

amaze

تحضير دروس التربية الجنسية

الحمل والإنجاب

عن الدرس:

تحضير الدرس ده جزء من مجموعة تحضيرات دروس فردية ومكتوبة جاهزة لدعم تقديم التربية الجنسية الشاملة للشباب والمراهقين جوه وبره المدرسة عن الصحة الجنسية والإنجابية. التحضيرات دي معمولة علشان تسهل دمج فيديوهات Amaze التعليمية اللي بتشرح نفس موضوعات الدروس وتقدرنا تستخدموها في تعزيز تحضيرات الدروس الموجودة أو أي مواد تعليمية موجودة عندكم بالفعل لتقديم التربية الجنسية الشاملة. أفضل سيناريو إن التعلّم في أي موضوع من موضوعات التربية الجنسية الشاملة يدي للمتعلمين والمتعلمات فرصة إنهم/ن يكتسبوا ويطبّقوا ويمارسوا المعرفة والمهارات والمواقف. في تحضير الدروس دي، بنقدم أمثلة بسيطة على بعض مخرجات التعلم الأساسية اللي ممكن نستهدفها، واحنا معترفين/ات إن درس واحد على الأغلب مش هيكون كفاية لتحقيق مستوى الإتقان لمخرج تعليمي واحد، ولا كفاية لتغطية أكثر من مجال تعليمي واحد. علشان كده، بنشجع المدرسين والمدرسات إنهم/ن يحضروا ويقدموا دروس متابعة تقوّي مخرجات التعلم المستهدفة من الدروس دي ومن موضوعات التربية الجنسية الشاملة، وبنشجعهم/ن يستغلّوا أي فرص جوه أو بره الفصل تساعد المتعلمين والمتعلمات إنهم/ن يفكّروا في مواقفهم/ن، ويمارسوا ويعززوا مهاراتهم/ن.

تحضير المعلم/ة

- مراجعة المصادر التعليمية والتأكد من فهم طريقة عمل الجهاز الجنسي والإنجابي وعملية الإنجاب البشري، والاستعداد للإجابة عن أسئلة الطلاب/الطالبات.
- طباعة كروت خطوات الإنجاب البشري وقصصها، وتجهيز مجموعة لكل فريق صغير.
- طباعة ورقة العمل: الإنجاب البشري (نسخة لكل طالب/ة).
- طباعة مصدر: التشريح الجنسي والإنجابي (نسخة لكل طالب/ة).
- كتابة كلمات بنك المصطلحات على السبورة.
- الاطلاع على فيديو Pregnancy and Reproduction Explained قبل الحصة عشان تكونوا فاهمين/ات المحتوى ومتأكدين/ات إنكم/ن مرتاحين/ات إنكم/ن تعرضوه على الطلبة.

الأدوات المطلوبة:

- برويكتور وشاشة، أو لابتوب/ تابلت (لو انت ضعيف، نزل/ي الفيديو قبل الحصة).
- رابط الفيديو: <https://amaze.org/video/pregnancy-reproduction-explained/>
- باور بوينت: تشريح الجهاز الجنسي والتناسلي. (أو أي بوسترات متاحة من مادة الأحياء أو مادة ثانية ذات صلة)
- مصدر للمعلم/ة: بنك الكلمات والإجابات للتشريح الجنسي والإنجابي.
- مصدر للمعلم/ة: الأسئلة الشائعة حول الإنجاب.
- مصدر: التشريح الجنسي والإنجابي (نسخة لكل طالب/ة).
- كروت خطوات الإنجاب البشري - مجموعة لكل طالب/ة
- ورقة عمل: الإنجاب البشري.
- مصدر للمعلم/ة: إجابات الإنجاب البشري.
- سبورة وطباشير، أو ورق فليب شارث وقلم.

التوافق مع الدليل التقني الدولي للتربية الجنسية الشاملة

المفهوم الأساسي 6: جسم الإنسان وتطوره

- الموضوع 6.1: التشريح والوظائف الخاصة بالجهاز الجنسي والتناسلي
- الموضوع 6.2: الإنجاب

المعرفة السابقة للطلاب:

الطلاب اتعرفوا قبل كده على الأعضاء الجنسية والتناسلية الداخلية والخارجية عند الذكور والإناث، ووظائفها الأساسية.

الفئة المستهدفة :

10- لما فوق 14 سنة.

مدة الدرس

45 دقيقة

أهداف التعلم

بنهاية الدرس، مفروض يكون الطلبة قادرين/ات:

- 1- يشرحوا ازاي مرحلة البلوغ بتحضر جسم الإنسان لإمكانية الإنجاب. (معرفة)
- 2- يشرحوا عملية الإنجاب البشري من خلال ترتيب خطوات حدوث الإخصاب بشكل صحيح. (معرفة)



يقول المعلم/ة للطلبة: "النهارده هنتكلم عن إزاي مرحلة البلوغ بتجهّز جسم الإنسان علشان ت/ يكون قادر/ة على الإنجاب." **بعدين ت/يسأل: "مين فاكّر يعني إيه البلوغ؟"**

الخطوة الأولى:

ملاحظة للمعلم/ة:

الإجابات ممكن تكون إنه مرحلة طبيعية بيكبر فيها الجسم ويتحوّل من جسم طفل لجسم بالغ. البلوغ غالباً يبدأ بين سن 8 و16 سنة. وغالبًا يبدأ عند البنات بدري شوية عن الأولاد.

