وزارة الصحة والحماية الاجتماعية
Royaume du Maroc - Ministère de
la Santé et de la Protection Sociale

المندوبية الإقليمية مراكش

# دليل خدمات

## المركز المرجعي للصحة الإنجابية
## والرصد المبكر لسرطان الثدي وعنق الرحم مراكش



# محتويات الدليل


| | | |
|---|---|---|
| 1 | تقديم | ص 3 |
| 2 | الاستقبال والتوجيه | ص 4 |
| 3 | الكشف عن سرطان الثدي | ص 5-9 |
| 4 | تنظير عنق الرحم | ص 10 |
| 5 | تنظيم الأسرة | ص 11-13 |
| 6 | العقم وتأخر الإنجاب | ص 14 |
| 7 | الأمراض المنقولة جنسياً | ص 15 |
| 8 | الكشف السريع عن VIH | ص 17 |
| 9 | التوعية | ص 18 |
| 10 | التكوين والتأطير | ص 19 |

# تقديم

## من نحن؟



المركز المرجعي للصحة الإنجابية بمراكش مؤسسة صحية عمومية تضع المرأة في صلب اهتمامها، وتوفر لها الاستقبال والإنصات والفحص والتوجيه في إطار من الاحترام والسرية.

## مهامنا

**الاستقبال والتوجيه:** استقبال النساء الموجهات من المراكز الصحية وتوجيههن نحو الخدمة المناسبة ومرافقتهن.

**الوقاية والكشف المبكر:** عن سرطان الثدي وسرطان عنق الرحم، لأن اكتشاف المرض مبكراً يزيد فرص العلاج.

**الصحة الإنجابية وتنظيم الأسرة:** استشارة وتوفير وسائل منع الحمل المناسبة لكل امرأة.

**التكوين والتأطير:** تكوين مهنيي الصحة والمتدربين وتبادل الخبرات لتحسين جودة الخدمات.

## قيمنا

الاحترام والخصوصية والسر الطبي لكل امرأة، دون أي حكم مسبق.

القسم 2

# الاستقبال والتوجيه




**تبدأ رحلتك في المركز باستقبال يحترم خصوصيتك وكرامتك. هذه هي المراحل:**

الاستقبال ← فتح الملف ← الاستماع والفحص ← التوجيه

1. استقبال المرأة والترحيب بها في ظروف تحترم خصوصيتها.
2. تسجيل المعلومات الشخصية وفتح الملف الصحي.
3. جمع المعطيات عن السوابق الطبية والجراحية والعائلية.
4. الاستفسار عن الشكايات والأعراض والعلامات السريرية.
5. الاطلاع على الفحوصات السابقة والوثائق الطبية إن وجدت.
6. توجيهك نحو الخدمة المناسبة لحاجياتك.

## معلومة مهمة

**أحضري معك ورقة التوجيه من المركز الصحي وكل الفحوصات والتحاليل السابقة (صور الأشعة، التقارير، الوصفات).**

القسم 2 - أ

الكشف المبكر عن سرطان الثدي

# الفحص السريري للثدي



**الفحص السريري يقوم به الطبيب أو المهني المؤهل بيده، ولا يسبب ألماً.**
**وهو أول خطوة عند وجود ورم أو ألم أو أي تغير في الثدي.**

## مراحل الفحص

1. النظر إلى الثديين معاً: بحثاً عن عدم تناسق أو تغير في الجلد.
2. البحث عن انسحاب الحلمة أو سيلان غير عادي منها.
3. الجس المنهجي للثديين.
4. فحص العقد اللمفاوية (غدد صغيرة تحمل المناعة) تحت الإبط وفوق الترقوة.

## معلومة مهمة

**الفحص السريري لا يغني عن الفحوصات بالصور عند الحاجة، والطبيب هو من يقرر ما يلزم حسب كل حالة.**

القسم 2 - ب

# الفحص بالصدى (الإيكوغرافيا)



**الإيكوغرافيا تفحص الثدي بالموجات فوق الصوتية، وهي لا تستعمل أشعة مؤينة، ولا تسبب ألماً.**

## مراحل الفحص

1. تستلقين على سرير الفحص ويكشف الثدي المعني.
2. يُوضع جل على الجلد لتسهيل مرور الموجات.
3. يُحرَّك المسبار على الثديين لرؤية الأنسجة.
4. تُفحص منطقة الإبط عند الحاجة.
5. يُسلَّم لك تقرير يشرحه الطبيب.

