



כתיב التوجيه المهني لمرافقات النساء ذوات المحدودية عند زيارة عيادة نسائية

أدوات عمل مساعدة لاستخدام
المنظومة التعليمية "لبلاخ"

رئيسة التحرير: راما مارينوف كوهين، مديرة تطوير التعليم، شركة سيغنيفيكاست لوسائل الإعلام.

المحررات الشريكات:

عنات فرانك | مديرة البرامج الخاصة، خدمة التقييم، المعرفة والبرامج، إدارة الإعاقات، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية.
شارون غانوت | مديرة المعرفة والمشاركة، كيرن شاليم.

تموز، 2021

الشكر والامتنان للنساء اللاتي ساهمن بكتابة كتيب التوجيه المهني

- الدكتورة ساغيت الون-اربال، الطبيبة الرئيسية، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية
- شوشي أسبلير، مديرة نزل على إسم عتيدوت، إدارة الإعاقات، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية
- عنات فرانك، مديرة البرامج الخاصة، خدمة التقييم والمعرفة، قسم التقييم، المعرفة والبرامج، إدارة الإعاقات، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية
- فاليري زلسكي، مرشدة ومربية في المجال الجنسي-الأجتماعي ومركزة دورات استكمالية، مركز "لأوريخ هديرخ-على طول الطريق" مركز متعدد المجالات للفرد للزوج وللعائلة. أدنام
- استي فيشمان، مستشارة، مركزة المجال المهني في نظام الأسكان ريخاسيم. جمعية تساهار هليف
- أفيفيت شاينغروس، مديرة مركز "لأوريخ هديرخ-على طول الطريق" مركز متعدد المجالات للفرد للزوج وللعائلة، أدنام
- ياعيل تنا-ميلجي، مديرة مهنية، أكيم الخضيرة
- ترجمة مهنية وإعداد لغوي: دالية بصل- أخصائية علاج وظيفي ومرشدة مهنية مؤهلة.

4	المقدمة
5	موقع "لبلاخ" - بيئة تعليمية للنساء ذوات الإعاقات الذهنية التطورية
6	أهمية زيارة طبيب النساء
6	كيفية استخدام كتيب الإرشاد
6	وظائف المرافقة والتحدى الشخصي لهذا الدور
8	لتجهيز قبيل الإرشاد والإطلاع على المنظومة التعليمية
10	أدوات عمل لخلق الشراكة والتعاون
12	التأييد والمناصرة الذاتية وحق الاختيار
13	مبنى جهاز التكاثر التناسلي لدى المرأة-توسيع المعرفة
14	الفحص المهبلي - توسيع المعرفة
16	فحص الثدي اليدوي - توسيع المعرفة
18	فحص تصوير الثدي الشعاعي - توسيع المعرفة
20	فحص ال "باب" - فحص مسح عنق الرحم - توسيع المعرفة
22	المزيد من القراءة والإثراء
23	المصادر

المقدمة

الفتيات والنساء ذوات الإعاقة الذهنية التطورية، كباقي النساء، يتوجب عليهن إجراء بعض الفحوصات والإجراءات الطبية المتعلقة بمجال صحة المرأة. وبما أن الموضوع حساس وحميمي، تكمن صعوبة بتشكيل وساطة حول هذا الموضوع، وأحيانا "تمتنع الفتيات والنساء من إجراء الفحوصات المطلوبة، أو بدلا" من ذلك، إجراء هذه الفحوصات يكون مصحوبا" بإحراج شديد، توتر وأحاسيس غير مريحة. المنظومة التعليمية "ليلاخ" طورت أساسا" للفتيات والنساء ذوات الإعاقة الذهنية التطورية، ولكن بإمكانها أن تلائم لفئات متنوعة من الفتيات والنساء، مع أو بدون إعاقة.

دور المرافقة ضروري وذو أهمية لإنشاء بيئة متاحة ومشجعة قبيل زيارة طبيب النساء، خلال الفحص، وبعد انتهائه. وبذلك، هذا الكتيب المهني الذي أمامك يهدف إلى تزويد صندوق أدوات عمل مساعدة للمرافقة قبيل زيارة طبيب النساء أو خلال الزيارة نفسها. نحن ندعوك لقراءة الكتيب بتمعن شديد، لتتهيئي ذاتك قبيل الإرشاد لتتمكني من مساندة المرأة وإتاحة الفرصة لها لممارسة حقها بتلقي خدمة طبية بطريقة ملائمة بحيث تكون فعالة باتخاذ القرارات المتعلقة بصحتها.

لجنة التوجيه المرافقة:

- شارون غانوت، مديرة المعرفة والمشاركة، كيرن شاليم.
- شوشي أسبلير، مديرة نزل على إسم عتيدوت، إدارة الإعاقات، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية.
- عنات فرانك، مديرة البرامج الخاصة، خدمة التقييم والمعرفة، قسم التقييم، المعرفة والبرامج، إدارة الإعاقات، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية.
- نعما شبيط، مديرة مجال تطوير المعرفة وتدريب الموظفين، خدمة التقييم والمعرفة، قسم التقييم، المعرفة والبرامج، إدارة الإعاقات، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية.
- راما مارينوف كوهين، مديرة تطوير التعليم، شركة سيغنيفيكاست لوسائل الإعلام
- حايا يوسف، الممرضة الرئيسية، المديرية المؤقتة لإدارة الخدمات الصحية، إدارة الإعاقات، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية.
- شلوميت ايلان، ممرضة بديلة للممرضة المسؤولة عن الأشخاص ذوي الاحتياجات الخاصة، نظام الخدمات الصحية، وزارة العمل، الرفاه والخدمات الاجتماعية.

موقع "ليلاخ" - بيئة تعليمية للنساء ذوات الإعاقة الذهنية التطورية

تعد زيارة طبيب النساء حدثًا "حميميا" والذي يثير الإحساس بالخجل الذي يمكن تفهمه الى جانب الصعوبة المنوطة بذلك، ليس فقط لدى المرأة فحسب، وإنما لدى المرافقة أيضا". الكتيب وبيئة ليلاخ يهدفان لتسهيل التطرق لهذا الموضوع المركب للمرأة ولمرافقتها على حد سواء.

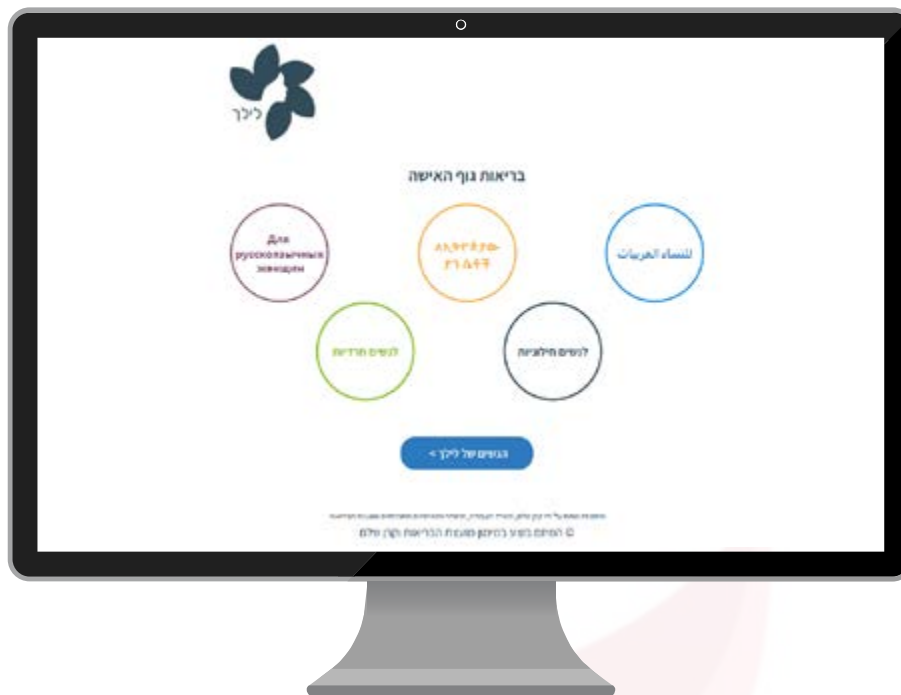
" ليلاخ" هو موقع تعليمي المخصص للنساء ذوات الإعاقة الذهنية التطورية وللمرافقات، بحيث الهدف الذي يصبو إليه يكمن بإتاحة المحتويات المتعلقة بصحة المرأة ومن أجل تهيئة النساء قبيل الفحوصات الاعتيادية في عيادة النساء. تدل الأبحاث ان التهيؤ المسبق لزيارة متوقعة لدى طبيب النساء، فهم طبيعة الفحوصات، والتعرف على الأدوات والأجهزة التي يتم استخدامها في العيادة، تقلل بشكل ملحوظ المخاوف، القلق والإحراج في هذا المجال، ونتيجة لذلك، فهذا قد يشجع التعاون من قبل النساء المتعلمات، وبالتالي تحسين الرعاية الطبية المقدمة لهن.