قولوا: "واحد من أكبر الاختلافات بين الشخص اللي مرّ بمرحلة البلوغ والشخص اللي لسه ما مرّش بيها هو القدرة على الإنجاب، يعني إمكانية تكوين طفل. وده تغيير مهم بيحصل خلال مرحلة البلوغ. أغلب التغيرات اللي بتحصل في الفترة دي بتكون نتيجة لهرمونات، أهمها هرمون التستوستيرون وهرمون الإستروجين. والهرمونات دي مواد كيميائية طبيعية بيصنعها جسمنا." (حوالي 3 دقائق)

ابدأ/ي عرض الباور بوينت، قول/ي: "علشان نفهم الإنجاب، لازم الأول نراجع أسماء الأعضاء التناسلية الذكورية ووظيفة كل عضو. مين يقدر يسمّي عضو من الأعضاء؟" وخلال المناقشة، يتم تسمية الأعضاء وشرح وظيفة كل عضو.

الخطوة الثانية:

ملاحظة للمعلم/ة:

ممكن يكون مفيد إنك تكتب/ي بنك المصطلحات على السبورة علشان تساعد الطلاب/الطالبات يفتكروا أسماء الأعضاء بسهولة. ارجع/ي إلى بنك المصطلحات ومفتاح الإجابات الخاص بالتشريح الإنجابي علشان تلاقي الكلمات المطلوبة والإجابات الصحيحة.

بعد كده اعرض/ي الشريحتين الثانية والثالثة الخاصة بجسم الأنثى، وقول/ي: "دلوقتي هنراجع مع بعض أسماء الأعضاء الإنجابية الأنثوية ووظيفة كل عضو. مين يقدر يسمّي عضو من الأعضاء الموجودة في الرسم ده؟" بالتعاون مع الطلاب/الطالبات، حاولوا تسمية الأعضاء الموجودة في الرسم، وناقشوا كمان وظيفة كل عضو. (حوالي 10 دقائق)

قول/ي للطلاب/الطالبات: "مرحلة البلوغ بتبدأ لما جسم الإنسان يبدأ يفرز كميات أكبر بكثير من الهرمونات اللي كانت بتتفرز قبل كده بكميات صغيرة. عند الأولاد بيزيد إفراز هرمون التستوستيرون ويكون فيه كمان كمية صغيرة من الإستروجين. وعند البنات بيزيد إفراز الإستروجين ويكون فيه كمان كمية صغيرة من التستوستيرون. التغيرات اللي بتحصل في الجسم خلال مرحلة البلوغ بتحصل بسبب الزيادة الكبيرة دي في الهرمونات." بعد كده اعرض/ي الشريحة الرابعة اللي فيها الرسومات الداخلية للجهاز التناسلي عند الذكور والإناث معًا.

اشرح/ي للطلاب/الطالبات إن مش كل أجزاء الجسم في الرسومات دي بتشارك في عملية الإنجاب، لكن فيه أعضاء معينة بس هي اللي تعتبر جزء من الجهاز التناسلي.

وقول/ي:

في الرسم الخاص بالذكور، الأعضاء اللي بتشارك في عملية الإنجاب هي: الخصيتين، القضيب، الإحليل، والأسهر.

وفي الرسم الخاص بالإناث، الأعضاء اللي بتشارك في عملية الإنجاب هي: الرحم، المبيضان، قناتي فالوب، والمهبل. (حوالي 4 دقائق)

قول/ي للطلاب/الطالبات:

الجهاز التناسلي بيبقى قادر على الإنجاب أو تكوين جنين وده من من خلال إنتاج هرموني التستوستيرون. لما مرحلة البلوغ بتبدأ، الخصيتان واللي بنتنتج معظم هرمون التستوستيرون، بيبداو كمان في إنتاج الحيوانات المنوية. الحيوانات المنوية هي خلايا صغيرة جدًا وضرورية لحدوث الإنجاب. علشان عملية الإنجاب تحصل، الحيوانات المنوية بتخرج من الخصيتين وتنتقل إلى البربخ، وهناك بتكمل نموها وتنضج. بعد كده بتتحرك عبر أنبوبين صغيرين اسمهم الأسهران. وبعد ما تمر عبر الأسهرين، تختلط الحيوانات المنوية بالسائل المنوي. السائل المنوي هو سائل بيساعد على حماية الحيوانات المنوية وتغذيتها، ويساعدها كمان على تخصيب البويضة. بعد ما الحيوانات المنوية تختلط بالسائل المنوي، بتتحرك عبر الإحليل الموجود داخل القضيب، وتخرج من فتحة القضيب. خروج السائل المنوي من القضيب بالطريقة دي يُسمّى القذف.

