



**ReproNet**

California's Refugee Reproductive  
Health Network

# UCI Health

## مقدمة عن الإسقاط للنساء اللاجئات



**UC Irvine Health**

Zahra Goliaei, MD, MPH  
PhD Candidate, University of California Merced

# شكر خاص

- شكر خاص لـ Heike Thiel de Bocanegra ، دكتوراه ، MPH ، أستاذ مشارك ، جامعة كاليفورنيا ، إيرفين ، قسم التوليد وأمراض النساء [hthiel@hs.uci.edu](mailto:hthiel@hs.uci.edu)
- شكر خاص لآسيا ياما ، منسق ReproNet ، جامعة كاليفورنيا ، إيرفين ، قسم أمراض النساء والتوليد.
- هذا العرض يستند إلى عروض ReproNet المختلفة وتعليقات اللاجئين.
- تم إعداد هذا العرض التقديمي من قبل شبكة الصحة الإنجابية للاجئين في كاليفورنيا
- ReproNet بدعم من جائزة برنامج معهد أبحاث النتائج المتمحورة حول المريض  
PCORI 14471\_UCI\_IC.



**ReproNet**

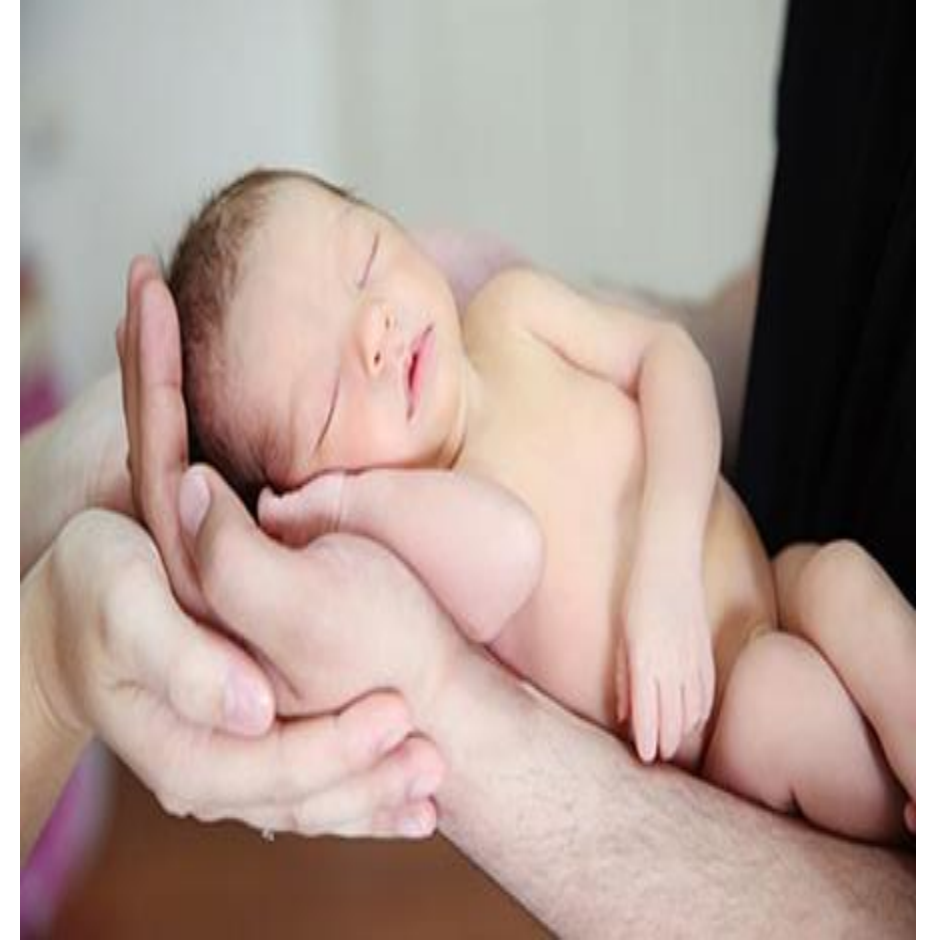
California's Refugee Reproductive  
Health Network

## الإسقاط:

الفقدان العفوي للحمل قبل الأسبوع العشرين عادة ، نتيجة وجود جنين غير قابل للحياة  
**فقدان الحمل المبكر:**

فقدان الحمل قبل الأسبوع الثالث عشر

غالبًا ما يكون الإسقاط نتيجة تشوهات جينية وليس بسبب عدم قدرة الأم على حمل الجنين.



