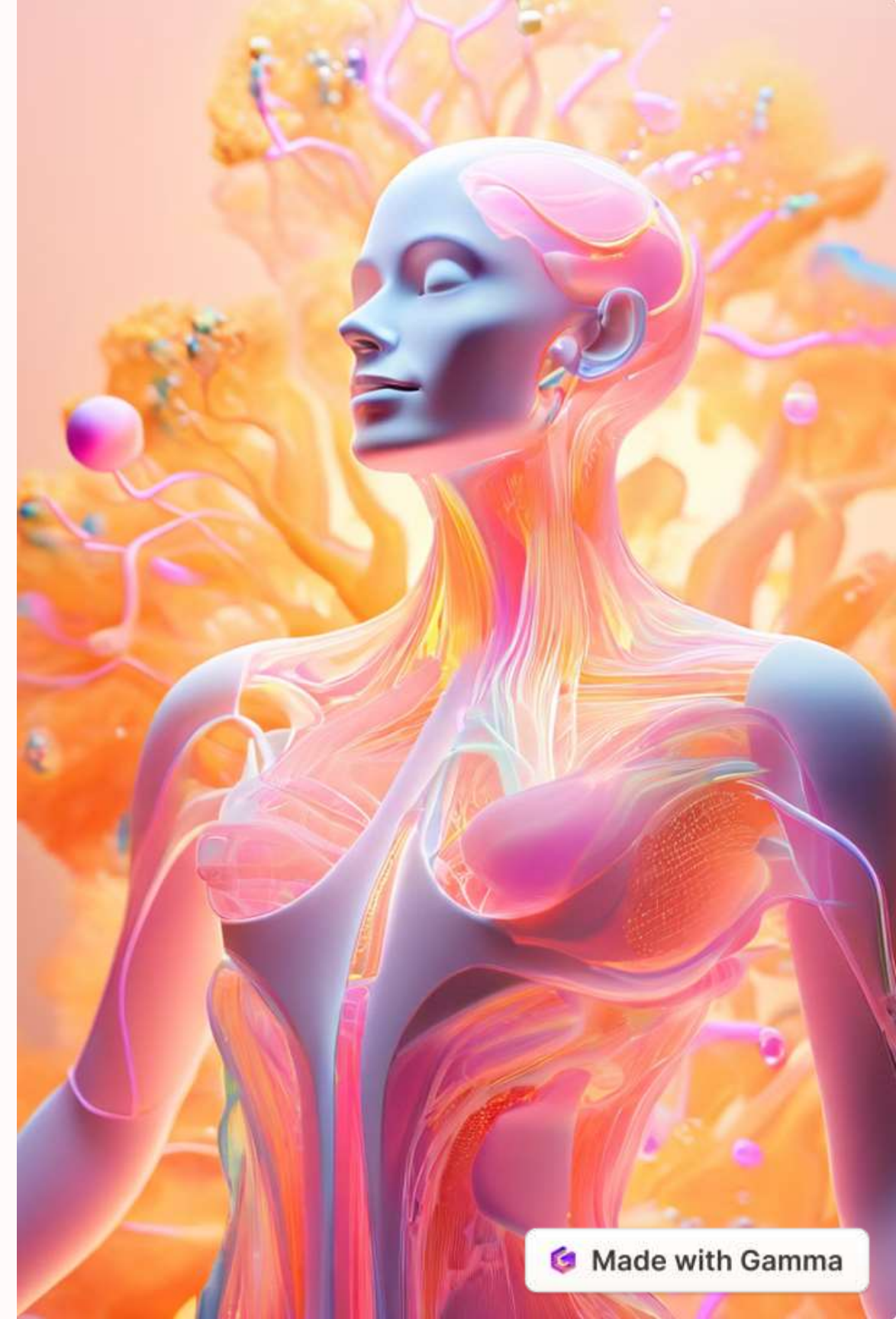
يشمل القدرة على التكاثر أو عدم التكاثر بأمان.

الحقوق

يشمل حقّ كل إنسان في اتخاذ القرارات المتعلقة بصحته الجنسية والإنجابية.