بعد كده قول/ي:

"لما مرحلة البلوغ بتبدأ عند البنات، المبيضان واللي بينتجوا معظم هرمون الإستروجين، بيبداو يطلعوا بويضة تقريبًا مرة كل شهر، وعملية خروج البويضة من المبيض اسمها الإباضة. ولما الإباضة تحصل، البويضة بتتحرك لقناة فالوب. (فكر/ي الطلاب/الطالبات إن بعد بداية الإباضة، الرحم بيبدا كل شهر يستعد لاستقبال بويضة مخصبة، لأنه لو حصل حمل، فالرحم هو المكان اللي الجنين هيعيش وينمو فيه لحد الولادة). بعد البويضة تتحرك لقناة فالوب، بطانة الرحم سميها بيزيد، وتتكوّن فيها كمية إضافية من الدم والأنسجة استعدادًا لاحتمال حدوث حمل. عادةً بيحصل الإخصاب لما السائل المنوي، اللي بيحتوي على ملايين الحيوانات المنوية، يخرج من القضيب أثناء القذف ويدخل إلى المهبل من خلال الإدخال وقت العلاقة الجنسية. ولو ما وصلتش بويضة مخصبة إلى الرحم، وده اللي بيحصل في معظم الشهور، الرحم بيتخلص من بطانته، والبطانة دي بتخرج من الجسم عبر المهبل في الوقت اللي بنسميه الحيض، والعملية دي كلها - من أول خروج البويضة ولحد نزول دم الحيض بنسميها الدورة الشهرية.

الحمل والإنجاب

amaze

تحضير دروس الترية الجنسية



بعد الانتهاء من الشرح، قول/لي للطلاب/الطالبات:
"دلوكتي هنشوف فيديو قصير بيشرح إزاي بيحصل الإخصاب."

اعرض/لي فيديو "شرح الحمل والإنجاب"

للطلاب/الطالبات. [https://youtu.be/nr6NihHT9tI?](https://youtu.be/nr6NihHT9tI?si=nsqPZkWAZVUx0qkW)

[si=nsqPZkWAZVUx0qkW](https://youtu.be/nr6NihHT9tI?si=nsqPZkWAZVUx0qkW)

(حوالي 12 دقيقة تشمل المشاهدة والمناقشة)

ملاحظة للمعلم/ة:

من المتوقع إن بعض الطلاب/الطالبات يشعروا بالخل أو عدم الارتياح أو حتى الاشمئزاز عند سماع الحديث عن العلاقة الجنسية. وضح/لي لهم إن العلاقة الجنسية سلوك خاص بالبالغين، وإن من الطبيعي في سنهم إنهم يشعروا ببعض الحرج أو عدم الارتياح أثناء مناقشة هذا الموضوع.

الخطوة الخامسة: 5

"هنشوف دلوكتي إيه الخطوات اللي فاكرينها عن الإخصاب من خلال ترتيب خطواتها بالترتيب الصحيح على الرسم"

قسّم/لي الطلاب/الطالبات إلى مجموعات من شخصين أو ثلاثة.
ورّع/لي على كل مجموعة ورقة نشاط الإخصاب ومجموعة البطاقات الخاصة بخطوات الإخصاب.

اشرح/لي للطلاب/الطالبات:

"في الجزء المكتوب عليه (ذكر)، رتبوا البطاقات الخاصة بالجزء الذكري من عملية الإنجاب بالترتيب الصحيح بدايةً من أعلى المخطط. أول خطوة موجودة بالفعل لمساعدتكم/ن. وفي الجزء المكتوب عليه (أنثى)، رتبوا البطاقات الخاصة بالجزء الأنثوي من الإنجاب بالترتيب الصحيح بعد الخطوة الأولى. أثناء عمل الطلاب/الطالبات، مرّ/لي بين المجموعات وقدم/لي المساعدة أو أديهم/ن تلميحات أو كلمات مفتاحية عند الحاجة.

لو وجدت/لي حاجة لتقييم فهم كل طالب/ة بشكل فردي، ممكن تنفذ/لي النشاط بشكل فردي بدلاً من العمل في مجموعات.

كمان ممكن تنفذ/لي النشاط مع الفصل كله كمجموعة واحدة من خلال رسم مخطط كبير على الأرض أو على السبورة وتكبير البطاقات الخاصة بمراحل الأخصاب علشان يقدر الفصل كله يشارك في ترتيب المراحل بشكل جماعي. (حوالي 10 دقائق)

الخطوة السادسة: 6

بعد انتهاء النشاط، راجع/ي الإجابات مع الطلاب/الطالبات وصحّح/ي أي أخطاء، وراجع/ي معهم المعلومات الأساسية. لو تبقى أي وقت، اسأل/ي الطلاب/الطالبات إذا كان عندهم أي أسئلة، وخصص/ي وقتًا للإجابة عنها. انهي الدرس بتلخيص إن خلال مرحلة البلوغ، الجسم يستعد للقدرة على الإنجاب من خلال إفراز هرموني التستوستيرون والإستروجين. وعادةً يحصل الإخصاب لما حيوان منوي يخصب بويضة، وبعد كده تستقر البويضة المخصبة داخل الرحم.