يعرض الموقع عيادة النساء والفحوصات الأربعة الأكثر شيوعا: فحص مهبلي، فحص ال "باب"-فحص مسح عنق الرحم , فحص الثدي اليدوي وفحص تصوير الثدي الشعاعي. كل من هذه الفحوصات يقدم شريط فيديو من الرسوم المتحركة بالإضافة الى لعبة تفاعلية وأسئلة رئيسية متعلقة بالفحص. تم بناء الموقع من قبل طواقم من النساء المهنيات، ذوات كفاءة في جوانب واسعة من التعامل مع النساء ذوات الإعاقات الذهنية التطورية- الطبييات، الممرضات، الأخصائيات الاجتماعيات، أخصائيات العلاج الوظيفي، المعالجات في المجالين: الجنسي والاجتماعي، مديرات الأطر السكنية وغيرهن. من خلال الاختبارات المكثفة التي أجريت من قبلنا، يبدو أن استخدام المنظومة التعليمية قبيل الزيارة، بمساعدة المرافقة، يفي بالغرض.

نتيجة لنجاح بيئة البحث "ليلاخ" الأصلية، تقرر توسيع نطاق المنظومات التعليمية من خلال إجراء تعديلات ثقافية للنساء اليهوديات المتدينات، العلمانيات، الروسيات، العربيات والإثيوبيات. يرجى اختيار بيئة التعلم المفضلة لك وللمرأة التي ترافقها.

هنا الرابط إلى الموقع الرئيسي "ليلاخ" -

<https://www.kshalem.org.il/home-page-funds>



أهمية زيارة طبيب النساء

الطب الوقائي هو الطب الذي يمنع تطور الأمراض بطريقة أكثر كفاءة، بساطة وسهولة. ضمان زيارات منتظمة إلى طبيب النساء يعد طبياً وقائياً في هذا المجال. وبذلك فإن التعرف المسبق على الفحوصات ذات الصلة مهم جداً.

كيفية استخدام كتيب الإرشاد

سيتم استخدام كتيب الإرشاد قبل مقابلة امرأة تنوي زيارة طبيب النساء، وفقاً للسياق الطبي، سيطلق عليها المتعاجة. يرجى قراءة الكتيب بعناية، مع التركيز على الفصول التي تفصل أدوار المرافق، والأدوات لخلق التعاون، التأييد والمناصرة الذاتية وغيرها. كما أنك مدعوة لقراءة فصل التوسع التابع للفحص الذي من المفترض أن ترافقي متلقيمة الخدمة اليه (على سبيل المثال - فصل توسيع المعرفة عن فحص تصوير الثدي الشعاعي).

وظائف المرافقة والتحدي الشخصي لهذا الدور

للمرافقة العديد من الوظائف التي تشمل مجالات مختلفة، وتنطبق على عملية تهيئة المتعاجة أثناء مرافقتها، وأحياناً على مرحلة المتابعة أيضاً:

أ. التعارف المسبق

في معظم الأحيان تكون المتعاجة هي أمراًه التي تعمل المرافقة معها منذ فترة وجيزة وتعرفها جيداً. ولكن في بعض الأحيان من الضروري مرافقة امرأة لم نتقابل معها من قبل. من أجل أداء المرافقة بأفضل طريقة ممكنة، وبذلك من المهم جداً أن نتعرف على الخلفية الشخصية للمرأة، بما في ذلك تاريخها الطبي.

يمكن أن تتضمن الخلفية الشخصية معلومات حول الصعوبات السلوكية والعاطفية في المجال، العلاقات الجنسية، الخوف من الاعتداءات الجنسية السابقة أو الإصابات المعروفة والمبلغ عنها، التطرق إلى الجسم، التطرق إلى الحيض، النظافة الشخصية، وغيرها.

بالإضافة إلى ذلك، يجب أن يكون الملف الطبي مألوفاً: حالات الحمل، أمراض النساء، الإجراءات الطبية، الأدوية، الزيارات السابقة لدى طبيب النساء، الشكاوى الطبية السابقة أو الحالية، وغيرها.

وثمة مسألة أخرى، من المهم معرفتها قبل زيارة طبيب النساء، وهي طبيعة الدورة الشهرية لدى المتعاجة. بأي وتيرة تتلقى الدورة الشهرية، كم من الوقت تستمر عادة، ما إذا كان النزيف هو قوي للغاية أو ضعيف، ما هي التواريخ الأخيرة (إذا أمكن من المستحسن التزود بسجل دقيق قيد زيارة الطبيب النسائي)، متى تلقت الدورة الشهرية الأولى، وإلخ.

ب الوساطة

السلوك الطبي يمكن أن يكون بمثابة تحدياً لكل أنثى. كنساء بالغات، كجزء من الروتين الحياتي، نحن مطالبات بإدارة صحتنا والتعرف على المصطلحات الطبية غير المألوفة، وأحياناً "ألى جانب المخاوف الصحية، القلق، أو الألم.

الطاقم المهني، الذين لم يعتادوا على العمل مع الأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية التطورية، سيجدون صعوبة في التواصل مع هذه الفئة. من المهم أن نعرف أن الأطباء يصرحون أيضاً "أنهم يجدون صعوبة في تقديم الخدمة المثالية للأشخاص ذوي الإعاقة الذهنية التطورية، لعدم قدرتهم أن يكونوا على دراية بمستوى قدرة الفهم والموافقة لدى المتعالجين.

ونتيجة لذلك، فإن للوساطة السليمة أهمية قصوى. كمرافقة، يمكنك مساعدة المتعالجة والطاقم الطبي على حد سواء.

ت المساعدة في الإدارة الصحية تتطلب الوساطة للوضع الطبي من عدة جوانب:

1. عرفني عن نفسك للطبيب واشرحي دورك كمرافقة. كما يجب لفت أنتباهه إلى أنه يمكنك مساعدته هو أيضاً"، إذا لزم الأمر.

2. خلال الزيارة، ساعدي المتعالجة على فهم الوضع، وشرح ما الذي يحدث لها الآن وماذا سيحدث في المراحل التالية. تأكدي أنها تفهم أقوال الطبيب، الأسئلة التي يطرحها وتعليمات الطاقم الطبي. إذا كنت غير متأكدة من ذلك، كرري كلماتهم بلغة واضحة. إذا لزم الأمر، يمكنك أيضاً "إيقاف الطبيب وطلب المزيد من التفسيرات، أو أن تطلبي منه التحدث بلغة أكثر وضوحاً".

3. غالباً ما يميل الأطباء والطاقم الطبي إلى التحدث إلى المرافقة بدلاً من التحدث إلى المرأة التي يتم فحصها. من المهم توجيه المحادثة بحيث تتم مباشرة ما بين الطبيب والمرأة التي يتم فحصها وليس "فوق رأسها".

4. ومع ذلك، في بعض الأحيان سيتوجب عليك أن تكوني بمثابة فمها والتحدث باسمها. خلال الزيارة، يجب عليك أيضاً التفكير في الأسئلة ذات الصلة التي قد يتم التطرق إليها في وقت لاحق.

5. كوني يقظة للعلامات، الأسئلة أو المخاوف التي قد يكون الطبيب قد أفقدها.

6. في حال توجب اتخاذ قرارات طبية، فمن المهم أن تكون شريكة في اتخاذها قدر الإمكان.

ث من المهم تشجيع التأييد والمناصرة الذاتية، كما هو مفصل أدناه.

ج إذا تم إعطاؤها إرشادات طبية في نهاية الزيارة، فمن المهم كتابتها بوضوح حتى يتمكن التحقق من تنفيذها بدقة.

