

كيف يعمل الغشاء وغطاء عنق الرحم؟

- تخلق الأغشية وأغطية عنق الرحم حاجزا فوق عنق الرحم لمنع دخول الحيوانات المنوية إلى الرحم. وينبغي استخدامها مع مبيد الحيوانات المنوية، وهي مادة كيميائية ضارة بالمنى مما يجعل الحيوان المنوي غير قادر على الحركة أو "السباحة" بشكل صحيح.
- تتوفر الأغشية بأشكال وعلامات تجارية مختلفة. سيلائمك الموفر مع الحجم المناسب. هناك علامة تجارية واحدة، **كاي** لديها قياس غشاء يناسب معظم الأشخاص. خذي بعين الاعتبار أن يقوم موفر رعاية بالعثور على غشاء **كاي** مناسب لك للتأكد من أنه سيقوم بوظيفته. يمكن استخدام الغشاء لمدة سنتين.
- **فام كاب** هي العلامة التجارية الوحيدة من غطاء عنق الرحم المتوفرة حاليا. هناك ٣ أحجام وسيقوم موفر الرعاية بملاءمتك مع الحجم المناسب. يمكن استخدام غطاء عنق الرحم لمدة سنة واحدة.
- الغشاء وغطاء عنق الرحم مفيد للأشخاص من جميع الأوزان، جميع الأعمار، ومن يتبع علاج تأكيد الهوية الجنسية عبر الهرمونات.



كيف تستخدمين الغشاء وغطاء عنق الرحم؟

يجب أن تستخدمين الغشاء/غطاء عنق الرحم قبل كل ممارسة جنسية تشمل القضيب-المهبل.

تحتاجين إلى مراجعة موفر خدمات صحية (العملية القياس والوصفة الطبية) للبدء باستخدام الغشاء/غطاء عنق الرحم.

أدخله قبل ممارسة الجنس

- دعي موفر الرعاية يقوم بملاءمتك بغشاء/غطاء عنق الرحم وتحضير الوصفة الطبية في صيدلية. اشترى (أو احصلي على وصفة طبية ل) مبيد الحيوانات المنوية. اغسلي الغشاء/غطاء عنق الرحم بالماء والصابون قبل الاستخدام وبعده. تحقق من وجود أي ثقوب أو تمزقات. اغسلي يديك. املئي الكوب وقومي بمحاذاة الحافة مع مبيد الحيوانات المنوية.
- **الغشاء:** اضغطي على الحافة لطئها إلى نصفين مع مبيد الحيوانات المنوية بالداخل. أدخلها مع توجيه الحافة المطوية نحو الجهة الأمامية. ادفعيه إلى عنق الرحم. لإخراجه، قومي بالتقاط الحافة لكسر ختم الشفط. اسحبها إلى الخارج.
- **غطاء عنق الرحم:** اضغطي على الحافة وأدخلي الحافة الأطول أولا مع توجيه الشريط نحو جانبك الخلفي. ادفعيه إلى عنق الرحم. لإزالة الغطاء، اضغطي على القبة لكسر ختم الشفط. ثم استخدمي الشريط واسحبها إلى الخارج.
- أدخل غشاء/غطاء عنق الرحم قبل ساعتين من ممارسة الجنس. بعد ممارسة الجنس، ابقه لمدة ٦ ساعات على الأقل كي يقوم بوظيفته. يمكن إبقاء الأغشية حتى ٢٤ ساعة وأغطية عنق الرحم حتى ٤٨ ساعة. يمكنك ممارسة الجنس عدة مرات بوجود الغطاء في داخلك، طالما أن آخر ممارسة للجنس تحصل أقلها ٦ ساعات قبل إخراجه. لكل ممارسة جنسية، أدخلي المزيد من مبيد الحيوانات المنوية في مهبلك دون إزالة الغشاء / غطاء عنق الرحم.
- لا تستخدمين غشاء/غطاء عنق الرحم أثناء دورتك الشهرية الذي قد يتسبب في الإصابة بمتلازمة الصدمة السامة. إذا أصبحت حاملا (حتى إذا لم تضعي مولودا) أو إذا تغير وزنك بمقدار ١٠ أرطال، فيجب إعادة ملاءمتك.