**للتذكير**

**مدة الفحص قصيرة ولا يتطلب أي تحضير خاص (يؤكد الطبيب المسؤول).**

القسم 2 - ج

# التصوير الشعاعي للثدي(الماموغرافيا)




**الماموغرافيا صورة بالأشعة السينية منخفضة الجرعة. تكشف تغيرات قد لا تُلمس باليد.**

## مراحل الفحص

1. التحضير والتموضع أمام الجهاز.
2. وضع الثدي على اللوحة.
3. ضغط قصير ومضبوط على الثدي.
4. التقاط الصور اللازمة.
5. يقرأ طبيب الأشعة الصور ويحرر التقرير.

## معلومة مهمة

**قد يكون الضغط مزعجاً قليلاً لكنه قصير للحصول على صور جيدة.**
**أخبري التقنية إن شعرتِ بألم شديد.**

القسم 3

# الخزعة : أخذ عينة للتحليل



## الخزعة بالإبرة الموجهة بالصدى

**تُطلب عند وجود آفة مشبوهة تحتاج إلى تأكيد بتحليل النسيج، ويختار الطبيب الفحص المناسب لحالتك**

1. تعقيم الجلد والتخدير الموضعي.
2. تحديد الآفة بالإيكوغرافيا.
3. أخذ قطع صغيرة من النسيج بإبرة مناسبة.
4. وضع ضمادة وتقديم النصائح بعد الفحص.
5. إرسال العينات إلى مختبر التشريح المرضي.

## الخزعة بالإبرة الدقيقة

**تؤخذ بإبرة رفيعة خلايا من الآفة لتحليلها تحت المجهر.**

## الفرق بينهما

**الخزعة الموجهة تأخذ قطعًا من النسيج، والبزل الخلوي يأخذ خلايا فقط.**

## تحليل العينة

**يحدد طبيعة الآفة (حميدة أو غير ذلك).**

القسم 3 - هـ

# مسارك بعد الفحص

الاستقبال ← الفحص السريري ← الفحوصات بالصور عند الحاجة



**نتائج مطمئنة:** إخبارك بالنتيجة ومتابعة حسب التوصيات.



**نتائج غير عادية أو مشبوهة:** فحوصات إضافية حسب درجة الاشتباه.



**خزعة عند الحاجة:** تحليل النسيج في مختبر التشريح المرضي.



**نتيجة حميدة:** مراقبة أو تكفل حسب نوع الآفة.



**تشخيص مؤكد:** توجهك إلى بنية استشفائية متخصصة للتقييم والعلاج.

**انتبهي**

**وجود خلل في الكشف لا يعني تلقائياً الإصابة بالسرطان.**
**تشخيص السرطان يتطلب تأكيداً بتحليل النسيج عندما تكون الخزعة مطلوبة.**

**تذكري**

**كلما بكرتِ بالفحص، كانت الخيارات أوسع.**

القسم 4

# تنظير عنق الرحم (Colposcopie)



**يتيح الكشف عن سرطان عنق الرحم اكتشاف تغيرات قبل أن تتحول إلى مرض. عند وجود نتيجة كشف غير عادية، يطلب تنظير عنق الرحم: ملاحظة عنق الرحم بمنظار مكبر.**

## خطوات التنظير

1. الاستلقاء على طاولة الفحص في ظروف تحترم خصوصيتك.
2. إدخال منظار لإظهار العنق.
3. ملاحظة العنق بالكولبوسكوب.
4. وضع محلول حمض الخليك و/أو اللغول حسب الحاجة.
5. تحديد المناطق غير العادية.
6. أخذ خزعة صغيرة من العنق عند الحاجة وإرسالها للتحليل.
7. المتابعة حسب النتائج.