بعد كده قول/ي للطلاب/الطالبات:

لو لسه عندكم أسئلة، ده شيء طبيعي. تقدروا تسألوا شخصًا بالغًا بتثقوا فيه، أو تسألوني، أو تسألوا الممرضة المدرسية أو الأخصائية الاجتماعية لو محتاجين معلومات إضافية. وأخيرًا، ورّع/ي عليهم نسخة من مورد "التشريح التناسلي والإنجابي"، وشرح/ي لهم إنهم يقدرُوا يرجعوا إليه في أي وقت لمراجعة أسماء أعضاء الجسم المختلفة ووظائفها. (حوالي 6 دقائق)

النقاط الأساسية اللي المفروض الطلاب/الطالبات يفتكروها من الدرس:

- خلال مرحلة البلوغ، الجسم بيفرز هرموني التستوستيرون والإستروجين، والهرمونات دي بتساعد الجسم إنه يستعد للقدرة على الإنجاب.
- لما مرحلة البلوغ تبدأ عند الأولاد، الخصيتان، واللي بتنتج معظم هرمون التستوستيرون، بتبدأ في إنتاج الحيوانات المنوية. ولما مرحلة البلوغ تبدأ عند البنات، المبيضان، واللي بيتنتجوا معظم هرمون الإستروجين، بيدأوا يطلعوا البويضات.
- عادةً يحصل الإخصاب لما حيوان منوي يخصب بويضة وهي لسة في قناة فالوب، وبعد كده يحصل الحمل لما تستقر البويضة المخصبة داخل الرحم.

تقييم تحقيق أهداف التعلم:

ممکن تستخدم/ي نشاط ترتيب خطوات الإخصاب علشان تتأكد/ي من مدى فهم الطلاب/الطالبات للمفاهيم الأساسية اللي اتناقشت خلال الدرس.

في حالة تقديم الدرس أونلاين:

استخدم/ي منصة أو أداة رقمية مناسبة، وسجّل/ي إجابات الطلاب/الطالبات على سبورة إلكترونية أو مستند مشترك. ممكن كمان تقسّم/ي الطلاب/الطالبات إلى مجموعات افتراضية صغيرة علشان يشتغلوا مع بعض على نشاط أو مستند مشترك، مع متابعة مشاركتهم وتقديم المساعدة عند الحاجة.

الواجب المنزلي:

لا يوجد

مصدر للمعلم/ة: بنك الكلمات والإجابات للتشريح الجنسي والإنجابي.

بنك المصطلحات الخاصة بالتشريح الذكري

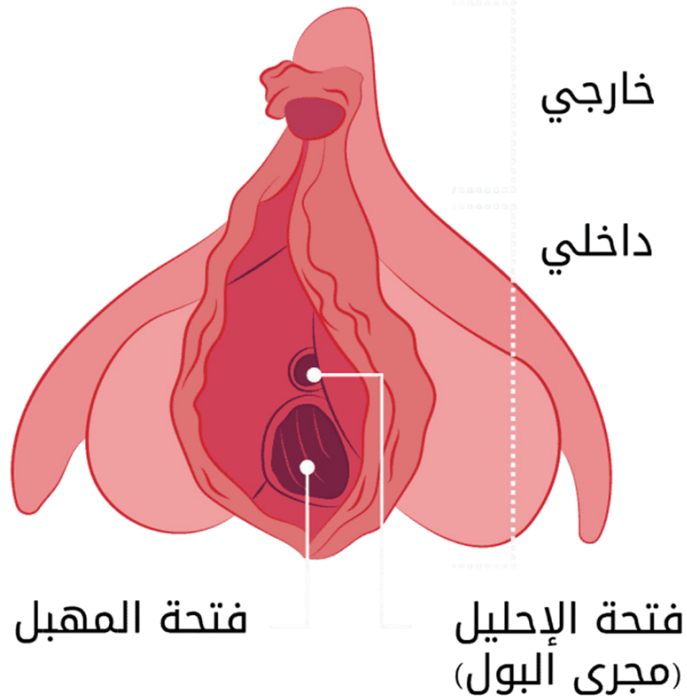
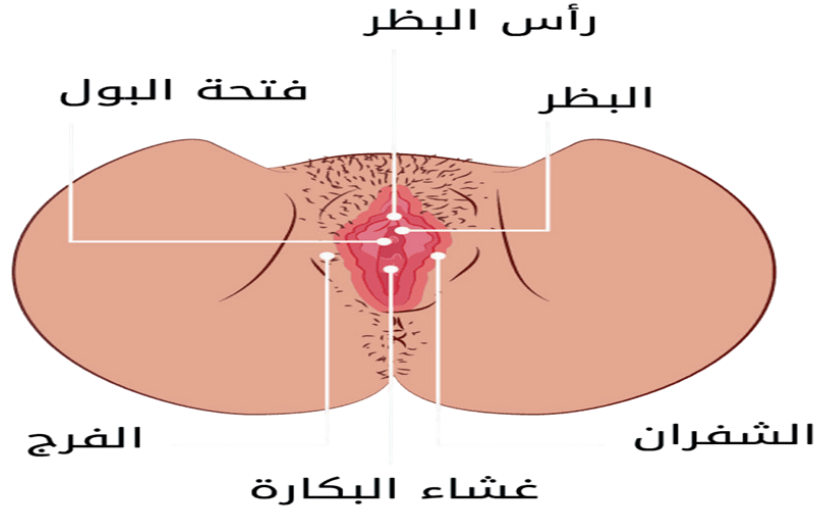
المثانة
الإحليل (مجري
البول)
القضيب
الأسهر
الحويصلات المنوية
كيس الصفن
غدة البروستاتا
الخصية
البربخ
الشرح