التجهيز قبيل الإرشاد والإطلاع على المنظومة التعليمية

أ قبل الاجتماع، يجب التأكد من أنك متمكنة جيدا" من المنظومة التعليمية، بحيث تكونين على دراية حول كيفية تشغيل المنظومة التعليمية بأكملها. ولهذا الغرض كتب كتيب الإرشاد للمرافقة من أجلك. حيث يمكنك العثور عليه في القائمة الرئيسية للمنظومة التعليمية:

تشرفت بمعرفتك طبيب النساء غرفة العلاج فحوصات حول أدوات عمل مساعدة للمرافقة



ب في حال كانت المتعالجة تعيش في أطار سكني، حددي بمساعدة مديرة الإطار وقت ومكان الاجتماع لغرض الإطلاع على المنظومة التعليمية، مع الأخذ بعين الاعتبار جدول أعمال المتعالجة والإطار.

ت ابحي عن موقع يتيح الخصوصية لمدة الوقت المطلوب لذلك، على سبيل المثال - غرفة العلاج.

ث قومي بأختيار مسبق للوسيلة التي تتيح الإطلاع على المنظومة التعليمية في ظل الظروف المثلى، بما في ذلك الاتصال عبر الإنترنت، مكبرات الصوت إذا لزم الأمر، إلخ. هل ستشاهدن المنظومة التعليمية بواسطة الحاسوب، الهاتف الذكي أو الجهاز اللوحي (التابلت)؟

ج مبنى المنظومة التعليمية يتضمن التعرف على غرفة العلاج، فيديو التعرف على طبيب النساء، ومن ثم أربع وحدات منفصلة لكل واحدة من الفحوصات الأربعة (الفحص المهبلي، فحص ال "باب"- فحص مسح عنق الرحم، فحص الثدي اليدوي وفحص تصوير الثدي الشعاعي). يمكن مشاهدة جميع وحدات المنظومة التعليمية، ولكن ليس بالضرورة. من المهم مشاهدة الأجزاء الأولى، ومن ثم -الفحص المحدد الذي ستخضع له المتعالجة في المستقبل القريب.

ح يجب مشاهدة المنظومة التعليمية ببطء وبطريقة متاحة، التوقف وقت الحاجة، العودة الى الورا، التأكد من أنها فهمت وتشجيع الحوار.

خ من الممكن أن تشكل المتابعة الصحية لدى طبيب النساء بمثابة تحديا" لدى النساء ذوات الأعاقة الذهنية التطورية، لكونهن لا يتشاركن المعلومات ذات صلة بشكل دائم، ونحن لسنا دائما" على دراية بالأعراض التي قد تعاني منها المتعالجات. لذلك، من المهم طرح الموضوع وقت التحضير للزيارة، من أجل خلق حالة تفهم فيها المرأة ما هو الموضوع ذو الصلة الذي يتوجب الإفصاح عنه لطبيب النساء أثناء زيارته.

"في الآونة الأخيرة أشعر بحكة."

"منذ أن تناولت الدواء الجديد، أذهب إلى الحمام بفترات متقاربة جدا."

"أشعر وكأنني أحترق."

"عندما ألمس صدري أشعر بشيء بارز."

"وزني تغير."

"لم أتلقى دوري الشهرية منذ أشهر."

د ويمكن أيضا" النظر في التحضير عن طريق مجموعات مهنية، حيث تتشارك النساء خبرتهن مما يمكنهن تهدئة بعضهن البعض. تظهر الدراسات أن للتحضير عن طريق مجموعات فعالية قصوى، ويعود ذلك جزئيا" إلى أهمية الخطاب في "مجموعة الأقران".

" أعرف الدكتور (ليفين) لقد ذهبت إليه عدة مرات بالفعل إنه لطيف جدا".
" في العام الماضي قمت بأجراء فحص تصوير الثدي الشعاعي. أنه فحص مؤلم بالفعل ولكن لا تقلقي، بضع دقائق وينتهي".

ذ في كل من جلسات المجموعة والجلسات الفردية، على حد سواء، يجب أن تكوني يقظة وأن تولي اهتماما" للعلامات التي يمكن أن تشير إلى الضيق من جانب المتعالجة. في حال واجهت ردود فعل غير عادية، يرجى لفت انتباه عضوة الطاقم المهنية لذلك.

ر تتلقى الكثير من النساء ذوات الإعاقة الذهنية التطورية توجيهات بشأن حقهن في أجسادهن والحظر الذي ينطبق على الغرباء بلمس أجسادهن. من المهم التوفيق بين التناقض قبيل زيارة العيادة والتأكيد على أنه عندما يتعلق الأمر بالعلاج الطبي، سواء الروتيني أو العلاج لمشكلة طبية قائمة، يجب على الطبيب لمس جسم المرأة ويفعل ذلك في إطار واجباته ولمنفعتها. من المهم التأكيد على أن ذلك لا يشكل ضررا" للجسم أو الخصوصية هنا.

ز كمرافقة، فمن المستحسن أن تعرفي التاريخ الطبي لعائلة المتعالجة، إذا كان ذلك ممكنا. إذا كان هنالك شخص من درجة القرابة الأولى (الأم أو الأخت) قد أصيب سابقا" بمرض خبيث مثل سرطان الثدي أو سرطان المبيض أو سرطان بطانة الرحم أو سرطان القولون المستقيم، فمن المستحسن أن تأتي إلى الزيارة الطبية مزودة بالوثائق الطبية التي يمكن تقديمها إلى الطبيب بشكل فعال، وتجنب التوضيح المباشر أمام المرأة المتعالجة، مما قد يولد القلق. بالإضافة إلى ذلك، من المهم معرفة ما إذا كانت المرأة تميل إلى فرط تخثر الدم أو النزيف - والتي هي ظواهر فسيولوجية التي يمكن أن تؤثر على القرارات الطبية التي يجب على الطبيب اتخاذها.

س من المهم أيضا أن نعرف أنه في بعض الأحيان هناك دعر حول مسألة النزيف. ونتيجة لذلك، قد يكون هناك تقارير مفردة، أو تقارير ناقصة بصدد هذا الموضوع.

ش إذا كان ذلك ممكنا، فمن المفضل إجراء الإجراءات الطبية برفقة امرأة قريبة من الامرأة المتعالجة (أم أو أخت أو مرشدة قريبة بشكل خاص)، من أجل تزويد المرأة بالدعم النفسي الأمثل.

ص نقطة مرجعية خاصة

تعاني بعض النساء من ظاهرة تسمى فغينيساموس -التردد الشديد في لمس المنطقة التناسلية، لأسباب مختلفة. من المهم معرفة الظاهرة وأدراكها قبل لقاء المتعالجة مع الطبيب. في هذه الحالة من المهم إبلاغ الطبيب وفحص إمكانية تقديم بديل للفحص المهبل، مثل فحص الموجات فوق الصوتية الخارجية.

أدوات عمل لخلق الشراكة والتعاون

أ الوعي بكل ما يتعلق بالخلفيات المختلفة والثغرات في المناهج

تتأثر الناس بالخلفية والعلاقة الثقافية والأسرية التي نشأوا وتعلموا فيها. قد تكون هناك أشياء واضحة بالنسبة للمرافقة، ولكن قد تتطرق إليها المتعالجة من زاوية نظر مختلفة. وينبغي أن نتذكر أنه في بعض الأحيان تصورات المرأة من طبيب النساء ليست بالضرورة نفس التصورات الخاصة بك، كمرافقة، بكل ما يتعلق بهذا الموضوع.

ب فهم الصعوبات المحددة

تعد زيارة طبيب النساء حدثاً الذي يمكن أن يكون صعباً. من المستحسن الاستفسار مسبقاً مع المتعالجة عن أفكارها ومشاعرها حول هذا الموضوع، وكذلك مناقشة الوصمات إذا وجدت. وحقيقة كون هذا الفحص يتضمن اللمس والكشف عن المناطق الحساسة التي ينطبق عليها تعريف "المحرمات" والوصمات، قد تزيد الصعوبات للخضوع للفحص. كلما كان التحضير أكثر نجاحاً ودقة، كلما كانت إدارة الزيارة الطبية ناجحة أكثر.