أهمية الصحة الجنسية والإنجابية

تلعب الصحة الجنسية والإنجابية دورًا أساسيًا في تحقيق الصحة العامة للفرد والمجتمع.



المشاكل الشائعة في الصحة الجنسية والإنجابية

تواجه العديد من النساء والرجال مشاكل صحية تتعلق بالجنس والإنجاب.

النساء

تشمل مشاكل الإنجاب، مثل العقم، وسرطان عنق الرحم، والأمراض المنقولة جنسيًا.

الرجال

تشمل مشاكل الإنجاب، مثل العقم، وسرطان البروستاتا، والأمراض المنقولة جنسيًا.

الجميع

تشمل الأمراض المنقولة جنسيًا، مثل التهابات البكتيرية، والفيروسات، مثل فيروس نقص المناعة البشرية (HIV).

الوقاية والعلاج من المشاكل الجنسية والإنجابية

هناك العديد من الطرق للوقاية والعلاج من المشاكل المتعلقة بالصحة الجنسية والإنجابية.

1

التوعية

زيادة الوعي حول الصحة الجنسية والإنجابية.

2

الفحوصات

الخضوع للفحوصات المنتظمة.

3

العلاج

الحصول على العلاج المناسب عند الضرورة.

4

الوقاية

اتخاذ تدابير وقائية، مثل استخدام الواقي الذكري.





دور الأسرة في تعزيز الصحة الجنسية والإنجابية

تلعب الأسرة دورًا هامًا في تعزيز الصحة الجنسية والإنجابية للأفراد.

1

الحوار

تشجيع الحوار المفتوح بين الآباء والأبناء حول الصحة الجنسية والإنجابية.

2

التثقيف

توفير معلومات صحية موثوقة للأبناء.

3

الدعم

تقديم الدعم العاطفي والنفسي للأبناء.

الاحترام



الصحة الجنسية والإنجابية عند المراهقين

تُعدُّ الصحة الجنسية والإنجابية من القضايا الهامة للمراهقين، حيث يمرون بتغيرات جسدية ونفسية كبيرة.

التوعية

التثقيف الصحيح حول الجنس والاختيار
المسؤول.

الوقاية

اتخاذ تدابير وقائية ضد الأمراض
المنقولة جنسيًا.

الخدمة

الوصول إلى خدمات صحية مناسبة.



الصحة الجنسية والإنجابية عند كبار السن

لا تنتهي احتياجات الصحة الجنسية والإنجابية مع تقدم العمر، بل تتغير وتتكيف مع التغيرات الجسدية والنفسية.



الرفاهية

الحفاظ على الرفاهية النفسية

والعاطفية.



الفحوصات

الحصول على الفحوصات الطبية

الدورية.



الأدوية

التعامل مع التغيرات الهرمونية من

خلال الأدوية.



التوعية

التثقيف حول المخاطر الصحية

المتعلقة بالجنس.



الصحة الجنسية والإيجابية والمساواة بين الجنسين

ترتبط الصحة الجنسية والإيجابية بشكل وثيق بالمساواة بين الجنسين، حيث تعكس حقوق الإنسان للجميع.

1 الحقوق

ضمان حقوق الإنسان وحقوق المرأة في مجال الصحة الجنسية والإيجابية.

2 التمكين

تمكين المرأة من اتخاذ قرارات تتعلق بحياتها الجنسية والإيجابية.

3 العدالة

العدالة الاجتماعية والقضاء على التمييز.

4 الوعي

زيادة الوعي بأهمية المساواة بين الجنسين في مجال الصحة الجنسية والإيجابية.