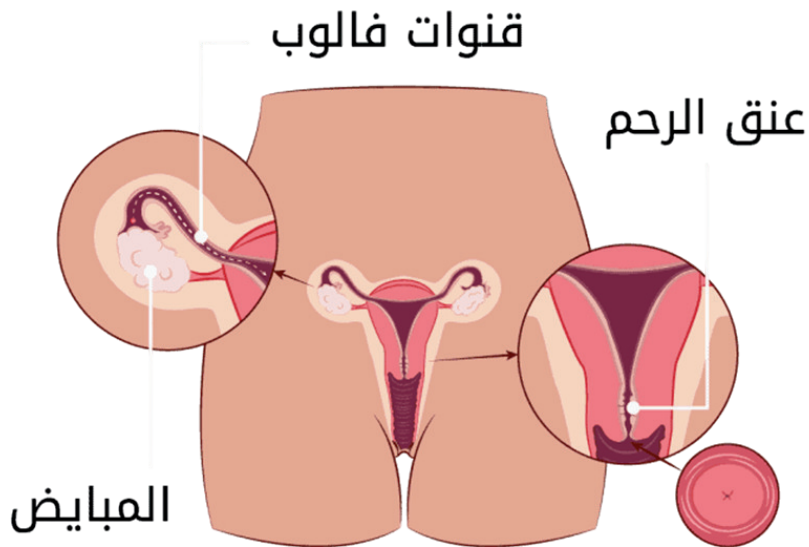
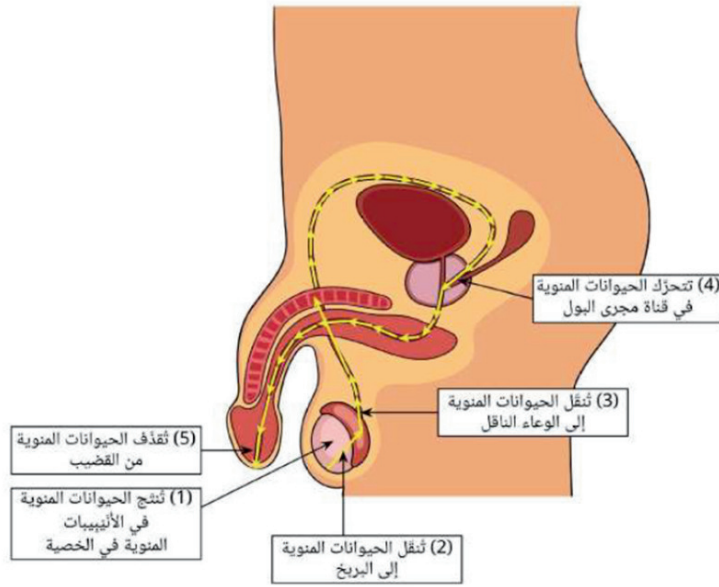
بنك المصطلحات الخاصة بالتشريح الأنثوي (الخارجي)

البظر	الشفران
الإحليل	الداخليين
المهبل	الشفران
الفرج	الخارجيين
	الشرح

بنك المصطلحات الخاصة بالتشريح الأنثوي (الداخلي)