في بعض الأحيان يتحدث الناس عن صعوباتهم ويشرحونها، وفي بعض الأحيان يتجنبونها وقد تكون ردة فعلهم مصحوبة بالضغط وعدم الرغبة بالتعاون بهذا الموضوع. كمرافقة، من المهم أن تحاولي أن تفهمي بالضبط ما هي الصعوبات التي تواجه المرأة. هل هي خائفة من شيء ما، هل شهدت حدثاً "صعباً" في الماضي، هل تعاني من أي آلام، هل هناك أي شيء آخر محدد يزعجها. إن فهم المشكلة المحددة للمتعالجة، سيمكن توفير الرد المتعمد والدقيق.

ت الإشارة إلى التجارب السابقة التي قد تمنح الدعم والتشجيع

حاولي تذكير المتعالجة بالتجارب التي مرت بها في الماضي والتي تمكنت فيها من التغلب على صعوبة مماثلة، من أجل "ربطها" بقدرتها على التأقلم والتغلب عليها. هل تتذكرين العام الماضي عندما خضعت لعلاج طب الأسنان؟ لقد تألمت بالفعل لكنك نجحت تجاوز الأمر.

ث كما هو الحال دائماً، حتى أثناء التحضير للزيارة الطبية، من المهم التحدث إلى المتعالجة بطريقة محترمة. يمكنك مشاركة خبراتك الإيجابية معها إذا كان ذلك مناسباً بنظرك، وبالاعتماد على طبيعة العلاقات بينكما.

ج يجب أن تكوني حساسة "لعمق المعلومات التي تقدمينها، وأن تولي اهتماماً" للرسالة التي تقومين بإيصالها. من المهم التحدث والشرح بنبرة صوت واقعية وملموسة، وأن تكوني على وعي ودراية للغة جسد المتعالجة والعلامات التي تعبر عنها من خلال لغة جسدها.

ح تسليط الضوء على الأدوار

زيارة عيادة نسائية يمكن أن تخلق الارتباك أو التناقض وفقاً للثقافة الذي تتلقاه المرأة بشكل مكثف طوال حياتها ("أنا على جسدي"، لا ينبغي لأحد أن يرى الأعضاء الحميمة أو يلمسها).

يمكن تسوية التناقض من خلال إبراز موضوع الأدوار. على سبيل المثال، يحتاج بعض الناس إلى المساعدة في الحفاظ على النظافة الشخصية، بحيث يسمح لأولئك الذين يساعدونهم بفعل ذلك وفقا لما هو مسموح به في إطار دورهم هذا. كذلك يسمح أيضا " لطبيب النساء بأداء فقط ما هو مطلوب منه في إطار دوره هذا. خلال المحادثة، من الممكن التوسع في مختلف المهن الطبية -يفحص طبيب العيون الرؤية، ويمكن لطبيب الأسرة التحقق من التنفس، وما إلى ذلك. بالإضافة إلى ذلك، وكما أن أطباء الأطفال لديهم وظيفة لعلاج الأطفال فقط، من المهم أن نوضح أن طبيب النساء يفحص ويعالج النساء فقط -مما يمكن أن يخفف من هلع الزيارة. في هذا السياق من الممكن أيضا التحدث عن سلوكنا المتغير كمرضى. على سبيل المثال، نحن لا نفتح أفواهنا على مصراعيها أمام الآخرين، ولكننا نفعل ذلك عند زيارة طبيب الأسنان.

خ تفضل بعض النساء مشاهدة المنظومة التعليمية بأنفسهن، أحيانا" بالإضافة إلى مشاهدتها مع المرافقة أو بدلا" منها. ومن الضروري الانتباه لما تفضله المرأة، ووفقا لقدراتها، يمكن إرسال رابط المنظومة التعليمية الملائمة لها.

د الحوار حول طبيب النساء والمنظومة التعليمية "ليلاخ" ليس معدا" لمرة واحدة. لضمان خلق تعاون، من المهم أن يكون هنالك استمرارية. من المهم التأكد من أنها تشعر بالراحة بعد الأطلاع على المنظومة التعليمية. حتى بعد زيارة طبيب النساء، من المهم أن تحافظي على اتصال دائم مع المرأة، إذا كان ذلك ممكنا.

ذ كمرافقة، يجب أن تكوني حساسة لمجموعة متنوعة من المحتويات، وإذا لزم الأمر، يمكنك الاستعانة بعضوة طاقم مهنية حسب المواضيع مثل:

1. ولادة وتربية الأطفال
2. الاعتداءات الجنسية
3. صعوبة خلال فترة نزيف الحيض

ر من الممكن أن توضحى للمرأة أنه إذا رغبت بذلك، بإمكانك دخول غرفة الفحص معها والبقاء معها خلال الفحص (على سبيل المثال بالفحص المهبل).

التأييد والمناصرة الذاتية وحق الاختيار

التأييد والمناصرة الذاتية هو مفهوم واسع ويشمل حقوق المرأة، كما ويشمل القدرة على السؤال، اتخاذ القرارات وقدرة الاختيار. عملية الاختيار ذات أهمية كبيرة، لأنها تزيد من شعور المتعالجة بالسيطرة على حياتها بيديها. دورك كمرافقة هو، ضمن أمور أخرى، ضمان الحفاظ على حقوق المرأة، بما في ذلك خيار الاختيار.

يمكن أن تنطبق خيارات تلقي العلاج الطبي على العديد من الجوانب، اعتماداً على الحالة:

- أ في بعض الأحيان يمكن اختيار جنس الطبيب، وأحياناً يمكنك حتى اختيار طبيب معين أو طبيبة معينة. لكن في بعض الأحيان، هذا غير ممكن نتيجة لقيود النظام الصحي. عملك كمرافقة هو التحقق من تفضيلات المرأة، توضيحها وتنفيذها في حال كان ذلك ممكناً.
- ب وقت الاختبار وموقعه.
- ت حضور طلاب الطب (يحق لها طلب عدم حضور الطلاب)
- ث إذا كان يجب إجراء عدد من الفحوصات أو العلاجات وليس هناك أهمية طبية لأولوية الترتيب بينها - يجب تلبية تفضيلات المرأة.
- ج تلقي العلاجات الطبية أو الأدوية - من الضروري أن يتم الفحص بمساعدة أخصائي ذي صلة والصبو لتوازن بين الاحتياجات المتناقضة التي تعلق أحياناً بين رغبات المرأة في عدم تلقي العلاج وضرورة الحصول عليه من ناحية طبية.
- ح منح حق الاختيار لقبول وسائل منع الحمل وإمكانية اختيارها حيثما أمكن.
- خ يجب التحقق إلى أي مدى تريد المرأة منك أن تدخل معها إلى غرفة الطبيب أو حضور الفحص نفسه أيضاً". يمكنك أن تخبرها أنه إذا قمت بالدخول معها إلى الفحص، (على سبيل المثال بالفحص مهبلية)، ستقفين بجانب رأسها ولن تكوني مكشوفة للمناطق الحميمة من جسدها.

مبنى جهاز التكاثر التناسلي لدى المرأة - توسيع المعرفة

جهاز التكاثر التناسلي - هو جزء من الجسم التي يمكن أن يكون خارجيا" أو داخليا".