الخصوصية والتحكم

- يلزم تواجد موفر رعاية صحية للبدء باستخدام غشاء/غطاء عنق الرحم بسبب عملية الملاءمة والوصفة الطبية. يمكنك أن تقرري التوقف عن استخدام الغشاء/غطاء عنق الرحم بنفسك.
- قد يتمكن شريكك من ملاحظة الغشاء/غطاء عنق الرحم أثناء ممارسة الجنس أو تذوق مبيد الحيوانات المنوية.
- قد يتمكن شخص ما يعيش معك أو يشاركك التأمين من رؤية فاتورة من التأمين الخاص بك.
- لا يمكن لشخص آخر أن يرى أنك تستخدمين هذه الطريقة. قد يجد شخص ما الغشاء/غطاء عنق الرحم الخاص بك أو مبيد الحيوانات المنوية.

عند المبادرة باستخدام الغشاء/غطاء عنق الرحم، هل سيظهر مفعولهما فوراً؟

نعم، الأغشية وأغطية عنق الرحم يومان بوظيفتهما لكل ممارسة جنسية تشمل القضيب - المهبل إذا تم إدخالهما بشكل صحيح وفقا للتوجيهات. إذا تم استخدامهما خارج الإطار الزمني الموصى به أو لم يتم إدخالهما بشكل صحيح، فلن يقوموا بوظيفتهما.



قد لا تكون الأغشية/أغطية عنق الرحم مناسبة للأشخاص الذين يعانون أو عانوا من



- متلازمة الصدمة السامة
 - فيروس نقص المناعة البشرية/متلازمة نقص المناعة المكتسب (الإيدز) (أو شريكها)
 - سرطان عنق الرحم
 - حساسية بسبب السيليكون
- هذه ليست قائمة كاملة، تحدثي إلى موفر رعايتك حول تاريخك الطبي قبل بدء هذه الطريقة.

استخدمي وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ إذا

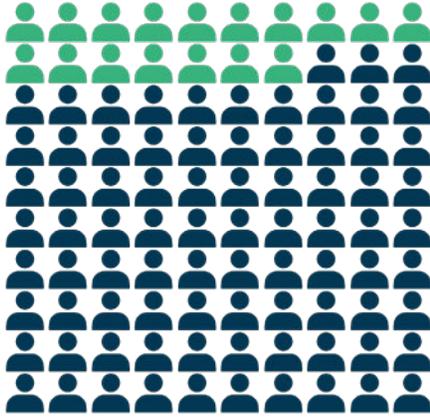


- لم تدخل الغشاء/غطاء عنق الرحم خلال ٢ ساعة من ممارسة الجنس.
- لم تتركي الغشاء/غطاء عنق الرحم ٦ ساعات على الأقل بعد ممارسة الجنس.
- لم تستخدمي مبيد الحيوانات المنوية معه.
- تلاحظين وجود ثقب أو تمزق فيه.
- أنت قلقة من أنك لم تقومي بإدخاله بشكل صحيح.

ما مدى نجاح الغشاء وغطاء عنق الرحم في منع الحمل؟



الغشاء



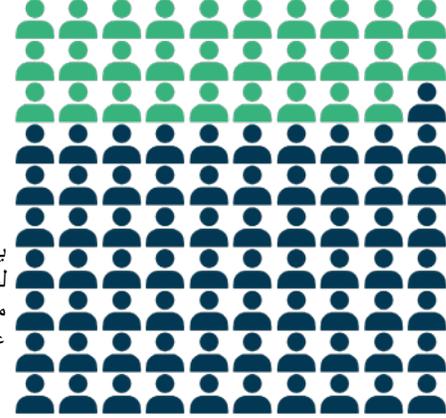
في المتوسط، سيحمل ١٧ من أصل ١٠٠ شخص يستخدمون الغشاء كل سنة. وهذا يعني أنه فعال بنسبة ٨٣٪ مع الاستخدام النموذجي. الاستخدام النموذجي يأخذ في الاعتبار مدى سهولة استخدام الغشاء في كل مرة تمارسين فيها الجنس.