الرحم
المبيض
قناتا فالوب
المهبل
عنق الرحم





شرح الأعضاء التناسلية ووظائفها: الأعضاء التناسلية عند الذكور

العضو الذكري	ما هو/ماذا يفعل
القضيب	يسمح بمرور البول والسائل المنوي. يحتوي على عدد كبير من النهايات العصبية، لذلك يساهم في الإحساس.
القلقة	طبقة جلدية تحمي رأس القضيب. بعض الذكور يتم ختانهم فلا تكون موجودة لديهم.
كيس الصفن	كيس عضلي يحمل الخصيتين. يتحكم في درجة حرارتهما لتكون مناسبة لإنتاج الحيوانات المنوية.
الخصيتان	تنتجان الحيوانات المنوية. وتنتجان أيضًا هرمونات جنسية مثل التستوستيرون.
الحيوانات المنوية	خلايا تناسلية ذكورية صغيرة جدًا. تحمل المادة الوراثية (DNA) التي يمكن أن تُخصب البويضة.
الأسهر	أنبوب ينقل الحيوانات المنوية من الخصيتين إلى باقي الجهاز التناسلي.
الحويصلات المنوية	تفرز سائلًا يحتوي على سكر (فركتوز) يغذي الحيوانات المنوية.
غدة البروستاتا	تنتج جزءًا كبيرًا من السائل المنوي.
البربخ	مكان تخزين الحيوانات المنوية حتى تنضج.

شرح الأعضاء التناسلية ووظائفها: الأعضاء التناسلية عند الذكور

العضو الذكري	ما هو/ماذا يفعل
المثانة	تخزن البول. (ليست جزءًا من الجهاز التناسلي)
الشرج	مخرج البراز من الجسم. ليس جزءًا من الجهاز التناسلي.

شرح الأعضاء التناسلية ووظائفها: الأعضاء التناسلية عند الإناث

العضو الأنثوي	ما هو/ماذا يفعل
الرحم	عضو عضلي ينمو فيه الجنين أثناء الحمل. يُسمى أحياناً بيت الجنين.
عنق الرحم	الجزء السفلي من الرحم. يفرز سوائل تساعد الحيوانات المنوية على الحركة.
المهبل	قناة تربط الرحم بخارج الجسم. يمر من خلالها دم الحيض.
الحيوانات المنوية أثناء الإدخال	الطفل أثناء الولادة.
المبيضان	يخزانان البويضات. ينتجان هرمونات مثل: الأستروجين والبروجسترون.
قناتا فالوب	تنقلان البويضة من المبيض إلى الرحم غالباً يحدث الإخصاب بداخلهما.
الفرج	يشمل الأعضاء الخارجية مثل الشفرين والبظر.
البظر	عضو صغير يحتوي على عدد كبير من النهايات العصبية ويساهم في الإحساس.
الشرج	مخرج البراز من الجسم وليس جزءاً من الجهاز التناسلي.

ورقة العمل

خطوات الإنجاب البشري

في هذا النشاط يقوم الطلاب/الطالبات بترتيب الخطوات التالية بالترتيب الصحيح. اكتب/ي الخطوات على ورق خارجي لاصق أو ستيكي نوت ورتبهم/بيهم بشكل عشوائي:



تتكوّن الحيوانات المنوية في الخصيتين.	تنتقل الحيوانات المنوية عبر الأسهر
تختلط الحيوانات المنوية بسوائل لتكوين السائل المنوي.	لو حدث إدخال خلال العلاقة الجنسية ، يدخل القضيب إلى المهبل.
تزداد سماكة بطانة الرحم وتكوّن فيها كمية إضافية من الدم والأنسجة استعدادًا لاحتمال حدوث حمل	يبدأ الحمل.
تتحرك الحيوانات المنوية عبر عنق الرحم والرحم، وتصل إلى قناتي فالوب.	يخرج السائل المنوي من القضيب إلى المهبل (القذف).
يلتقي حيوان منوي بالبويضة في قناتي فالوب ويخصبها.	تنتقل البويضة المخصبة من قناة فالوب إلى الرحم.
تنغرس البويضة في بطانة الرحم وبكده يكون الإخصاب تم.	يلتقي حيوان منوي بالبويضة في قناتي فالوب ويخصبها.
	يحدث التبويض ويخرج المبيض بويضة.