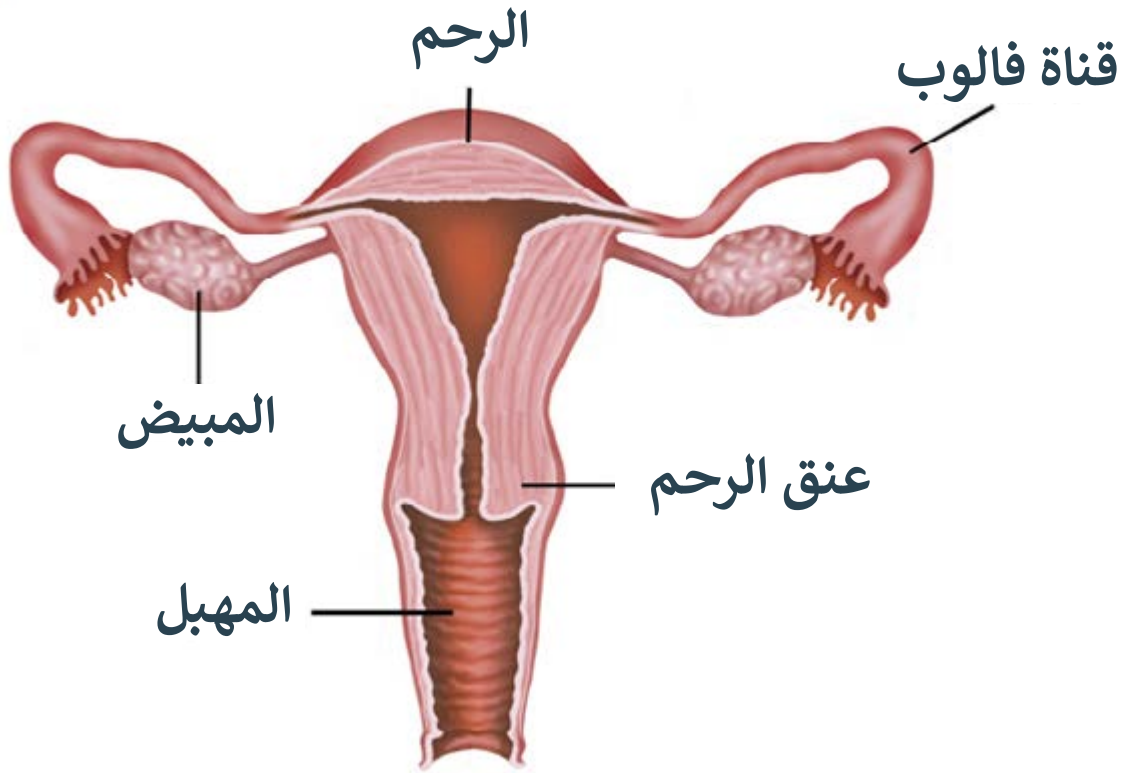
النظام الجنسي للمرأة يشمل الأعضاء الخارجية التي يمكن رؤيتها والأعضاء الداخلية التي لا يمكن رؤيتها إلا بمساعدة الأجهزة الطبية التي يستخدمها طبيب النساء أثناء زيارته.

المهبل - أنبوب عضلي ومرن الذي يستمر إلى الرحم. من خلاله يمر إفراز الحيض / الدورة الشهرية.

عنق الرحم - يقع في الطرف الداخلي من المهبل ويربطه بالرحم. بل هو فتحة صغيرة تسمح لدم الحيض للخروج من الرحم إلى المهبل ومن هناك إلى الخارج.

الرحم - موجود باستمرار عنق الرحم. إنه عضو أجوف بجدران عضلية سميكة شكله وحجمه مثل الأجاص. داخل الرحم ينمو طفل أثناء الحمل.

*أجزاء من هذا الفصل مأخوذة من كتاب "من طفلة إلى فتاة"، داليا نسيم ورونيت أرغمان، 2004.



الصورة مأخوذة من موقع المركز الطبي إديث وولفسون

الفحص المهبلي – توسيع المعرفة

الفحص المهبلي مخصص للنساء وكذلك الفتيات، بعد بدء ممارسة العلاقة الجنسية. يتم إجراء الاختبار على كرسي طبيب النساء. أما الفتاة أو المرأة التي لم تبدأ بعد في ممارسة العلاقة الجنسية، فيتم فحصها بشكل خارجي فقط.

يتم إجراء الفحص المهبلي كمتابعة روتينية، كل عام، بهدف تشخيص المشاكل واتخاذ قرار بشأن العلاج المناسب إذا لزم الأمر. وبالإضافة إلى ذلك، تقديم توصيات ومبادئ توجيهية بشأن وسائل منع الحمل، إذا لزم الأمر.

الفحص المهبلي المقبول يتم باستخدام جهاز للفحص (تبديل)، وبعد ذلك يتم دمج فحص يدوي. فقط عن طريق اللمس اليدوي، يمكن للطبيب فحص الرحم بعناية – الوضعية المتواجد فيها الرحم بجسم المرأة، حجمه، مرونته ونفي وجود كتل بالرحم. يفحص الطبيب أيضا منطقة المبيضين وقناتي فالوب وعنق الرحم. من خلال الاختبار يمكن اكتشاف أدلة للأمراض الخبيثة، الالتهابات أو غيرها من أمراض أعضاء الحوض.

إذا لزم الأمر، يستطيع الطبيب أيضا التوصية على إجراء فحص بطني أو مهبلي بالموجات فوق الصوتية لمنطقة المهبل والحوض. فحص الموجات فوق الصوتية يمكن أن يساعد بكونه فحص المتابعة السنوي وأيضا " لتشخيص شكوى امرأة من حالات غير اعتيادية تشعر بها. هذا الفحص ضروري إذا شعرت المرأة بألم قوي في منطقة أسفل البطن وحول الحوض. ويمكن أيضا استخدام فحص الموجات فوق الصوتية عندما يكون هناك شك حول مشاكل الخصوبة أو عندما يظهر نزيف غير طبيعي. الموجات فوق الصوتية تساعد على تحديد حالة المرأة عندما يكون الطبيب قد شخص عن طريق اللمس أن هناك كتل في المبيض أو الرحم مما يتطلب الحصول على إشارة أخرى للتشخيص والمزيد من التوضيح. إضافة الى الفحص الروتيني، الذي يجب إجراؤه سنويا، يجب على المرأة التوجه لأخصائي أمراض النساء، على سبيل المثال، في الحالات التالية:

أ اضطرابات الحيض (عدم الظهور، عدم انتظام الدورة الشهرية، النزيف، الآلام)

ب ضعف نمو الثديين

* في هذه الحالة يمكنك أيضا التوجه لجراح الثدي

ت ظهور تغيرات في الحلمة أو ظهور إفراز السوائل من الحلمة

* في هذه الحالة يمكنك أيضا التوجه لجراح الثدي

ث الشعر المفرط وحب الشباب

* في هذه الحالة يمكنك أيضا التوجه لطبيب الغدد الصماء

ج إفرازات مهبلية غير عادية أو ذات رائحة غير عادية

ح الإحساس بكتلة في البطن أو المهبل

خ التهابات المسالك البولية المتكررة

* في هذه الحالة يمكنك أيضا التوجه لطبيب الأسرة أو طبيب المسالك البولية

د شعور غير مريح بالحكة أو الوخز في المنطقة التناسلية

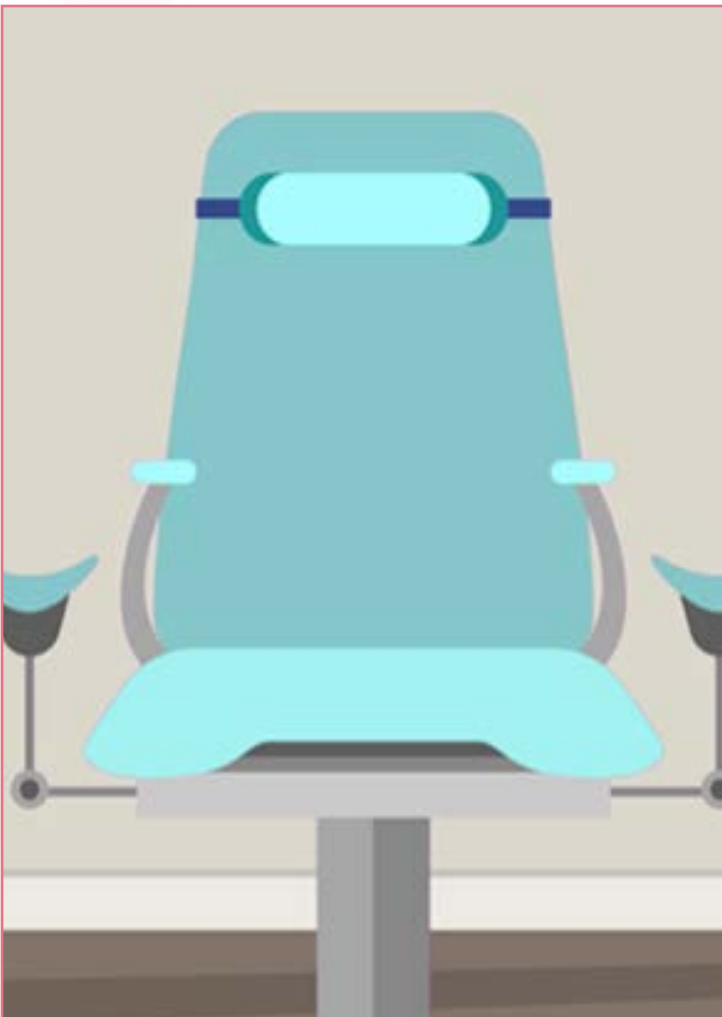
ذ ظهور الآفات، مثل الجرح أو البثور، في المنطقة التناسلية

ر آلام أسفل البطن

ز لضبط وسائل منع الحمل

س ألم أو صعوبة أثناء ممارسة العلاقة الجنسية

ش بعد الاعتداء الجنسي



فحص الثدي اليدوي – توسيع المعرفة

يتم نصح كل امرأة أن تكون بمتابعة بأطار عيادة مخصصة للثدي. وعادة ما يعمل في هذه العيادات جراحوون ذوي اهتمام وخبرة في هذا المجال. اجراء فحص ضمن أطار ملائم يمكن أن يقلل من احتمال عدم اكتشاف الأورام، ويقلل من عدد اختبارات التصوير، وخاصة عندما لا يتطلب الأمر ذلك، وبالتالي يتيح ملاءمة خطة متابعة شخصية أكثر صحة، اعتماداً على معطيات المتعالجة.

