

## الحمل و موانع الحمل

InfoVIHtal #41

الكثير من الأشخاص المصابين ب VIH يختارون إستعمال الوقاية خلال العلاقات الجنسية، بمعنى آخر إستعمال الغشاء الواقي عند ممارسة الجنس باختراق . إستعمال هذه الوسيلة الوقائية يمكن أن يعود لعدة أسباب، زيادة على الرغبة في الوقاية من العدوى ب VIH. الأغشية الوقائية تحمي من العدوى بالأمراض المتنقلة جنسيا ( ما يرمز له ب ITS) وتقي من إحتمال الإصابة مرة أخرى ب VIH المقاوم للأدوية المضادة للفيروس.

بالنسبة للنساء، يمكن أن يكون الحمل نتيجة إضافية لممارسة الجنس بدون وقاية- و بعض الأحيان غير مرغوبة فيها-. زيادة على هذا، من الضروري التذكير أن أكثر النساء المصابين ب VIH حاليا ،يتواجدون في سن الخصوبة. في الوقت الذي أكثر النساء اللواتي يمارسن الجنس مع الرجال في وقت ما يقومون بطرح مسألة موانع الحمل و الحمل، في حالة النساء المصابين ب VIH نجد عندهم زيادة على هذا، حاجيات خاصة تتعلق بانتقال العدوى وحالتهم الصحية.

حاليا، من الممكن أن نجد العديد من النساء و شركائهن يعيدون النظر في أحد قراراتهم السابقة حول الجنس، العلاقات و إمكانية إنجاب الأطفال. هذا التغيير في النهج يمكن أن يكون راجع إلى التأثير الإيجابي للعلاج بمضادات الفيروس ذات نشاط كبير (TARGA) على صحة العديد من الأشخاص المصابين ب VIH و مدى توفر وسائل فعالة لخفض معدل إنتقال الفيروس من الأم إلى الطفل. إذا كانت هذه هي حالتك و ترغبين في تلقي نصائح بشأن هذه المسائل، من الممكن أن يكون جد مفيد لك زيارة متخصص لتقديم النصائح لك و الحديث مع نساء أخريات مصابة ب VIH مرت بتجربة مماثلة. من بين الجمعيات الداعمة، نجد:

En Andalucía (Sevilla): ADHARA  
(Tel.: 954 981 603 / 687 245 264)  
En Canarias (Tenerife): UNAPRO  
(Tel.: 922 63 29 71)  
[www.unapro.org](http://www.unapro.org)  
En Cataluña (Barcelona): Actúa  
(Tel.: 93 418 50 00)  
[www.actua.org.es](http://www.actua.org.es) y Creación

positiva (Tel.: 93 431 45 48)  
[www.creacionpositiva.net](http://www.creacionpositiva.net)  
En Navarra (Pamplona): SARE  
(Tel.: 948 38 41 49)  
En Euskadi (Bilbao): Asociación  
Itxarobide (Tel.: 94 444 92 50)  
[www.itxarobide.com](http://www.itxarobide.com)

## إختيار وسيلة منع الحمل

التخطيط، برغبتك، متى و كيف هو حق للمرأة و لجميع الناس بشكل عام، من المهم جدا لصحة النساء، التفكير جيدا و إتاحة الوقت الكافي لإختيار أفضل. لهذا طلب المعلومات هي إستراتيجية جيدة للرعاية الصحية.

يمكنك طلب معلومات حول إختيار وسائل منع الحمل في مركز لتنظيم الأسرة و الصحة الجنسية، في المستوصف (CAP)، أو بزيارة إختصاصي في VIH أو إتحاد تنظيم الأسرة لإسبانيا (<http://www.fpfe.org>).

إذا كانت لديك مشكلة مع وسائل منع الحمل و تريدين طلب علاج ما بعد الجماع أو ما يسمى ب" حبة اليوم التالي"، يمكن أن تذهبين إلى قسم الطوارئ في المستشفى أو إلى أقرب مركز صحي حيث يمكن أن يقدمون لك الوصفة.

