

## انساييت اندومتروزس



**هل تعانيين من الام الطمث؟  
هل لديك مشاكل في الخصوبه؟**

**التهاب بطانه الرحم و كيف يمكننا مساعدتك  
اندومتروزس**

insightEndometriosis.org.nz  
Facebook.com/InsightEndometriosis  
النسخه العربيه  
(Arabic Version)

## ساهمو معنا

نشاطنا يهدف الي ترقيه ادا جميع النساء من جميع الاعمار  
و الاعراق.  
نثمن ونشكر كل مجهوداتكم معنا باموالكم او وقتكم الثمين.  
كعمل خيري مسجل, كل التبرعات الماليه تخضع  
لاستثناءات ضريبية.

## ساهمو معنا و ساعدونا في بناء مجتمعنا.

### للمزيد من المعلومات

للمزيد من المعلومات و للتعرف على منظمتنا **انساييت  
اندومتروزس**, الرجا الاتصال بنا على العناوين التاليه:

تلفون (انيت): 07 8555 123

ايميل: info@insightendometriosis.org.nz

موقعنا: [InsightEndometriosis.org.nz](http://InsightEndometriosis.org.nz)

فيسبوك: [Facebook.com/InsightEndometriosis](https://www.facebook.com/InsightEndometriosis)

المعلومات و محتويات هذا الكتيب ماخوذه من:

“Endometriosis: The complete reference for taking charge  
of your Health” (2003), by Mary Lou Ballweg and the En-  
dometriosis Association

**انساييت اندومتروزس و بربل والك ماركات  
مسجله ل “اندومتروزس وايكاتو”**

منظمه خيريه مسجله بالرقم  
(CC10906)

(Endometriosis Waikato, 2011-2013)

## انساييت اندومتروزس

نقوم بتقديم المعلومات و الارشادات و الدعم الاجتماعي  
حتى تتمكن النساء من جميع الاعمار و الطبقات من ان  
يكن في وضع افضل في التعامل مع حاله المرضيه و  
ليكن اكثر ايجابيه فيما يختص بالعلاج

### خدماتنا تشمل:

- مقابلات مع المعلمين و المرشدين.
- برامج تعليميه.
- مطبوعات و موقع على الانترنت.
- اجتماعات مسائيه – متحدثون و مواضيع  
نقاشات.
- مجموعات اعانه و ارشاد.
- استشارات عبر الهاتف, الايميل او الاسكايب.
- نشرات اخباريه.
- مكتبه.
- موقع فيسبوك للتواصل الاجتماعي.
- برامج للشابات و اليافعات.

## تجنب تاخر التشخيص

توجد محاضرات للقاء علي مجموعات العمل,  
المجموعات الاجتماعيه و العاملين في الحقل الصحي.

### للاشتراك معنا

اتصلوا بنا لتكونوا حلقة الوصل مع  
مجتمعكم المحلي و لتتمكنوا من استخدام  
مكتبتنا و حتى تصلكم نشراتنا الاخباريه.

## الجميع مدعوون



## التهاب بطانة الرحم

التهاب بطانة الرحم من الحالات المرضية النسوية الشائعة والتي قد تصيب النساء في أي عمر من دون تقريب.

### تعريف التهاب بطانة الرحم

- حاله معقده تشمل اضطرابات في الجهاز المناعي و اختلالات هرمونية.
- خلايا شبيهة بخلايا جدار الرحم تبدو في النمو و التكاثر في مناطق أخرى مثل المبيضين, قناة فالوب او البطن و جدار الحوض.
- تبدأ الخلايا في التكاثر مع يدايه الدورة الشهرية و قد تسبب الالتهابات و الالام و اعراض أخرى قد تصل الي مشاكل في الخصوبة.
- قد يؤثر مرض التهاب بطانة الرحم على الاداء و النشاط في الحياة اليومية و العملية و قد يتسبب في الغياب المتكرر عن العمل او الدراسة.

قد تساعد البرامج الكنية الشخصية في التخفيف من الآثار الجانبية.

### من يصيب مرض التهاب بطانة الرحم؟

مرض التهاب بطانة الرحم قد يصيب جميع النساء من كل الاعراق او الثنيات او الطبقات او الاعمار بدون تمييز بما في ذلك اليافعات و الشبابات.

تزداد نسبة خطر الاصابة بمرض التهاب بطانة الرحم عند اللواتي يوجد لديهن تاريخ باصابات عائلية بمرض التهاب بطانة الرحم او اضطرابات الهرمونات.



## الاعراض المصاحبة



- الام الدورة الشهرية.
- الام اثناء او بعد عملية الجماع او الاتصال الجنسي.
- مشاكل في الخصوبة.
- مشاكل في الجهاز الهضمي مثل الغثيان, الامساك و الاسهالات.
- الفتور و الوهن الدائم.
- الام في اوقات أخرى مثل اوقات الاباضه.
- الام في اماكن مختلفة مثل اسفل الظهر.
- الام اثناء التبول.
- افرازات قبل الدورة الشهرية.
- اضطرابات الجهاز المناعي.

هذه الاعراض قد تتشابه مع اعراض امراض أخرى ولكنها عادة ما تكون دورية.

### الام غير طبيعيه اثناء الدورة الشهرية

سيدتي, لا تتأخري ان اصابتك الام غير طبيعيه اثناء الدورة الشهرية.

يرجى مراجعة اختصاصى امراض النساء علي وجه السرعة.

الكشف المبكر يساعد في ازالة الاعراض و المحافظه على الخصوبة.

## هل اشكو من مرض التهاب بطانة الرحم؟

- ☐ يرجى تقييم حالتك الصحية بعد الاجابه علي الاسئلة التالية:
- ☐ هل تستعملين مخفف لالام الدورة الشهرية كل شهر؟
- ☐ هل تضطرين الي الغياب عن العمل او الدراسة بسبب الدورة الشهرية؟
- ☐ هل تحتاجين الي الراحة السريرية اثناء الدورة الشهرية؟
- ☐ هل تتنابك الالام في منتصف الدورة؟
- ☐ هل تصابين بالام اثناء او بعد عملية الجماع؟
- ☐ هل تصابين بالام في الجهاز الهضمي؟
- ☐ هل تصابين بالامساك او الاسهالات بالتزامن مع الدورة الشهرية؟
- ☐ هل تصابين بالالام اثناء التبول أو اثناء امتلاء المثانة؟
- ☐ هل اصيب احد افراد عائلتك بمرض التهاب بطانة الرحم؟

### ماذا افعل؟

- يرجى مراجعه طبيبك العمومي و مناقشه الاعراض المدونه في الاستبيان معه.
- الرجاء طلب احاله الي اختصاصى امراض نساء متخصص في مرض التهاب بطانة الرحم.
- لمزيد من المعلومات, يرجى الاتصال بنا في منظمه “انساي اندومتروزس”

مرض التهاب بطانة الرحم من الامراض الشائعة و الخطيره و لكنها ما زالت مجهوله للعامة و لم تغطي مكانتها طبيا. يحتاج مرضى التهاب بطانة الرحم للارشاد و المساعدة.