<https://www.cdc.gov/ncbddd/stillbirth/features/pregnancy-infant-loss.html>



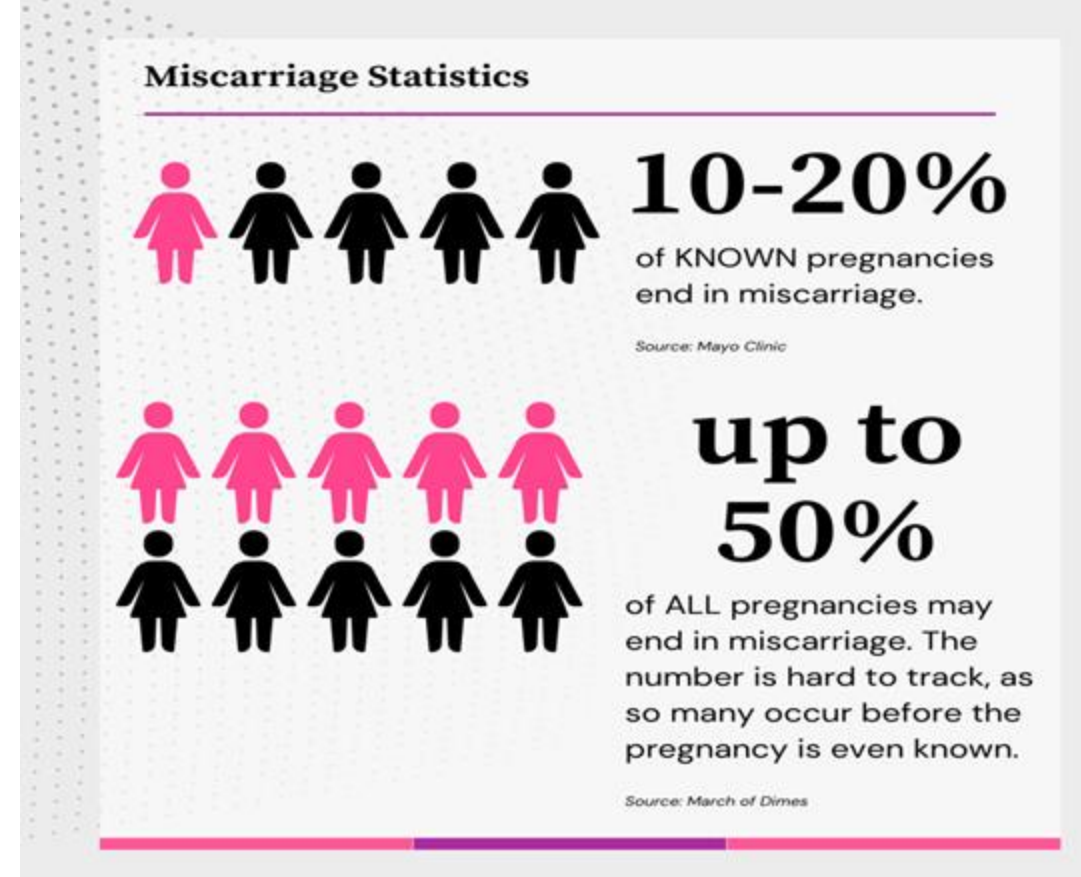
# ما هي ولادة الجنين الميت؟

- يُعرّف الإملاص (ولادة ميتة) بأنه وفاة طفل بعد الأسبوع العشرين من الحمل.
- يؤثر الإملاص على حوالي 1 من كل 160 مولودًا.
- سبب الإملاص غير معروف في الغالب.
- من العلامات الشائعة على ولادة جنين ميت هي انخفاض الحركة لدى الطفل.
- اتصل بطبيبك على الفور إذا لاحظت أن طفلك يتحرك بشكل أقل من المعتاد.