برامج المشورة وتنظيم الأسرة تغطي كافة المناطق،

والوسائل اللازمة متوفرة بأنواعها وبكل الأوقات ؟
تعتبر ممارسات تنظيم الأسرة وضمان الوصول إلى وسائل منع الحمل التي تفضلها النساء والأزواج أمر ضروري لتأمين رفاهية المرأة واستقلالها، وتقديم الدعم في الوقت نفسه لصحة المجتمعات وتنميتها، حيث تعمل منظمة الصحة العالمية على تعزيز تنظيم الأسرة بإصدار مبادئ توجيهية عن مأمونية أساليب منع الحمل وتوفير الخدمات ذات الصلة، ووضع معايير الجودة وتوفير خدمات التحقق المسبق من صلاحية وسائل منع الحمل، ومساعدة البلدان على الأخذ بتلك الوسائل وتكييفها وتنفيذها من أجل تلبية احتياجاتها في هذا المجال .

تقوم المنظمة أيضا باستحداث أساليب جديدة لمنع الحمل، بما في ذلك أساليب تخصّ الذكور، بغرض الحدّ من الحاجة غير الملبّاة إلى منع الحمل . في الاردن معدل استخدام وسائل تنظيم الأسرة.

يمكن تنظيم الاسرة ومن فوائدها واهمها



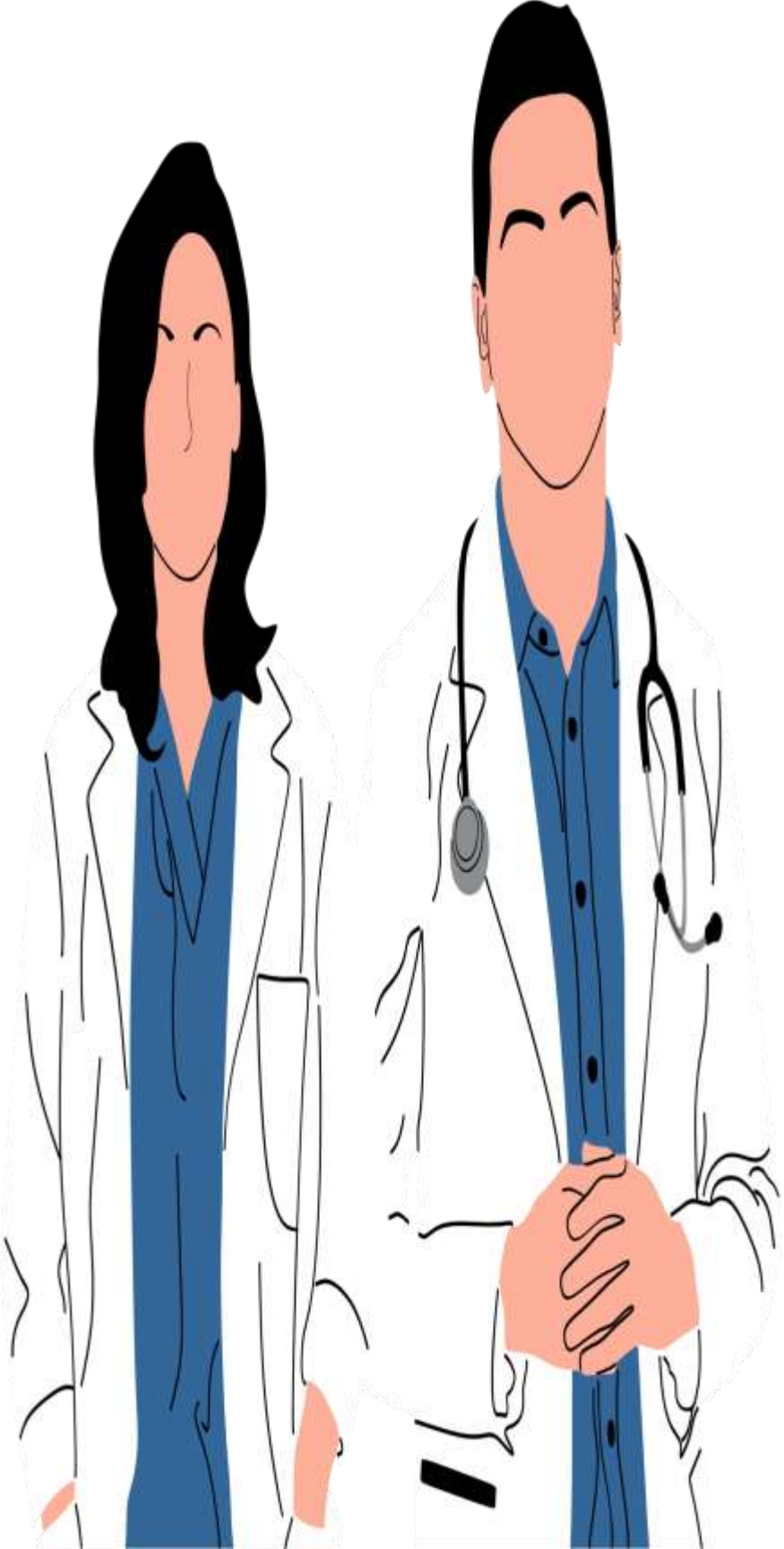
تحديد عدد
الأطفال الذين
يرغبون في
إنجابهم
والمباعدة بين
الأحمال،