## معلومة مهمة

**طلب التنظير لا يعني أنك مصابة بالسرطان، هو فحص لفهم سبب النتيجة غير العادية.**

القسم 5 - أ

# اللولب الرحمي النحاسي



**جهاز صغير على شكل حرف T يوضع داخل الرحم، يحتوي على النحاس ولا يحتوي على هرمونات. النحاس يمنع تلاقي الحيوان المنوي بالبويضة.**

## معلومات حول اللولب

- **الاستشارة:** أسئلة عن حالتك والفحص قبل الوضع.
- **الوضع:** يقوم به مهني مؤهل، ويستغرق وقتاً قصيراً.
- **المدة:** عدة سنوات حسب النموذج.
- **مزايا:** فعالية عالية، طويل المدة، بدون هرمونات، وعودة الخصوبة بسرعة بعد السحب.
- **أعراض محتملة:** نزيف أغزر أو أكثر ألماً خاصة في البداية.
- **السحب:** يتم عند مهني صحي.

**استشيري المركز** عند ألم شديد، حمى، نزيف غزير، أو تأخر الدورة.

# شريحة منع الحمل (الغرسة)



**أنبوب صغير رفيع يوضع تحت الجلد في الجهة الداخلية للذراع، ويفرز هرموناً يمنع الحمل.**

## معلومات حول الشريحة

- **الفعالية:** عالية جدًا، ولا تحتاجين لتناول يومي.
- **المدة:** عدة سنوات حسب النموذج.
- **مزايا:** طويلة المدة، غير ظاهرة، قابلة للسحب في أي وقت عند مهني مكوّن.
- **أعراض محتملة:** تغير الدورة، ومنها نزيف غير منتظم.
- **الوضع:** بتخدير موضعي في الذراع.
- **السحب:** بتخدير موضعي أيضاً.
- **بعد السحب:** تعود الخصوبة.

**معلومة مهمة**

**تحسسي مكان الشريحة من حين لآخر.**

# أسئلة شائعة وتصحيح المفاهيم الخاطئة

## هل اللولب يسبب العقم؟

لا. تعود الخصوبة بعد سحبه، ولهذا نفحص أي التهاب قبل الوضع.

## هل تتحرك الشريحة داخل الجسم؟

لا، تبقى في مكانها تحت الجلد. إن لم تعودي لتلمسينها فاستشيري المركز.

## هل يجب إزالة اللولب أو الشريحة كل سنة؟

لا. تدوم عدة سنوات حسب النموذج، وتزال عند انتهاء المدة أو بطلبك.

## هل وسائل منع الحمل تسبب السرطان دائمًا؟

لا تسبب السرطان بشكل حتمي، والتقييم يختلف حسب الوسيلة وحالة كل امرأة.

## هل يمكن الحمل مباشرة بعد إزالة الوسيلة؟

نعم، الخصوبة تعود بسرعة. إن لم ترغبي في الحمل فاختاري وسيلة بديلة قبل السحب.

**تذكري**

اختيار الوسيلة يتوقف على حالتك الطبية، وتقرره مع الطبيب بعد الاستشارة.

القسم 6

# العقم وتأخر الإنجاب



**يتحدث الأطباء عن تأخر الإنجاب عندما لا يحدث الحمل بعد مدة من العلاقات المنتظمة دون وسيلة منع (يحدد الطبيب المدة حسب سن المرأة).**

## الأسباب

**الأسباب قد تكون عند المرأة أو الرجل أو كليهما، لذلك يُقيَّم الزوجان معاً.**

## خطوات التشخيص والتكفل

- أسئلة عن التاريخ الطبي والنسائي والولادي.
- فحوصات حسب الحالة: صدى الحوض، تحليل الهرمونات، فحص قنوات الرحم (البوقين)، وتحليل المني.
- التوجيه نحو بنية متخصصة عند الحاجة.
- نصائح ما قبل الحمل.

## معلومة مهمة

**العلاج يُتبع السبب الذي يُحدد، ولا يوجد حل موحد لكل الحالات.**

القسم 7

# الأمراض المنقولة جنسياً



**عدوى تنتقل بالاتصال الجنسي، ومنها الكلاميديا والسيلان والزهري والهربس التناسلي وفيروس الورم الحليمي البشري والتهاب الكبد B وفيروس نقص المناعة البشرية.**

## الاستشارة • السرية • الوقاية

- **الاستشارة:** إنصات واستجواب وفحص.
- **السرية:** سر طبي مضمون، بدون وصم أو حكم.
- **الوقاية:** الواقي الذكري، الفحص، والتلقيح عند وجود مؤشر له.