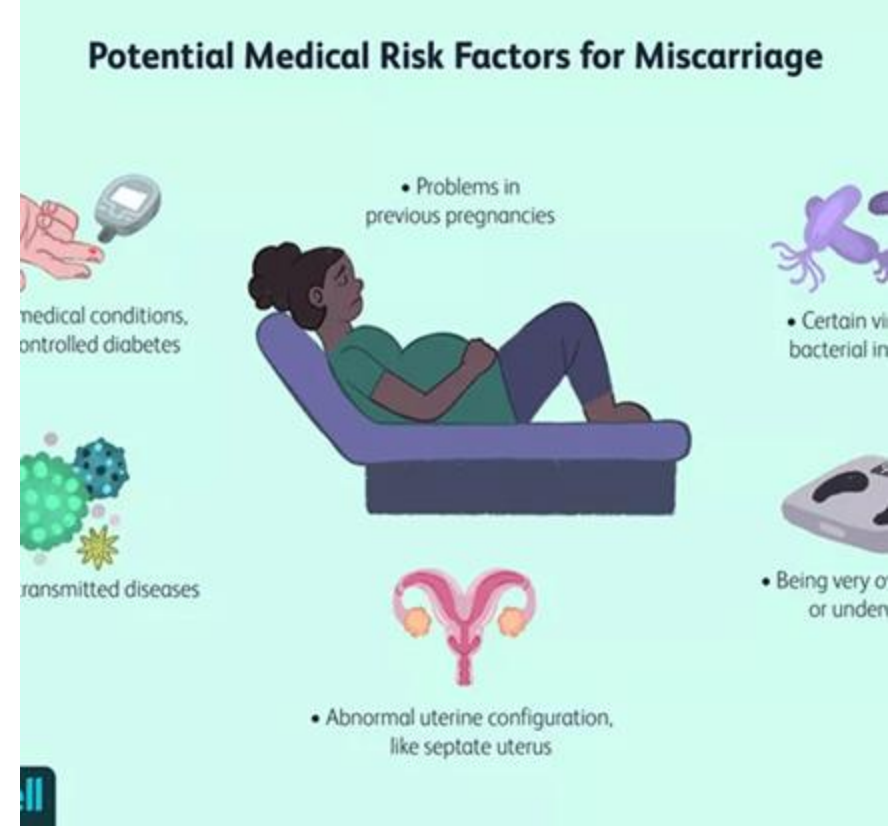
# ما مدى شيوع فقدان الحمل المبكر؟

- يمكن أن يحدث الإسقاط في جميع العائلات مع أي عرق أو ثقافة أو دين أو مستوى تعليمي أو دخل.
- 10% أو 1 من كل 10 حالات حمل معروفة قد تنتهي بالإسقاط.
- يمكن أن يحدث الإسقاط في جميع العائلات.



# لماذا يحدث الإسقاط؟

- تحدث معظم حالات الإسقاط بسبب عدم نمو الجنين بالشكل المتوقع.
- الأنشطة الروتينية مثل العمل في المنزل ، وممارسة الرياضة ، وممارسة الجنس عادة لا تسبب الإسقاط.
- في حالات قليلة ، قد تزيد الحالة الصحية للأم من خطر الإسقاط:
- مرض السكري غير المنضبط أو مرض الغدة الدرقية
- الالتهابات
- شذوذ في الرحم أو عنق الرحم
- الإسقاط المتكرر ليس خطأ الأم.