من المهم أن نتذكر أن التصوير الشعاعي للثدي العادي لا يستبعد الورم بشكل كامل ومن المهم الجمع بين الاختبارات اليدوية واختبارات التصوير التي يتم ملاءمتها من قبل الطبيب، بشكل خاص لكل امرأة.

خلال فترة الحيض، لدى العديد من النساء يظهر احتقان في الثدي وشعور بالأمتلاء. خلال الفحص اليدوي هذه الفترة، قد تكون أنسجة الثدي أكثر إشكالية للفحص. لذلك من المستحسن تحديد موعد للاختبار في وقت أكثر ملاءمة، حوالي 10 أيام إلى أسبوعين من نهاية الدورة الشهرية. من ناحية أخرى، بعض النساء لا يجدون صعوبة في الفحص اليدوي حتى أثناء الحيض. وعلى أي حال، لا يوجد أي عائق طبي أمام الخضوع للفحص حتى في هذا الوقت.

خلال فترات الحمل والرضاعة، من الصعب، عادة، إجراء فحص يدوي. ومع ذلك، فإن بعض النساء في فترات طويلة من الولادات المتتالية، يتجنبن الخضوع للفحص مع مرور الوقت، على الرغم كون ذلك غير صحيح. كما يمكن إجراء اختبار الثدي أثناء فترة الحمل. في حالة الشك، سيقوم الطبيب باستخدام فحوصات إضافية، وخاصة الموجات فوق الصوتية.

التوصيات لسن بدء الفحص اليدوي الروتيني من قبل الطبيب ليست موحدة. يوصي البعض ببدء متابعة منظمة في سن العشرين. وبما أن معدل الإصابة بالمرض منخفض جداً لدى النساء في العقد الثالث من حياتهن، وقد تتضمن المتابعة العديد من الضغوطات، يوصي خبراء آخرون ببدء المتابعة مرة واحدة في السنة من سن الثلاثين. نادراً عندما يكون الفحص اليدوي إشكالياً بشكل خاص بسبب بنية الثدي، يوصى بإجراء مراقبة يدوية بشكل متكرر أكثر حتى في غياب عوامل الخطر (عادة كل ستة أشهر). في هذه الحالة، يمكن أن تساعد الموجات فوق الصوتية للثدي التمييز بين أنسجة الثدي الصلبة العادية والكتلة التي تتطلب المزيد من التوضيح.

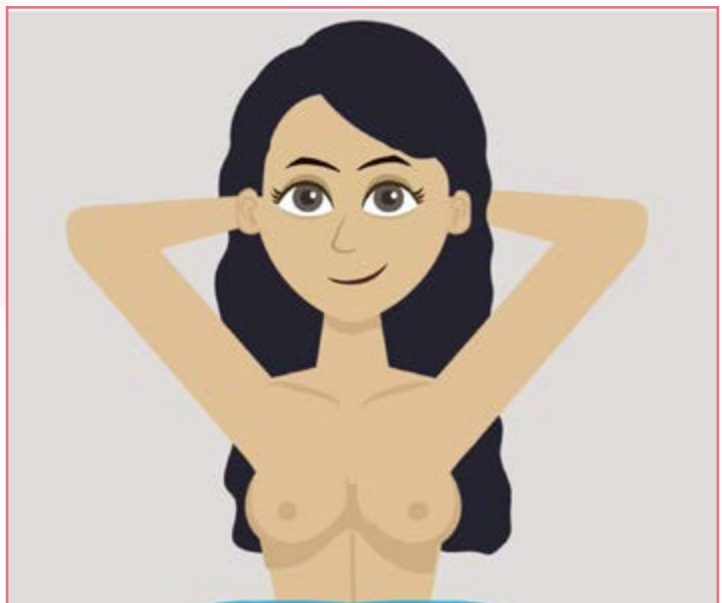
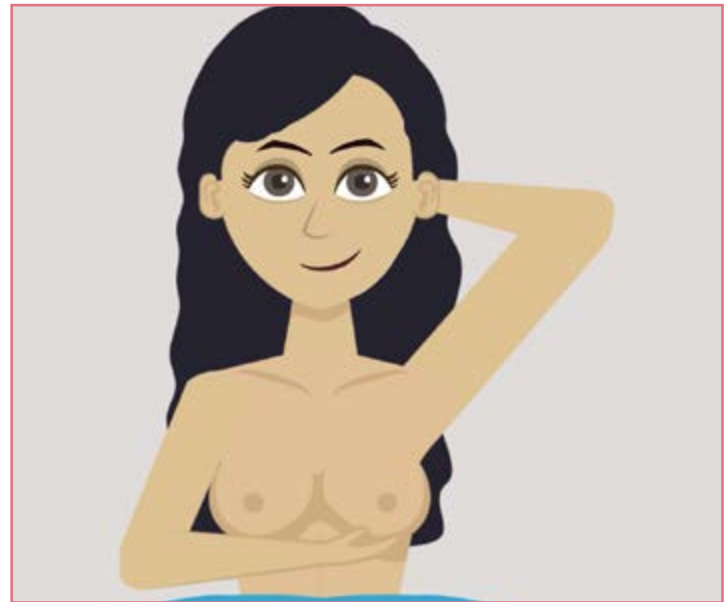
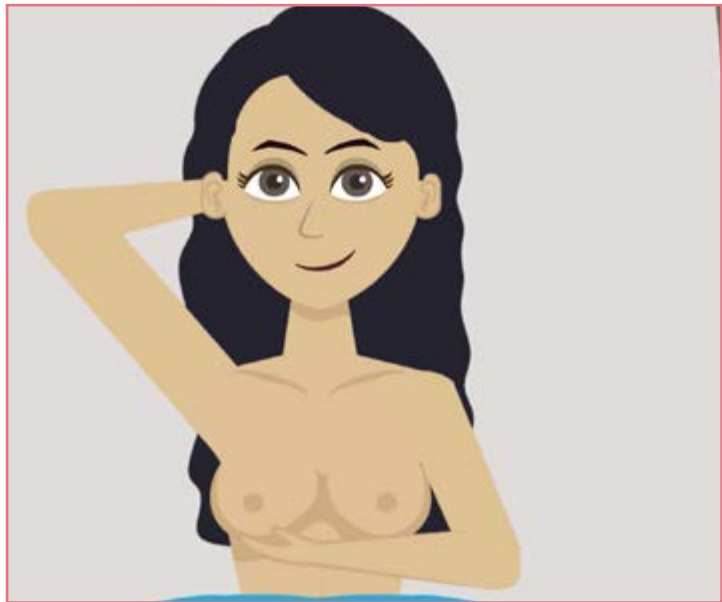
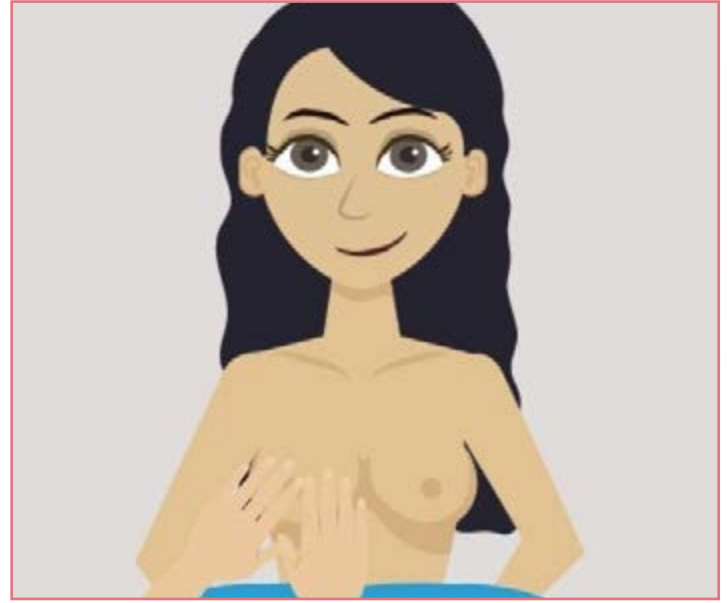
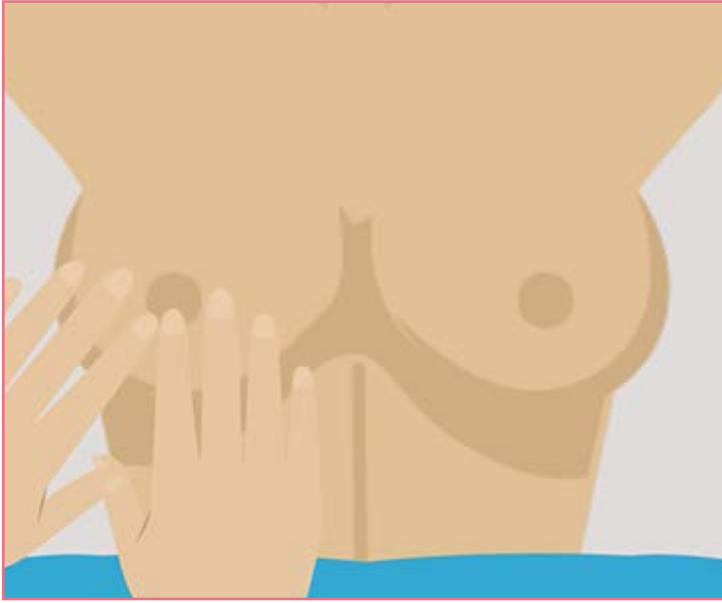
ينبغي تقديم توصية بخصوص وتيرة الفحوصات اليدوية، في حالة زيادة المخاطر، وفقاً لمستوى المخاطر. من حيث المبدأ، يوصى في هذه الحالة بإجراء فحص يدوي كل ستة أشهر مع فحوصات تصوير الأشعة، عادة مرة واحدة في السنة. ووفقاً للنتائج، سيحدد الطبيب المعالج وتيرة المتابعة والعيادة المعينة التي ستتم فيها المتابعة.