ورقة العمل

خطوات الإنجاب البشري

ذكر

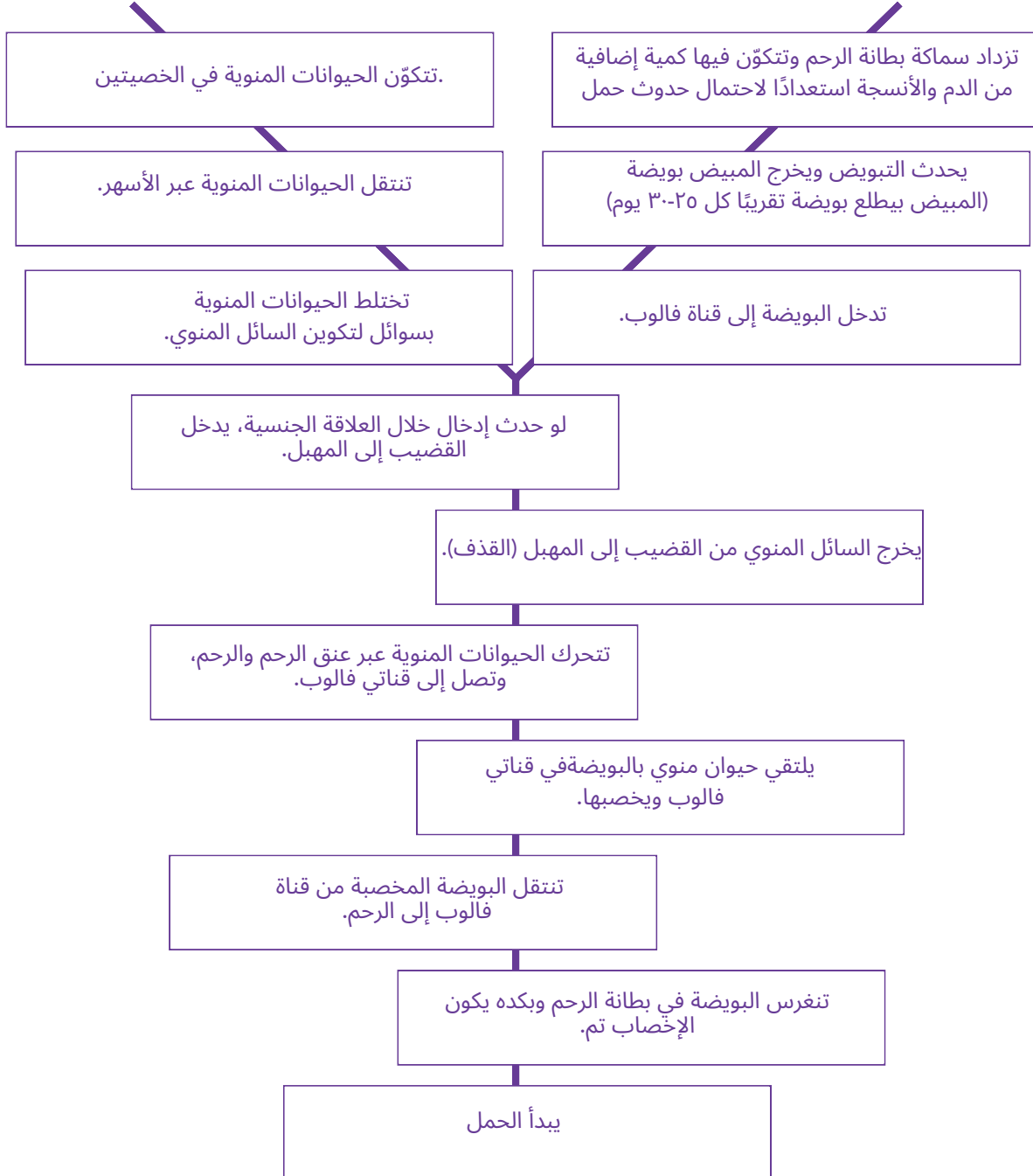
أنثى

A diagram showing the process of human reproduction. It starts with two columns of boxes. The left column is labeled 'ذكر' (Male) and the right column is labeled 'أنثى' (Female). Each column has three boxes. Arrows from the bottom box of each column point to a single box in the center. This central box then points to a box below it, which in turn points to a box below that, and so on, forming a vertical sequence of boxes.

ارسم/ي المخطط واطلب/ي من الطلاب/الطالبات ترتيب خطوات الإخصاب بالترتيب الصحيح.
مورد للمعلم/ة: الإجابات الصحيحة لترتيب الإخصاب:

ذكر

انثي



Adapted from: Advocates for Youth. Puberty and Reproduction. Rights, Respect, Responsibility: A K-12 Curriculum and Advocates for Youth, UNESCO, and UNFPA. Sexual and Reproductive Anatomy and Physiology Part I and II. Regional Lesson Plans: A Set of Individual Scripted Lesson Plans for Comprehensive Sexuality Education in East and Southern Africa.



تحضير دروس التربية الجنسية

أسئلة شائعة عن الإنجاب

كيف يلتقي الحيوان المنوي بالبويضة؟

الطريقة الأكثر شيوعًا هي أثناء الجماع المهبل، حيث يدخل القضيب إلى المهبل ويخرج السائل المنوي، تتحرك الحيوانات المنوية عبر عنق الرحم والرحم حتى تصل إلى قناتي فالوب حيث قد تلتقي بالبويضة.

ماذا يحدث بعد الإخصاب؟

بعد أن يخصب الحيوان المنوي البويضة، تبدأ البويضة المخصبة في الانقسام. تتحرك نحو الرحم خلال حوالي 5 أيام، تنغرس في بطانة الرحم، وهنا يبدأ الحمل.

كم عدد الحيوانات المنوية التي ينتجها الرجل؟

ينتج الرجال ملايين الحيوانات المنوية يوميًا.