مع الاستخدام المثالي، مما يعني أن الغشاء يستخدم دائما بشكل صحيح، فإن ١٦ من بين ١٠٠ شخص يستخدمونه سيحملون كل عام. وهو فعال بنسبة ٨٤٪.



غطاء عنق الرحم

يؤثر الحمل السابق، حتى لو لم يتم الإنجاب، في مدى نجاح عمل غطاء عنق الرحم.



لم تحملي أبدا: في المتوسط، سيحمل ١٤ من أصل ١٠٠ شخصا يستخدمون غطاء عنق الرحم كل سنة. وهذا يعني أنه فعال بنسبة ٨٦٪ مع الاستخدام النموذجي. الاستخدام النموذجي يأخذ في الاعتبار مدى سهولة استخدام غطاء عنق الرحم في كل مرة تمارسين فيها الجنس.

حملت في السابق: في المتوسط، سيحمل ٢٩ من أصل ١٠٠ شخصا يستخدمون غطاء عنق الرحم كل سنة. وهذا يعني أنه فعال بنسبة ٧١٪.

يمكنك استخدام طريقة أخرى لمنع الحمل مع الغشاء أو غطاء عنق الرحم لتوفير المزيد من الحماية ضد الحمل.

الآثار الجانبية

الأمراض المنقولة جنسيا: لا يمنع ذلك.

- إذا تم استخدام مبيد الحيوانات المنوية عدة مرات في اليوم وتسبب في تهيج، فقد يزيد من تعرضك للإصابة بالأمراض المنقولة جنسيا.
- استخدام الواقي الخارجي أو الداخلي لتقليل خطر كل الأمراض التي تنتقل عن طريق الاتصال الجنسي.

الدورة الشهرية: لا تأثير

تشنجات الدورة الشهرية: لا تأثير

الوزن: لا تأثير

حب الشباب: لا تأثير

عودة الخصوبة: عندما التوقف عن استخدام غشاء أو غطاء عنق الرحم، يمكنك الحمل على الفور.

الآثار الجانبية المحتملة الأخرى:

- التهابات المسالك البولية
- تهيج مهلي أو جلدي

استخدام ما بعد الولادة

الغشاء وغطاء عنق الرحم غير آمنين للاستخدام مباشرة بعد الولادة. بعد الولادة بـ ٦ أسابيع، وبمجرد عودة عنق الرحم إلى الحجم الطبيعي، يصبح استخدامهما آمنا ولن يؤثر على إفراز الحليب أو الرضاعة الطبيعية/الصدر أو نمو الرضع. بعد الولادة، ينبغي عليك إعادة الملاءمة.

اتصلي بطبيبك إذا كنت تعانين من:

- إحساس بالحرق أثناء التبول
- ملاءمة غير صحيحة أو الشعور بعدم الارتياح
- التهاب أو حكة في المهبل
- إفرازات مهبلية غير طبيعية
- علامات الإصابة بمتلازمة الصدمة السامة

أسئلة يجب طرحها على الموفر

- ماذا لو سقط أثناء ممارسة الجنس؟
- كيف يمكنني غسلها وتخزينها؟
- هل يمكنني استخدامه بدون مبيد الحيوانات المنوية؟
- هل يمكن أن تحل فاكسي بدل مبيد الحيوانات المنوية؟

ابحثي عن دليل لمنع الحمل وأوراق معلومات حول كل طريقة.



www.PICCK.org
2022