توقى المخاطر
الصحية التي
تتعرض لها
النساء نتيجة
الحمل



يحدّ تنظيم
الأسرة من
مخاطر الأحمال
غير المرغوب
فيها لدى النساء
المتعاشيات مع
فيروس الإيدز



من يقوم بتقديم خدمات تنظيم

الاسرة
من الأهمية بمكان إتاحة خدمات تنظيم الأسرة على نطاق واسع حتى يتثنى وصول أي شخص ناشط جنسياً بمن فيهم المراهقون إليها بسهولة من خلال القابلات وغيرهن من ويتم تدريب القابلات وغيرهم. العاملین الصحيين المدربين من العاملين الصحيين المدربين على توفير وسائل منع الحمل المتاحة محليا والمقبولة ثقافيا، بتقديم المشورة وبعض وسائل تنظيم الأسرة، على سبيل المثال حبوب منع الحمل أما بالنسبة لطرق مثل التعقيم، فينبغي. والواقى الذكري إحالة النساء والرجال إلى الطبيب

الأُمراض
المنقولة
جنسياً وتأثيرها
على النساء



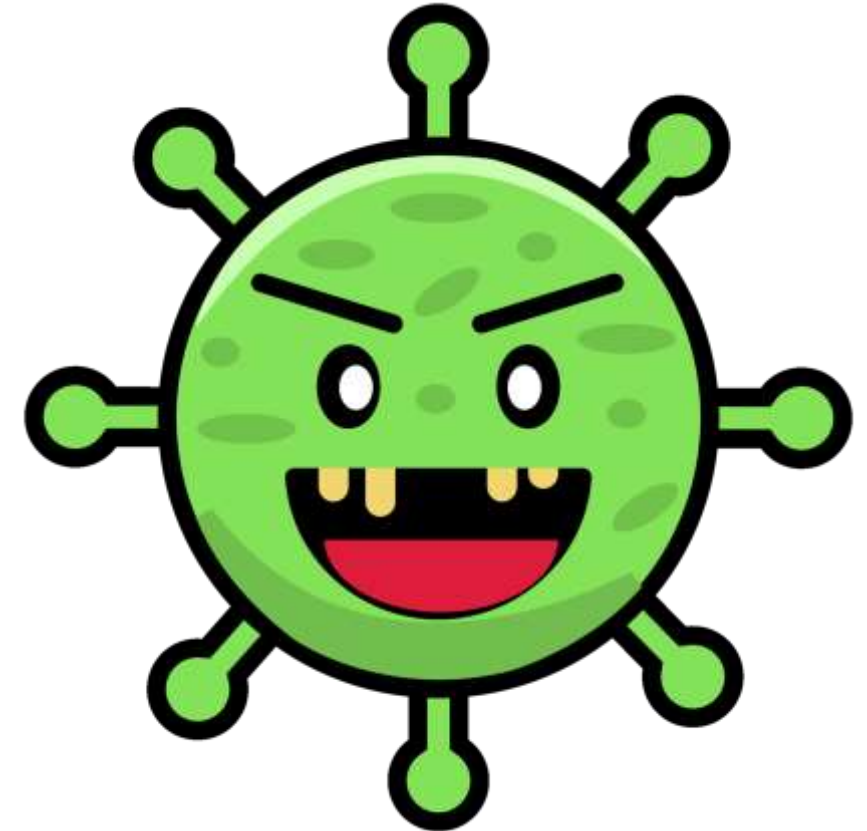
ما هي الأمراض المنقولة جنسياً؟



الأمراض المنقولة جنسياً هي مجموعة من الأمراض التي تنتقل من شخص إلى شخص آخر عبر الاتصال الجنسي. تشمل أكثر أنواع العدوى البكتيرية 20 من الفيروسية.

الأمراض البكتيرية

قد تؤدي إلى التهاب الحوض والعمق إذا لم تُعالج: الكلاميديا
يمكن أن يسبب مضاعفات خطيرة مثل التهاب الحوض وأمراض: السيلان
الجهاز التناسلي العلوي.
قد يؤدي إلى مشاكل صحية خطيرة إذا لم يُعالج في مراحله المبكرة: الزهري



الأمراض الفيروسية

يمكن أن يؤدي إلى سرطان عنق الرحم: (HPV) فيروس الورم الحليمي البشري
يضعف جهاز المناعة ويزيد من خطر: (HIV) فيروس نقص المناعة البشرية
الإصابة بالعدوى الأخرى.

يسبب قرح مؤلمة ويمكن أن يؤثر على الحمل والولادة: الهربس التناسلي



الأعراض المشتركة



ألم أثناء التبول.
إفرازات غير طبيعية من المهبل.
نزيف غير طبيعي بين فترات الحيض.
حكة وتهيج في المناطق التناسلية.