**العلامات المحتملة:** إفرازات غير عادية، ألم في الحوض، حرقة عند التبول أو آفات تناسلية. وقد لا تظهر أي أعراض.

**خطوات التكفل:** استجواب وفحص في سرية تامة، وتحاليل حسب الحالة، وعلاج مناسب للعدوى مع التكفل بالشريك عند الحاجة.

**نستقبلك باحترام، وكل ما تقولينه يبقى سراً طبياً.**

القسم 8

# التكفل بأمراض الربيع الثاني



## مواكبة المرأة خلال مرحلة انقطاع الطمث

مرحلة طبيعية من الحياة، وقد ترافقها أعراض تؤثر على الراحة وجودة العيش. يُؤكَّد حالة انقطاع الطمث الطبيعي بعد 12 شهراً متتالياً دون حيض، في غياب سبب آخر.

## إنصات، تقييم ومواكبة فردية

1. تقييم الهبات الساخنة والتعرق الليلي واضطرابات النوم والمزاج.
2. مناقشة الجفاف المهبلي والألم أثناء العلاقة والأعراض البولية بسرية.
3. تقييم صحة العظام وعوامل الخطر القلبية حسب الحالة.
4. نصائح حول النشاط البدني والتغذية المتوازنة والنوم والتوقف عن التدخين.
5. مناقشة العلاجات الهرمونية وغير الهرمونية وفق التاريخ الطبي والموانع.
6. توجيه المرأة إلى الاستشارة المتخصصة عند الحاجة، وتنظيم المتابعة.

**لا تترددي في الحديث عن الأعراض التي تؤثر على حياتك.**
**يحدد الطبيب معك الخيارات المناسبة لحالتك.**

القسم 9

# الكشف السريع عن فيروس نقص المناعة (VIH)



يتيح الكشف معرفة الحالة مبكراً والتكفل عند الحاجة. يُقترح في سياقات محددة، ويُجرى حسب نوع الاختبار، وتظهر النتيجة في وقت قصير وفق تعليمات الشركة المصنعة.

## فحص في إطار السرية والمواكبة

- استشارة ومعلومات واضحة قبل إجراء الاختبار.
- أخذ العينة حسب نوع الاختبار وفي ظروف مناسبة.
- شرح النتيجة بشكل فردي وسري، وتحديد الخطوة التالية.

## معلومة مهمة

النتيجة التفاعلية للاختبار السريع لا تكفي وحدها لتأكيد التشخيص.
السر الطبي مضمون وبدون وصم، مع مرافقتك.

# التوعيـة



## التعريف بخدمات المركز المرجعي

توعية النساء بالخدمات المتوفرة وكيفية الاستفادة منها،
وتشجيعهن على طرح الأسئلة وطلب الاستشارة في جو من الاحترام والثقة.

## معلومة واضحة من أجل قرار صحي واعٍ

- التعريف بمسار الاستقبال والتوجيه والوثائق اللازمة للاستشارة.
- التحسيس بالكشف المبكر عن سرطان الثدي وسرطان عنق الرحم.
- التعريف باستشارات تنظيم الأسرة وتأخر الإنجاب ومواكبة انقطاع الطمث.
- شرح الوقاية من الأمراض المنقولة جنسياً وإمكانية طلب الكشف عن VIH.
- تصحيح المفاهيم الخاطئة والتأكيد على السرية والخصوصية.

**معلومة مهمة**

اسألي فريق المركز عن الخدمة المناسبة لحاجتك.

القسم 11

# التكويـــــــن والتأطـــيـــر



**تكوين نظري وتطبيقي في الصحة الإنجابية لفائدة مهنبي القطاعين العام والخاص، وتأطير الطلبة والمتدربين وتبادل الخبرات لتحسين جودة الخدمات.**

## تنمية الكفاءات وتقاسم الخبرات

- التكوين على وضع وسحب اللولب والشريحة حسب الكفاءات المطلوبة.
- التكوين على القحص السريري والكشف عن سرطان الثدي وعنق الرحم.
- التكوين على تنظيم عنق الرحم وفق الاختصاص والكفاءة.
- تأطير الطلبة والمتدربين خلال الأنشطة النظرية والتطبيقية.
- تبادل الخبرات والممارسات المهنية لتحسين جودة الاستقبال والتكفل.

**التكوين المستمر دعامة لخدمات صحية ذات جودة.**






## صحتك تستحق الاهتمام والوقاية تبدأ بالمعلومة الصحيحة

هذا الدليل للتوعية ولايغني عن للاستشارة الطبية