

الفصل الثاني: تنظيم النسل

I. مقدمة

- ينتج الحمل عن الظواهر التالية: الإباضة - الإخصاب - التعشيش. بعد التعرف على آلية هذه الظواهر و عن شروطها في الفصلين السابقين يتبين أن إمكانية التحكم فيها أصبحت في متناول. أي التحكم في النسل و جعله منظماً وفق رغبات الأزواج.

- تنظيم النسل هو استعمال طرق و وسائل الهدف منها الحيلولة دون الإنجاب و بالتالي تنظيم عدد الولادات حسب المعطيات الاجتماعية و الاقتصادية للأسرة.

فما هي إذن الوسائل المتاحة لتنظيم النسل؟

II. طرق تنظيم النسل

1. الطرق الطبيعية

أ. العزل

- و هو قذف المنى خارج المهبل في نهاية الاتصال الجنسي. ولكن نسبة الفشل هي من 10% إلى 17%.

ب. الإمساك الدوري؛ طريقة Ogino

- و هو تجنب الاتصال الجنسي خلال فترة الخصوبة و تحسب حسب الصيغة التالية:

$$* \text{ أول يوم فترة الخصوبة} = 10 + \text{مدة اقصر دورة} - 28$$

$$* \text{ آخر يوم فترة الخصوبة} = 17 + \text{مدة أطول دورة} - 28$$

- و لكن نسبة فشل هذه الطريقة تبقى مرتفعة و تتراوح بين 11 % إلى 30%.

ج. الرضاعة الطبيعية

- تقل نسبة الإباضة ب 90 % خلال الستة أشهر الأولى بعد الولادة إذا استمرت عملية الرضاعة الطبيعية بصورة نشيطة .

- تعود عملية التبويض ولكن بصورة أقل انتظاماً و أقل كثافة إذا قل عدد الرضعات أي أن فرصة الحمل ترتفع قليلاً ولكن تكون مازالت ضعيفة.

2. الطرق الحديثة

أ. الطرق الكيميائية

* حبوب منع الحمل

- نميز ثلاثة أنواع:

+ **الحبوب المركبة** : تحتوي على الأستروجينات و الجسفرين بتركيز ضعيف تؤخذ 21 يوم و يتم التوقف 7 أيام تكبح إفراز FSH و LH و تغير مخاطة الرحم و تضيق النخامة العنقية أي تمنع الإباضة و التعشيش و الإخصاب؛

+ **الحبوب المرتبة** : الحبوب الأولى تحتوي على الاستروجينات فقط و الحبوب الموالية تحتوي على خليط من الاستروجينات و الجسفرين بتركيز عادي تؤخذ 21 يوم و يتم التوقف 7 تكبح إفراز FSH و LH؛

+ **الحبوب الدقيقة** : تحتوي على الجسفرين فقط تؤخذ باستمرار دون انقطاع تسبب تضيق النخامة العنقية و بالتالي منع الإخصاب و عدم نمو مخاطة الرحم بشكل عادي و من تم منع التعشيش.

- نسبة فشلها تتراوح بين 0,2 % إلى 17 %

* الحبوب المجهضة

- تؤدي إلى تخريب مخاطة الرحم لأن هذه الجزيئة تدخل في تنافس مع الجسفرين و تشغل مستقبلاته مما يمنع تأثير الجسفرين

*** الغرسات**

- عبارة عن 6 عصيات لينة طولها 4 سم و قطرها 2 مم ، تزرع داخل الوجه الأمامي للذراع و تحرر مدة 3 سنوات الجسفرون و هي بذلك شبيهة بحبوب منع الحمل و نسبة فشلها أقل من 1 % .

*** الحقنة**

- تحتوي على الجسفرون وحده و تحقن مرة كل 3 أشهر و فعاليتها تشبه حبوب منع الحمل كذلك و نسبة فشلها 1 % .

*** مبيدات الحيوانات المنوية**

- تضعها المرأة مبيدات الحيوانات المنوية في المهبل قبل الجماع و غالبا ما تستعمل مع وسيلة أخرى لمنع الحمل كالواقي الذكري أو الحجاب الواقي. و نسبة فشلها من 3 % إلى 13 % .

ب. الطرق الميكانيكية*** الواقي الذكري**

- و هو غشاء مطاطي يوضع على القضيب و يمنع مرور الحيوانات المنوية أي حدوث الإخصاب، لكن نسبة نجاح هذه الوسيلة تبقى ضعيفة. نسبة الفشل هي 2 % .

*** الحجاب الواقي الأنثوي**

- غشاء مطاطي يوضع داخل المهبل و يمنع مرور الحيوانات المنوية أي منع حدوث الإخصاب، لكن نسبة نجاح هذه الوسيلة تبقى ضعيفة و تتراوح بين 2 % إلى 17 % .

*** اللولب أو المانع**

- و هو جهاز بلاستيكي يضعه الطبيب داخل الرحم يحتوي على سلك من النحاس يطرح أيونات النحاس و التي تؤثر على الرحم بمنع التعشيش كما يمكنه منع مرور الحيوانات المنوية . مدة فعاليته تمتد 3 إلى 5 سنوات و نسبة فشله بين 0,5 % و 2 % .

ج. الطرق الجراحية*** ربط الخرطومين**

- و تتم بوضع عقدة أو خاتم على كل خرطوم من طرف طبيب مختص لمنع التقاء الأمشاج و بالتالي منع الإخصاب. نسبة فشل هذه الطريقة 0% .

*** ربط القناتين القاذفتين**

- و تتم بوضع عقدة على كل قناة قاذفة بعد فتح كيس الصفن لمنع الحيوانات المنوية من مغادرة الخصيتين فيصبح المنى خاليا من الحيوانات المنوية. نسبة فشلها كذلك 0 % .

III. الخلاصة

- يمكن تنظيم النسل من تحديد أوقات الولادة بالنسبة للزوجين، و يتم ذلك عن طريق استعمال وسائل متعددة لمنع الحمل.
- تتنوع هذه الوسائل بين الطرق الطبيعية و الحديثة، و تبقى هذه الأخيرة أكثر استعمالا لضعف نسب فشلها.
- تأتي الموانع الكيميائية و الميكانيكية في مقدمة طرق تنظيم النسل الحديثة خصوصا في الدول ذات نمو ديموغرافي سريع.