<https://www.verywellfamily.com/risk-factors-and-pregnancy-loss-2371376>



# تحديد النسل والإسقاط:

- في معظم الحالات ، لا يؤدي تناول حبوب منع الحمل قبل الحمل إلى فقدان الحمل المبكر.
- لا يرتبط استخدام اللولب لمنع الحمل بزيادة الإسقاط في حالات الحمل المستقبلية بعد الإزالة الآمنة للـ IUD.
- إذا تعرضت للإسقاط وتناولت موانع الحمل الفموية قبل الحمل ، فهذا ليس السبب.



<https://www.verywellfamily.com/can-birth-control-pills-cause-a-miscarriage-2371726>

# أعراض وعلامات الإجهاض:

- أعراض:

- نزيف أو نزيف مهبلي شديد أو مؤلم
- ألم أو تقلصات في البطن أو أسفل الظهر
- مرور السوائل أو الأنسجة من المهبل
- قد يطلب طبيبك:

- الموجات فوق الصوتية

- فحص دم

- فحص مهبلي للحوض

- إذا كانت لديك هذه الأعراض ، فاتصلي بطبيبك على الفور وسيخبرك بالذهاب إلى العيادة أو غرفة الطوارئ.



Verywell / Melissa

Ling: <https://www.verywellfamily.com/what-does-an-early-miscarriage-look-like-2371235>



عند فقدان الحمل ، قد تبقى بعض أنسجة  
الحمل في الرحم.

سيقرر الطبيب أحد هذه الخيارات:

- الانتظار والسماح للأنسجة بالمرور بشكل طبيعي.
- وصف الأدوية التي تساعد على طرد الأنسجة.
- اجراء عملية جراحية شفط أو كشط



<https://www.askdrshah.com/blog/surgical-vs-medical-treatment-hair-loss/>

# متى تنجبي الطفل القادم؟

عادة ما يكون فقدان الحمل في الأشهر الثلاثة الأولى حدثًا لمرة واحدة.

عادة ما يشجع الأطباء النساء على الانتظار بضعة أشهر على الأقل لتعزيز فرصة الحمل الصحي التالي

استخدام جهاز داخل الرحم أو وسائل منع الحمل الهرمونية حيث تم اعتبار كلاهما آمنًا للاستخدام فور فقدان الحمل المبكر



# كيف تتعافي من الإسقاط؟

ضعي في اعتبارك هذه النصيحة بعد الإسقاط:

- 1- اعتني بصحتك العقلية والعاطفية:
  - لا بأس أن تحزني بعد فقدان الحمل
  - لا تلومي نفسك
  - اطلبي المساعدة
  - تحدثي إلى طبيبك واطلب الاستشارة المهنية
  - انضمي شخصيًا أو مجموعة دعم عبر الإنترنت
  - تحدثي إلى زوجك أو أفراد أسرتك المقربين أو الأصدقاء الذين يمكنك الاعتماد عليهم للحصول على الدعم
- 2- اعتني بصحتك الجسدية:
  - تجنبي الجماع لمدة 1-2 أسبوع بعد الإسقاط
  - تناولي طعامًا جيدًا واحصلي على قسط من الراحة ودع جسمك يتعافى



لا بأس أن تحزني بعد خسارة الحمل ، لكن لا تلومي نفسك.

# ماذا يمكننا أن نفعل لمنع الإسقاط:

لا يمكن الوقاية من معظم حالات الإسقاط  
يمكن للمرأة أن تدعم حملها الصحي في  
المستقبل من خلال:

- رعاية صحية منتظمة اثناء فترة الحمل.
- نظام غذائي صحي ومتوازن.
- التحكم في الوزن قبل وأثناء الحمل.
- تناول فيتامينات الحمل.
- تجنب التدخين والكحول والمخدرات أثناء الحمل



