QU Saudi Arabia

جامعة القصيم Qassim University

الحياة سباق عمادة خدمة المجتمع

الآثار الجانبية الأكثر شيوعاً لحبوب منع الحمل

الصداع :

إذا كنت قد بدأت باستخدام اقراص منع الحمل لأسباب طبية فننصحك بعدم استخدامها إلى أجل غير مسمى لانك قد تعانين من العديد من الأعراض التي يسببها هرمون الاستروجين الموجود في حبوب منع الحمل، و منها الغثيان والصداع وخاصة في الأشهر الثلاثة الأولى لحين تأقلم الجسم مع التغيرات الهرمونية الناتجة عن استخدامها، و في بعض الحالات قد تستمر هذه الأعراض لفترات أطول من ذلك وعندها يجب اللجوء للطبيب لتحديد وسيلة أخرى.

الاكتئاب وتقلب المزاج :

بالنسبة للعديد من النساء تعتبر حبوب منع الحمل الوسيلة التي تحتوي على جرعة آمنة من الاستروجين والبروجسترون لمنع التبويض ونتيجة للهرمونات المضافة اليها فقد تجعلها عاطفية اكثر أو حتى متقلبة المزاج ولكن هذا ليس من الآثار الجانبية التي تستمر على المدى البعيد و عادة ما تختفي بعد وقت قصير ويمكن للنوم لفترات مناسبة و ممارسة التمارين الرياضية بانتظام و ايضا تناول فيتامين B-6 أن يقلل منها.

نزيف غير طبيعي :

قد تعاني المرأة أيضا من حالة من النزف أو البقع الدموية التي تظهر في ما بين فترات الطمث، و يمكن أن تحدث في الشهر الرابع أو الشهر الخامس من بداية استخدام اقراص منع الحمل، و قد يحدث أيضاً نتيجة لتداخل نوع من أنواع العلاجات الأخري مع حبوب منع الحمل.

حساسية الثدي :

حساسية الثدي قد تحدث بمجرد بدء استخدام حبوب منع الحمل و يمكن علاجها من خلال خفض كمية الملح والكافيين وأيضا من خلال ارتداء حمالة صدر جيدة وفي حال استمرار هذا العارض لمدة طويلة لابد من التماس العناية الطبية الفورية خاصة عند وجود ألم في الصدر، وارتفاع ضغط الدم، والام في التنفس، والام شديدة في البطن وبداية مفاجئة من عدم وضوح الرؤية.

انخفاض الرغبة الجنسية :

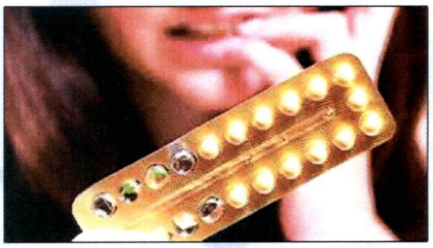
قد يتأثر الدافع الجنسي بعوامل كثيرة ولكن الهرمون في حبوب منع الحمل قد يزيد من حدة هذه المشكلة، وان كان هذا الامر غير مؤكد علميا ولكن افادت نساء عدة عن استعادتهن الرغبه بمجرد التوقف عن تناول الاقراص.

QU Saudi Arabia

جامعة القصيم Qassim University

الحياة سباق عمادة خدمة المجتمع

حبوب منع الحمل البروجستوجينية



- تحتوي على هرمون البروجستوجين ولكنها لا تحتوي على الاستروجين.
- يمكن أن تكون فعالة بنسبة أكبر من 99٪ إذا تناولتها بشكل صحيح. يعني هذا أن أقل من 1 من 100 من النساء اللواتي يتناولن حبوب منع الحمل البروجستوجينية كوسيلة لمنع الحمل سيصبحن حوامل خلال سنة واحدة.
- تتناولين حبة كل يوم، مع عدم وجود فاصل بين علب الحبوب.
- يمكن أن تُستخدم حبوب منع الحمل البروجستوجينية من قبل النساء اللواتي لا يمكنهن استخدام موانع الحمل الحاوية على هرمون الاستروجين: على سبيل المثال النساء اللواتي يعانين من ارتفاع في ضغط الدم،جلطات دموية سابقة أو يعانين من زيادة في الوزن.
- يمكن أن تتناولي حبوب منع الحمل البروجستوجينية إذا كنت مدخنةً وعمرك أكثر من 35 عاماً.
- يجب عليكِ تناول حبوب منع الحمل البروجستوجينية في نفس الوقت كل يوم - قد لا تكون فعالة إذا تأخرت بتناولها لأكثر من ثلاث ساعات.
- قد لا تعمل حبوب منع الحمل البروجستوجينية إذا كنتِ مريضة (تتقيئين) أو تعانين من إسهال شديد.
- قد تؤثر بعض الأدوية على فعالية حبوب منع الحمل البروجستوجينية
- قد يتوقف الحيض لديكِ أو يصبح أقل غزارةً، غير منتظم أو أكثر تواتراً.
- قد تشمل الآثار الجانبية تبقعاً في الجلد وألم بالثدي- يجب أن تختفي هذه الأعراض في غضون بضعة أشهر.
- لا تحمي حبوب منع الحمل البروجستوجينية من الأمراض المنقولة جنسياً. سيساعدكِ استخدام الواقي الذكري مع حبوب منع الحمل البروجستوجينية على حماية نفسكِ من الأمراض المنقولة جنسياً.

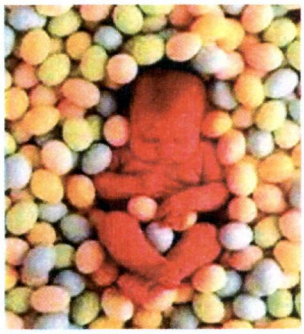
www.dcs.qu.edu.sa

QU
Saudi Arabia

جامعة القصيم
Qassim University

الحياة
سباق
عمادة خدمة المجتمع

حبوب منع الحمل



تحتوي كل أقراص منع الحمل على هرمون واحد أو اثنين من أصل سبعة أنواع من هرمون البروجسترون الصناعى بنسب متفاوتة وهناك أقراص مركبة تحتوي على هرمون البروجسترون وهرمون الأستروجين، ورغم أن هذه الاقراص تمثل خيارا مثاليا لمنع الحمل عند الكثير من السيدات إلا أنها قد تسبب نوعا من القلق إذا صاحب تناولها بعض الأثار الجانبية والمؤكد أن لحبوب منع الحمل آثارا جانبية لكنها ليست خطيرة.

من الآثار الجانبية الأكثر شيوعا لحبوب منع الحمل نجد الغثيان، وانخفاض الرغبة الجنسية، وزيادة الوزن، والصداع، والدوخة، والتهاب أو تورم الثديين، ونزول كمية صغيرة من الدم بين فترة وأخرى، وعدم انتظام الدورة الشهرية، وارتفاع ضغط الدم والكوليسترول، واحتباس السوائل، والإمساك أو الانتفاخ، والتغييرات في الإفرازات المهبلية، و فقدان الشعر، وفقدان كثافة العظام وتغيرات في المزاج، ولكن هذه الآثار الجانبية قد تخف نوعا ما بعد بضعة أشهر من استعمال الحبوب.

ولابد للنساء أن يفهمن أن هناك مخاطر صحية تنجم عن تناول أقراص منع الحمل الهرمونية على المدى الطويل مثل مشاكل في العين، واليرقان، وأمراض المرارة، وأورام الثدي وأورام الكبد، اضافة إلى مخاطر الإصابة بالنوبات القلبية و ارتفاع ضغط الدم وسرطان عنق الرحم .