وبالإضافة إلى ذلك، يمكن لأي امرأة إجراء فحص الثدي الذاتي. حتى قبل بضع سنوات، أوصى الأطباء كل امرأة أن تقوم بإجراء فحص ذاتي دقيق بنفسها مرة واحدة في الشهر. ولكن الدراسات الحديثة أظهرت أن مثل هذا الفحص الدقيق ليس له أي ميزة، وقد تخلى جمهور الأطباء عن التوصية الصارمة لأجراء الفحص الذاتي كل شهر.

وفي الوقت نفسه، يوصى بشدة بأن تكون المرأة على علم بتغيرات الثدي وأن تجري فحصاً ذاتياً كل فترة، بالإضافة إلى إجراء عمليات متابعة طبية روتينية ومنظمة.

العديد من النساء لديهن ثديين مع بنية ليفية (غير مستوية، متكثلة)، والتي غالبا ما تسبب الألم الذي يتغير طوال الدورة الشهرية، وبالتالي لتتكون كتل حميدة أو أكياس (تجويف وداخله سائل). من المهم التأكيد على أنه لا يوجد علاقة بين بنية الثدي الليفي وخطر الإصابة بالسرطان، ولكن هناك حاجة إلى متابعة منتظمة من قبل الطبيب.

من المستحسن إجراء فحص ذاتي تزامنا" مع فحص الطبيب لمعرفة النتائج التي تعتبر خالية من الأهمية. في حالة وجود كتلة غير محددة بشكل جيد، من الممكن الانتظار حوالي أسبوعين إلى ثلاثة أسابيع حتى يقوم الطبيب بإجراء فحص، لأن بعض الكتل ستختفي تلقائيا". في حال بقيت الكتلة دون تغيير، أو إذا كان الانتظار مصحوبا" بضغوطات، فمن المستحسن أن يتم فحصها في أقرب وقت ممكن. في حالة وجود كتلة قاسية أو تغييرات ملحوظة، يوصى بإجراء فحص في أقرب وقت ممكن. من المهم أن نعرف أنه حتى كتلة قاسية وواضحة يمكن أن تكون حميدة.



فحص تصوير الثدي الشعاعي – توسيع المعرفة

فحص تصوير الثدي الشعاعي هو فحص سريع بالأشعة السينية يتم خلاله فحص أنسجة الثدي. هذا فحص لا يتطلب الكشف عن الأعضاء الحميمة أو لمسها، ويستهلك جرعة منخفضة من الأشعة السينية لخلق صور لأنسجة الثدي. الفحص يتيح تحديد الكتل في الثدي في وقت مبكر جدا"، حتى قبل أن يمكن الأحساس بها.

سرطان الثدي هو المرض الخبيث الأكثر شيوعا بين النساء في إسرائيل اليوم، ويتم اكتشافه لدى واحدة من كل تسع نساء. ويزداد خطر الإصابة به مع التقدم في العمر: يتم الكشف عن حوالي 74% من حالات سرطان الثدي لدى النساء فوق سن الخمسين. إذا تم تشخيص الأورام في وقت مبكر، تزداد فرص الشفاء إلى 90%. الفحص فعال جدا" و يتيح الكشف عن حوالي 80% من الأورام في الثدي.

بالنسبة للنساء اللواتي تتراوح أعمارهن بين 50 و 74 عاما ، يوصى بإجراء الفحص مرة كل عامين. يوصى بإجراء الفحص في بعض الأحيان في سن أصغر وأكثر تكرارا للنساء المعرضات لخطر متزايد للإصابة بسرطان الثدي. على سبيل المثال، النساء المصابات بسرطان الثدي في سن مبكرة والنساء اللاتي وجد أن لديهن نتائج في الثدي تتطلب المتابعة، مثل وجود كتلة في الثدي، وتغيير في شكل الثدي، وإفرازات من الحلمة، وما إلى ذلك. والنساء اللاتي تم التشخيص الوراثي على أنهن حاملات للطفرة، التي تسبب سرطان الثدي.

الوقت الموصى به لفحص تصوير الثدي الشعاعي هو بعد أسبوع من الحيض. لا ينصح بإجراء الاختبار قبل أسبوع من الحيض، لأن لدى معظم النساء، الثديين كانا أكثر حساسية.

- يجب إبلاغ التقني أو الطبيب إذا كان هنالك احتمالاً " أن تكون المرأة التي ستخضع للفحص حاملاً".

- يجب تجنب استخدام مزيل العرق أو مسحوق التلك أو الكريم في الإبطين أو الثديين المحتويين على الألومنيوم. السبب: قد تبدو هذه المنتجات كبقايا كالسيوم في صورة التصوير الشعاعي للثدي وتجعل من الصعب فك تشفير الفحص بشكل صحيح.

- يجب وصف المشكلة في الثدي التي توجهت بسببها للفحص للتقني الذي سيجري الفحص.

- في بعض الأحيان يجب إحضار صور من الفحوصات السابقة ونقلها إلى أخصائي الأشعة بحيث تكون متاحة له عندما يقوم بفك شفرة الفحص.

- يطلب من المرأة التي تخضع للفحص لخلع قميصها وحمالة الصدر، وإزالة المجوهرات من جسمها العلوي. سيضع التقني الثدي على سطح خاص على جهاز التصوير الشعاعي للثدي. لغرض التصوير الفوتوغرافي، سيتم الضغط على الثدي لبضع ثوان، من أجل تسطيح أنسجة الثدي قدر الإمكان وتسهيل تحديد النتائج. سيتم تصوير كل ثدي على حدة، عادة مرتين.