- الحقيقة: 1 غالبًا ما يكون الإسقاط نتيجة تشوهات جينية وليس بسبب عدم قدرة الأم على حمل الجنين.
- الحقيقة: 2 اتصلي بطبيبك على الفور إذا كان طفلك يتحرك أقل من المعتاد.
- الحقيقة: 3 يمكن أن يحدث الإسقاط في جميع العائلات.
- الحقيقة: 4 الإسقاط المتكرر ليس خطأ الأم.
- الحقيقة: 5 إذا تعرضت للإسقاط وتناولت موانع الحمل الفموية قبل الحمل ، فهذا ليس السبب.
- الحقيقة: 6 إذا كانت لديك هذه الأعراض ، فاتصلي بطبيبك على الفور، وسيخبرك بالذهاب إلى العيادة أو غرفة الطوارئ.
- الحقيقة: 7 نادرًا ما يكون فقدان الحمل المتكرر نادرًا.
- الحقيقة: 8 لا بأس أن تحزني بعد فقدان الحمل ، لكن لا تلومي نفسك.

# أي أسئلة؟



**ReproNet**

California's Refugee Reproductive  
Health Network

© 2025 Refugee Reproductive Health Network (ReproNet). All rights reserved.



**UC Irvine Health**





# تقييم ذاتي:

## صح أم خطأ؟

إذا تعرضت للإسقاط ، فلن أتمكن من إنجاب طفل آخر سليم بعد ذلك.

## صح أم خطأ؟

لقد فعلت شيئاً خاطئاً ، وخطئي أنني فقدت طفلي.

## صح أم خطأ؟

لا بأس أن تشعري بالحزن بعد الإسقاط.

- تم تقديم هذا العرض التقديمي في الأصل في مجموعة دعم مع النساء الأفغانيات في عام 2021. الغرض من العرض التقديمي ليس الإجابة على السؤال الطبي ، بل هو زيادة وعي المرأة بالموضوع وفتح مكان للمناقشة والتواصل مع مقدمي الرعاية الصحية.
- يرجى توجيه أي تعليقات إلى رئيس برنامج ReproNet Heike Thiel de Bocanegra ، دكتوراه ، MPH ، أستاذ ، قسم أمراض النساء والتوليد ، جامعة كاليفورنيا ، Irvine
- [hthiel@hs.uci.edu](mailto:hthiel@hs.uci.edu), <https://repronet.org/digital-library/>



**ReproNet**

California's Refugee Reproductive  
Health Network



**UC Irvine Health**

# مصادر و مراجع :

- 1- Miscarriage, Mayo Foundation for Medical Education and Research (MFMER)., <https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pregnancy-loss-miscarriage/symptoms-causes/syc-20354298>  
Access 6/22/22
- 2- Early Pregnancy Loss, American College of Obstetrics and Gynecology (ACOG), <https://www.acog.org/womens-health/faqs/early-pregnancy-loss>  
Access 6/22/22
- 3- Miscarriage, patient care and health information, Mayo clinic. Accessed 1/24/2022.  
<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/pregnancy-loss-miscarriage/symptoms-causes/syc-20354298#:~:text=Miscarriage%20is%20the%20spontaneous%20loss,even%20know%20about%20a%20pregnancy.>
- 4- Pregnancy and Infant Loss, Center for Disease Control and Prevention, Accessed 1/24/2022  
<https://www.cdc.gov/ncbddd/stillbirth/features/pregnancy-infant-loss.html>
- 5- Healthline, Everything you need to know about miscarriage,  
<https://www.healthline.com/health/miscarriage>
- 6-Curtis KM, Tepper NK, Jatlaoui TC, Berry-Bibee E, Horton LG, Zapata LB, Simmons KB, Pagano HP, Jamieson DJ, Whiteman MK. U.S. Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use, 2016. MMWR Recomm Rep. 2016 Jul 29;65(3):1-103



**ReproNet**  
California's Refugee Reproductive  
Health Network



**UC Irvine Health**

# Suggested Citation

---

Refugee Reproductive Health Network. (2023, February). *Early Pregnancy Loss* [PDF, Arabic Slides].

**DOI 10.5281/zenodo.17084566**