مضاعفات الأمراض المنقولة جنسياً

.العقم ومشاكل في الخصوبة

.زيادة خطر الإصابة بسرطان عنق الرحم

.انتقال العدوى إلى الطفل أثناء الولادة

.أمراض التهاب الحوض



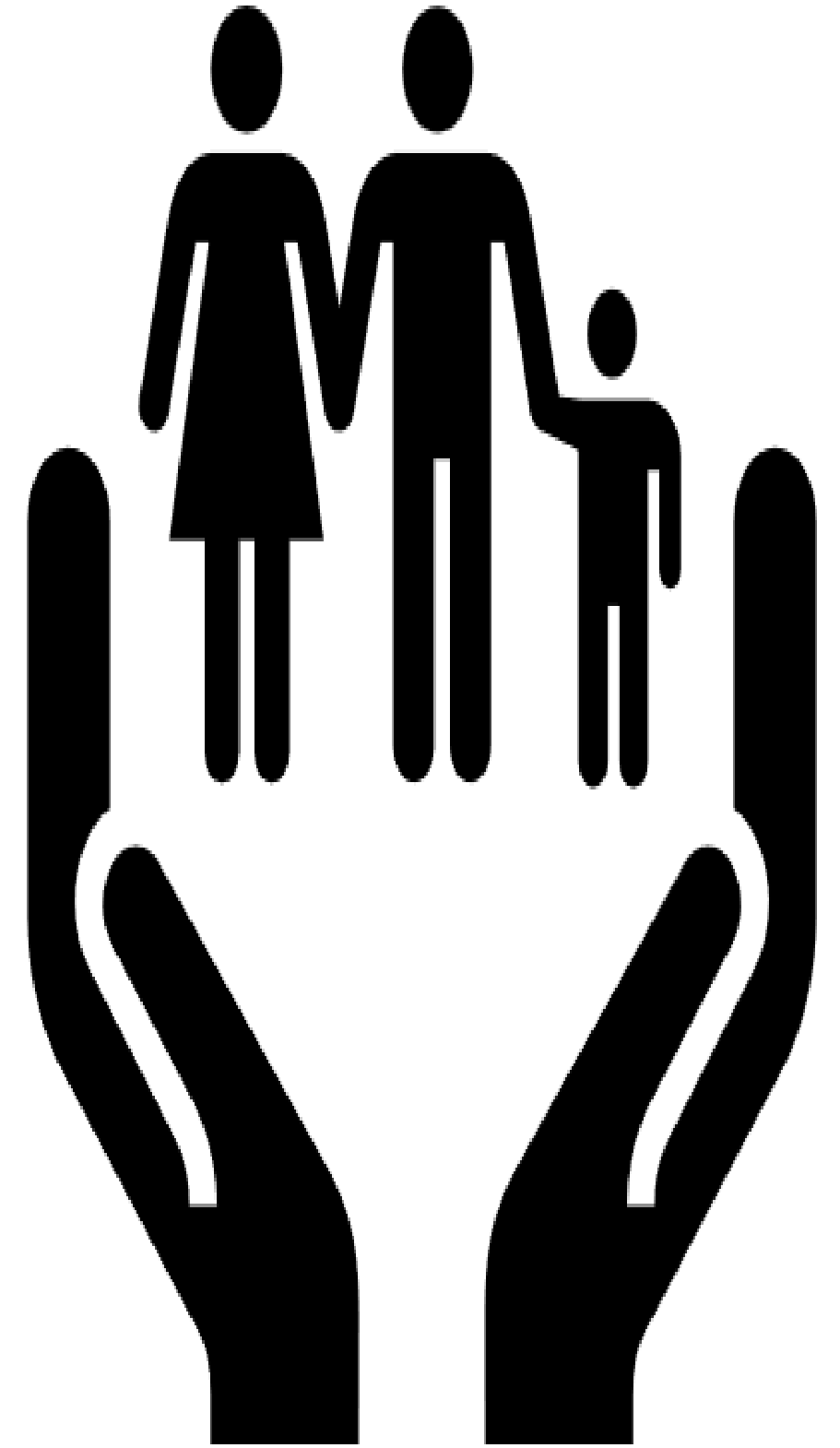
الوقاية

استخدام الواقي الذكري بشكل صحيح.

الفحص الدوري والشامل للأمراض المنقولة جنسياً.

تجنب العلاقات الجنسية غير المحمية.

التثقيف الجنسي وزيادة الوعي.





التشخيص

الفحص الطبي السريري.
التحاليل المخبرية للدم والإفرازات.
الفحوصات الدورية والشاملة.



العلاج

استخدام المضادات الحيوية مثل: البكتيرية
الأزيثروميسين والسيفترياكسون.

استخدام الأدوية المضادة للفيروسات: الفيروسيّة
مثل الأسيكلوفير والأدوية المثبطة للفيروسات
العلاج المبكر لمنع المضاعفات.



طرق استخدام الواقي الذكري



تأكد من تاريخ الصلاحية وتحقق من سلامة العلبة.

افتح العلبة بعناية دون استخدام الأظافر أو الأسنان.

ضع الواقي على رأس القضيب المنتصب واضغط على النهاية لإزالة الهواء

اسحب الواقي إلى أسفل القضيب بالكامل.