- للتصوير الفوتوغرافي، يتم الضغط على الثدي لفترة وجيزة بين سطح الفحص واللوح البلاستيكية الشفافة. والهدف من ذلك هو تسطيح أنسجة الثدي قدر الإمكان أثناء التصوير. قد يكون هذا الإجراء مؤلماً إلى حد ما ولكنه ضروري للأسباب التالية:

1. فهو يقلل من فرص أن تخفي أنسجة الثدي الآفات الصغيرة التي عليه، والتي لا يمكن رؤيتها في الصورة.
2. انها تسمح لك للحد من شدة الإشعاع.
3. يمنع حركة الثدي التي قد تتسبب في عدم وضوح الصورة.

- أثناء الفحص ، يطلب من المرأة التي تخضع للفحص تجنب الحركة وحبس أنفاسها لبضع ثوان. عادة، يتم تصوير كل ثدي من زاويتين: من أعلى إلى أسفل وقطريا".

- إذا كان الألم لا يطاق، يجب إبلاغ التقني. من المهم أن نعرف أنه إذا شعرت المرأة التي تخضع للفحص بألم قوي، فمن الممكن والمهم أن يطلب من التقني الضغط بطريقة بطيئة جدا وتدرجية وبالتالي تقليل الألم.

- في معظم الأحيان سوف ينتهي الفحص خلال نصف ساعة أو أقل. يمكنك العودة إلى روتين حياتك الطبيعي بمجرد انتهاء الفحص. يتم الحصول على النتائج في غضون أيام قليلة وإرسالها إلى الطبيب المعالج.

- معظم النتائج التي يتم الكشف عنها في الفحص كحميدة. حتى لو تم اكتشاف عنصرا " مشبوها"، فإن الكشف المبكر يتيح فرصا " أعلى للشفاء.

- إذا تم الكشف عن وجود كتلة أثناء الفحص، سيتم إجراء فحص بالموجات فوق الصوتية للثدي لمزيد من التوضيح. في بعض الأحيان، حتى عندما لا يتم العثور على نتائج مشبوها، يطلب من المرأة الخضوع للتصوير بالموجات فوق الصوتية بعد فحص التصوير الشعاعي للثدي. إذا تواجد اكتشاف مشبوها، يتم توجيه المرأة لإجراء مزيد من التوضيح عن طريق أخذ خزعة.

- يمكن إجراء الفحص في معاهد التصوير والمستشفيات في جميع أنحاء البلاد، وفقا " لصندوق الصح ة الذي تنتمي إليه المرأة.



فحص ال "باب" - فحص مسح عنق الرحم - توسيع المعرفة

يقع عنق الرحم في الجزء السفلي من الرحم ويبرز لداخل المهبل. سرطان عنق الرحم هو ثالث أكثر أنواع السرطان شيوعاً بين النساء في العالم. في إسرائيل، يتم تشخيص 200-250 حالة جديدة كل عام. أسباب تطور سرطان عنق الرحم مختلفة، ولكن في كثير من الحالات هناك صلة بين تطور المرض وفيروس الورم الحليمي (HPV). يمكن تقليل خطر الإصابة بسرطان عنق الرحم عن طريق إجراء فحص ال "باب" -فحص مسح عنق الرحم للكشف عن الآفات قبل الخبيثة وكذلك من خلال لقاح ضد فيروس الورم الحليمي. ومن المهم التنويه، أنه في إسرائيل، أدخل أيضاً لقاح لفيروس الورم الحليمي في مدارس البنات والبنين في الصف الثامن، كجزء من التطعيمات الروتينية.

يحدث السرطان عندما تبدأ خلايا عنق الرحم في النمو والنمو دون رقابة، مما يشكل أوراماً والتي من الممكن أن تغزو أنسجة الجسم الأخرى. في معظم الحالات، لا تصاحب التغيرات السابقة للسرطان وأورام عنق الرحم المبكرة أي أعراض، لذلك تعتبر الفحوصات الروتينية كل فترة حاسمة. بالإضافة إلى ذلك، في حالة النزيف بين دورة شهرية وأخرى، الإفرازات المهبلية غير الطبيعية، النزيف عند ممارسة العلاقة الجنسية أو بعد انتهائها، في هذه الحالات يرجى التوجه لتلقي استشارة طبية في أقرب وقت ممكن.

فحص ال "باب" - فحص مسح عنق الرحم تؤدي إلى الكشف المبكر عن التغيرات قبل الخبيثة، حتى قبل تشكيل مرض الذي يتطلب الكشف عن الأعضاء الحميمة. وفي هذه المرحلة المبكرة، يمكنك تلقي العلاج البسيط الذي يمنع المرض وينقذ الأرواح. من المهم أن نتذكر، أنه كلما تم تشخيص مبكر أكثر للمرض، كلما زادت فرص نجاح العلاج.

خلال فحص ال "باب" - فحص مسح عنق الرحم يؤخذ عينة من عنق الرحم، من أجل الكشف عن الحالات التي لم يتطور بها سرطان عنق الرحم، وبالتالي إتاحة إمكانية تلقي العلاج المبكر والفعال في حال كانت نتائج الفحص شاذة. يتم أخذ العينة لفحص مسح عنق الرحم خلال فحص أمراض النساء الروتينية لدى طبيب النساء، وذلك باستخدام عصا رقيقة. أثناء الفحص يستخدم الطبيب أداة لأبعاد الرجلين عن بعض، إضافة لاستخدام المنظار المهبلي لفحص عنق الرحم. ثم يقوم بفرش عنق الرحم بواسطة فرشاة خاصة، والتي تجمع العديد من الخلايا.

عملية الفحص نفسها لا تؤلم، على الرغم من أنه قد يكون هناك بعض الانزعاج خلاله. بعد الفحص، قد يظهر هناك بعض النزيف من المنطقة. هذا النزيف خارجي. بعد العملية، يتم إرسال الخلايا إلى المختبر، حيث يتم مسحها بحثاً عن تغييرات ما قبل الخبيثة في الخلايا. يتم تلقي النتائج بعد حوالي شهر. من المستحسن الاتصال بالعيادة بعد هذه الفترة من الزمن والتحقق من صحة النتائج. في حالة حدوث نتائج غير طبيعية، يلزم التوجه لعيادة عنق الرحم للحصول على المزيد من التوضيح.

ووفقاً للتوصيات، يجب إجراء الفحص ابتداءً من سن 25 عاماً، مرة كل ثلاث سنوات. هناك نساء سيقدم لهن طبيب النساء توصية بأجراء فحص ال "باب" -فحص مسح عنق الرحم بوتيرة عالية أكثر.

يتمكن إجراء فحص ال "باب" -فحص مسح عنق الرحم أيضاً أثناء الحمل. من المستحسن عدم القيام بذلك أثناء نزيف الحيض.

فحص ال " باب" - فحص مسح عنق الرحم - الصور



المزيد من القراءة والإثراء

أ جنسانية وعلاقات زوجية عند ذوي الإعاقة الذهنية التطورية- كتيب إثراء باللغتين العبرية والعربية

ب مقدمة حول التصرفات المحفزة لدى الأشخاص ذوي الإعاقات الذهنية- كتيب إثراء باللغتين العبرية والعربية

ت التواصل مع شخص يعاني من محدودية ذهنية

ث كيفية التحدث إلى شخص مصاب بالتوحد

<https://www.maccabi4u.co.il/33106-he/Maccabi.aspx>

https://www.maccabi4u.co.il/9958-he/Maccabi.aspx?TabId=9960_9961_9964

https://www.clalit.co.il/he/medical/medical_checkups/Pages/mammography.aspx

<https://www.szmc.org.il/heb/departments/breast-surgery-unit/risk-factors-and-routine-follow-up/manual-examination/>

<https://www.leumit.co.il/heb/Life/womenshealth/Articles/articlegalleryitem,3626/>

<https://www.cancer.org.il/template/default.aspx?PageId=9925>

<https://www.cts.co.il/?CategoryID=184&ArticleID=415>

<https://www.condyloma.org.il/%D7%91%D7%93%D7%99%D7%A7%D7%94-%D7%A9%D7%A0%D7%AA%D7%99%D7%AA>