## ما هو أبعد من الإنجاب

من المحتمل أن المرأة التي لديها عدد خلايا CD4 أقل من 200 خلية/ ملم مكعب ،تكون لديها دورات حيض طويلة جدا أو قصيرة جدا. و مع ذلك، فإن المرأة في المراحل الأولى من الإصابة ب VIH ليس لديها المزيد من احتمالات اضطرابات في دورات الحيض مقارنة مع النساء دون VIH.

- ينصح باختيار وسائل منع الحمل في إطار فردي، مع العلم أنه من الممكن أن استعمال الغشاء الوقائي الذكري لوحده لا يوفر الحماية الكافية من الحمل. و من بين الاختيارات المختلفة نعلم أن:
- ليس هناك أي دليل على أن اللولب أقل فعالية لمنع الحمل، عند النساء المصابات بـ VIH، لكن يمكن أن يزيد من خطر فقر الدم أو التهاب الحوض الذي يؤثر على النساء المصابات بـ VIH بنسبة عالية.
  - موانع البروطياز (IP)، المجموعة التي ينتمي إليها، **Aptivus®**, **Crixivan®**, **Invirase®**, **Telzir®** و **Kaletra®**, **Norvir®**, **Prezista®** تقوم بتخفيض مستويات الدم في الإستروجين الوارد في موانع الحمل المستعملة عن طريق الفم، ولذلك النساء اللواتي يتناولن IP و يستعملن موانع الحمل عن طريق الفم، يجب أن يستعملن وسائل منع حمل أخرى للدعم....
  - من جهة أخرى، **atazanavir (Reyataz®)** و **efavirenz (Sustiva®)** ايرفعون من مستويات مانع الحمل المستعمل عن طريق الفم إيتينيلستراتاديول **etinilestradiol**.
  - مانع الحمل عن طريق الحقنة **Depo-provera®** والزرع **Norplant®** يمكن أن يتأثر بالتفاعل مع IP.
  - أدوية أخرى مثل المضاد الحيوي أمبيسيلين (**ampicilina (antibiótico)**، كوتريمكسول (**cotrimoxazol (antifúngico)**) انظر **InfoVIHtal #23: Cotrimoxazol**) و مضاد السل ريفميسين (**rifampicina (antituberculoso)**) يمكن أن تتفاعل مع موانع الحمل المستعملة عن طريق الفم، لهذا من المستحسن البحث في وقت سابق على نصائح إختصاصي في VIH أو صيدلي.

## تخطيط الحمل

عندما يكون أحد الأزواج مصاب بـ VIH ويفكر في إمكانية الحمل، من الممكن أن يعتمد أساليب " بديلة" لحماية الشخص غير المصاب. امرأة مصابة بـ VIH مع رجل دون VIH يمكنها إختيار إستعمال التلقيح الإصطناعي، عن طريق إدخال المنى في المهبل بدون جماع (مثلا، باستعمال حقنة خاصة). و من جهة أخرى، امرأة بدون VIH مع رجل حامل لـ VIH يمكن إستعمال تقنية تجريبية تسمى بـ " غسل المنى" أو السائل المنوي ( انظر **InfoVIHtal #42: غسل المنى**)، حيث يستعمل الطرد المركزي في المختبر للقيام بفصل الفيروس.

من المستحسن أن تستعين في تخطيطك للحمل بطبيبك و الفريق الصحي الذي يقدم لك الخدمات الصحية، خاصة عند إستعمال علاج مضاد لـ VIH. يجب إستعمال العلاج بمضادات الفيروس لمنع انتقال VIH من الأم إلى الطفل. أخذ الوقت الكافي للتخطيط، يساعدك على ضمان اتخاذ القرارات بشأن العلاج الأفضل الخاص بك و بطفلك (انظر **infovihtal # 43: انتقال الفيروس من الام الى الطفل**).