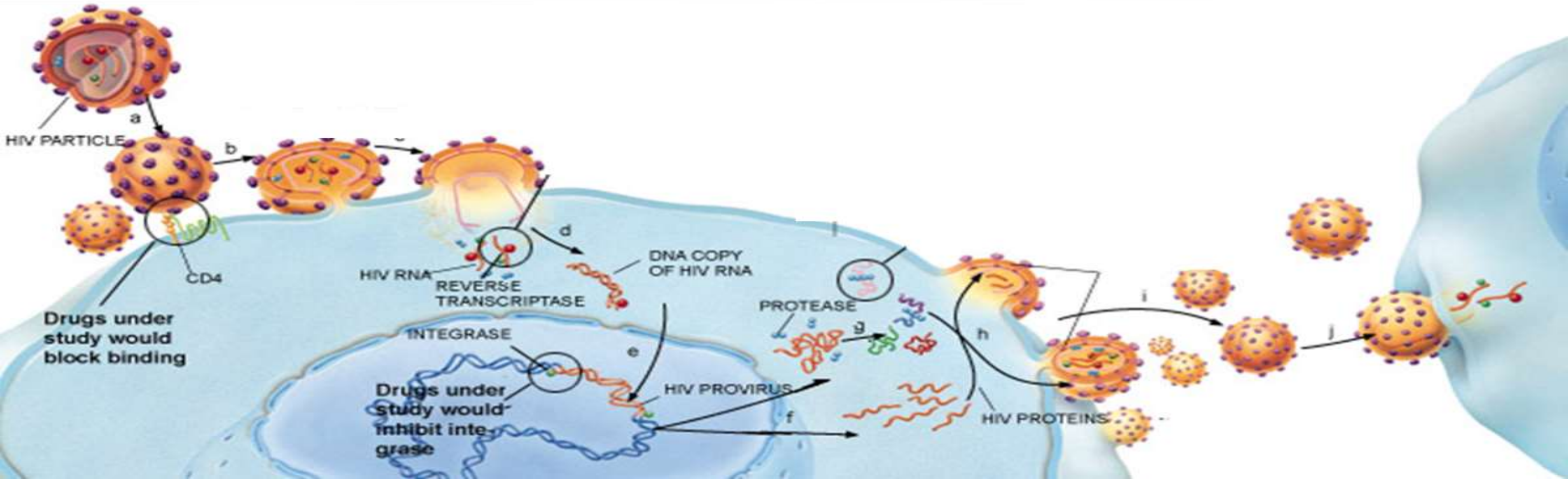
بعد القذف، امسك قاعدة الواقي أثناء سحب القضيب لتجنب انزلاق الواقي.

تخلص من الواقي بشكل صحيح في سلة المهملات.

طرق استخدام الواقي الانثوي

- 1- تأكد من تاريخ الصلاحية وتحقق من سلامة العلبة
- 2- افتح العلبة بعناية
- 3- امسك الحلقة الداخلية المغلقة واضغط عليها لتشكّل شكلاً بيضاوياً
- 4- أدخل الحلقة الداخلية في المهبل ببطء حتى تصل إلى عنق الرحم
- 5- اترك الحلقة الخارجية خارج المهبل لتغطية المنطقة المحيطة
- 6- بعد الجماع، لف الحلقة الخارجية واسحب الواقي ببطء
- 7- تخلص من الواقي بشكل صحيح في سلة المهملات

فيروس نقص المناعة البشرية و مرض الإيدز



ما هو الأيدز

■ الأيدز هو مجموعة من الأعراض المرضية التي تحدث نتيجة تدهور الجهاز المناعي بجسم الإنسان المصاب و الذي يجعله عرضة لكثير من الأمراض المعدية و الأورام السرطانية، نتيجة للإصابة بفيروس نقص المناعة البشري

الأيدز و فيروسه

الفيروس يهاجم خلايا الجهاز المناعي المسئولة عن الدفاع عن الجسم ضد أنواع العدوى المختلفة وأنواع معينة من السرطان . وبالتالي يفقد الإنسان قدرته على مقاومة الجراثيم المعدية والسرطانات . ويسمى

"فيروس نقص المناعة البشري"

Human Immune-deficiency Virus (HIV)

والاسم العلمي لمرض الأيدز (AIDS) هو

"متلازمة العوز المناعي المكتسب"

"متلازمة نقص المناعة المكتسب"

Acquired Immune Deficiency Syndrome

الألفاظ و المسميات

الفيروس

- فيروس نقص المناعة البشرية
- فيروس العوز المناعى البشرى
- فيروس الأيدز

HIV VIH

■ المرض

- متلازمة نقص المناعة المكتسب
- عوز المناعة المكتسب
- الأيدز

AIDS SIDA متلازمة

كيف يمكن لشخص أن يصاب بفيروس الايڊز؟



-الاتصال الجنسي مع شخص مصاب.

-نقل الدم الملوث بالفيروس.



-استخدام الإبر و السرنجات الملوثة بالفيروس



-من الأم المصابة بالفيروس إلي الطفل:
خلال فترة الحمل (داخل الرحم)
أثناء الولادة
عن طريق الرضاعة الطبيعية

لا ينتقل فيروس الأيدز بالطرق الآتية:

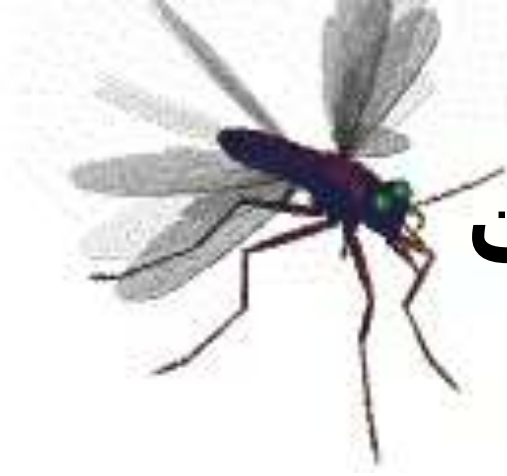
-المعايشة اليومية مع المتعايش مع فيروس الأيدز (كمصافحته أو معانقته أو تقبيله أو الأكل معه في نفس الإناء أو الشرب من نفس الكوب أو الجلوس بجواره أو استخدام نفس المرحاض الذي يستخدمه).



-الدموع و اللعاب و العرق.

-السعال و العطس.

فيروس الأيدز لا ينتقل عن طريق الناموس



- لا ينتقل فيروس الايدز بواسطة الحشرات
 - لا يتكاثر فيروس الأيدز أو يبقى حيا داخل الحشرات
 - الناموس يهضم فيروس الأيدز
 - لا يقوم الناموس بحقن دم داخل جسم الإنسان بل يحقن لعابا فقط، ولا يستطيع فيروس الأيدز العيش فى لعاب الحشرات

ضعيف خارج الجسم

- فيروس الإيدز لا يستطيع أن يبقى حيا خارج الجسم، فإذا حدث تلامس مع دم مصاب أو أي من سوائل الجسم المعدية يمكن القضاء على الفيروس باستخدام
 - الحرارة 60 celsius
 - صابون اليد
 - ماء الأوكسيجين
 - 25% كحول
 - المطهرات على اختلاف أنواعها

ماذا يحدث بعد الإصابة؟

- بعدها بأسبوعين تقريباً تحدث بعض الأعراض الأولية وهي تشبه أعراض البرد العادي ولذا لا يمكن الإستدلال من هذه الأعراض على الإصابة بالفيروس
- يعقب هذه الفترة الخلو من الأعراض وفيها يبدو المصاب سليماً من شكله الظاهر لمدة 8-6 سنوات (تتراوح من 6 اشهر لأكثر من 15 سنة)
- ثم تبدأ الاعراض في الظهور وهي غير مميزة للإيدز بالذات لأنها تتشابه مع اعراض امراض اخرى كثيرة ولذا لا بد من عمل تحليل للفيروس

التعايش مع الفيروس

- معظم (90%-95%) الذين أصيبوا بالفيروس لا يعرفون أنهم مصابين
- الفيروس يظل كامناً 6-8 سنوات في المتوسط) من 3 إلى 25 سنة)
- بعد اكتشاف التركيبة الثلاثية للأدوية المضادة للفيروس لم يعد اليدز مرضاً قاتلاً بالضرورة
- يوصف الدواء عند نقص خلايا المناعة من نوع CD4 عن 500 - 200
- يعيش من يتناول الدواء بانتظام حياة شبه طبيعية و منتجة
- يظل العائق الأساسي أمام المتعايشين هو الخوف و الوصم و التمييز

النساء أكثر عرضة للإصابة

- قدرة المرأة المحدودة على مناقشة المواضيع الجنسية و على الحصول على المعلومات وتلقى الرعاية الصحية
- السطح التناسلي عند المرأة أكبر منه عند الرجل مما يجعلها أكثر عرضة للإصابة
- عادة لا تكون الأمراض المنقولة جنسيا مصحوبة بأعراض أو علامات عند النساء فلا يتم علاجها



- **80% من النساء المصابات في الدول العربية اصابن داخل اطار الزواج الشرعي**