كم عدد البويضات لدى المرأة؟

عند الولادة يكون لدى الطفلة حوالي مليون بويضة. عند البلوغ يتبقى حوالي 300 ألف بويضة. خلال الحياة الإنجابية يتم إطلاق حوالي 300-400 بويضة فقط.

ما هو الانتصاب؟

الانتصاب يحدث عندما يمتلئ القضيب بالدم فيصبح أطول وأكثر صلابة.

ما هو القذف؟

القذف هو خروج السائل المنوي من القضيب بعد الإثارة الجنسية.

ما هو الاحتلام؟

الاحتلام يحدث أحيانًا أثناء النوم عندما يحدث قذف عند بعض المراهقين خلال مرحلة البلوغ. وهو أمر طبيعي وقد يحدث أو لا يحدث.

كم عدد الحيوانات المنوية في القذف الواحد؟

حوالي 40 إلى 150 مليون حيوان منوي.

كم حيوانًا منويًا يخصب البويضة؟

حيوان منوي واحد فقط.

كم يعيش الحيوان المنوي داخل جسم المرأة؟

يمكن أن يعيش حتى حوالي 5 أيام داخل الرحم.

كم تعيش البويضة بعد خروجها من المبيض؟

عادة تعيش أقل من 24 ساعة بعد التبويض.

ما هو التلقيح الصناعي؟

إجراء طبي يتم فيه إدخال الحيوانات المنوية داخل الرحم أو عنق الرحم باستخدام أنبوب رفيع لمساعدة حدوث الحمل.



أسئلة شائعة عن الإنجاب

ما هو الإخصاب خارج الجسم (أطفال الأنابيب)؟

يقوم الأطباء بدمج البويضة والحيوان المنوي في المختبر خارج الجسم، ثم يتم نقل البويضة المخصبة إلى الرحم.

هل ممكن يحصل حمل خارج الرحم؟

نعم، لكن ده يحصل نادرًا. في بعض الحالات، ممكن البويضة المخصبة تستقر وتنمو في قناة فالوب أو في مكان ثاني غير الرحم. ولما ده يحصل، بنسميه حمل خارج الرحم. والحالة دي بتحتاج متابعة ورعاية طبية.

هل فيه سن مثالي للحمل؟

ما فيش سن واحد نقدر نقول إنه السن المثالي للحمل، لأن قرار الحمل قرار شخصي. لكن السن بيأثر على جودة البويضات عند النساء، وكمان على احتمالية حدوث بعض المشكلات أثناء الحمل أو الولادة. والسن بيأثر كمان على جودة الحيوانات المنوية عند الرجال. بشكل عام، النساء في العشرينات بيكون عندهم أعلى فرصة لحدوث الحمل، لأن عدد وجودة البويضات بيكونوا في أفضل حالتهم، وكمان احتمالية حدوث مضاعفات أثناء الحمل أو الولادة بتكون أقل.

وفي المقابل، الحمل في سن صغيرة جدًا ممكن يزود احتمالية حدوث مشكلات صحية للأم أو الجنين. وبتكون المخاطر أعلى عند الفتيات الأصغر من 15 سنة، كما إن مضاعفات الحمل والولادة بتكون أكثر شيوعًا بين المراهقات مقارنة بالنساء في بداية العشرينات. كمان جودة الحيوانات المنوية عند الرجال بتقل تدريجيًا مع التقدم في العمر، لذلك الرجال الأصغر من 40 سنة بيكون عندهم فرصة أكبر للإنجاب مقارنة بالرجال الأكبر سنًا.

هل ممكن الاحتفاظ بالبويضات لاستخدامها في المستقبل؟

نعم. فيه إجراء طبي اسمه تجميد البويضات، وبعض النساء بيلجأوا له لو مش مستعدات للحمل حاليًا لكن حابين يحتفظوا بإمكانية الحمل في المستقبل. في الإجراء ده، البويضات بتتجمع وتتحفظ بالتجميد قبل ما يتم تخصيبها. وبعد كده، في وقت لاحق، ممكن يتم تخصيبها بالحيوانات المنوية واستخدامها في محاولة حدوث حمل.

هل الحمل بعد سن 35 سنة مضر؟

كثير من النساء بيحصل عندهم حمل ناجح بعد سن 35 سنة. لكن مع التقدم في العمر، بتزيد احتمالية حدوث بعض المضاعفات المرتبطة بالحمل أو الولادة، وعلشان كده بيكون من المهم المتابعة الطبية المنتظمة أثناء الحمل.



أسئلة شائعة عن الإنجاب

ما هي علامات الحمل؟

العلامات المبكرة للحمل ممكن تختلف من شخص لآخر ومن حمل لآخر، لكنها قد تشمل:

- تأخر نزول الدورة الشهرية.
- الشعور بألم أو تورم في الثديين.
- زيادة حساسية الحلمتين.
- الحاجة للتبول بشكل متكرر.
- الشعور بإرهاق أو تعب غير معتاد.
- الغثيان أو القيء.
- تقلصات أو آلام خفيفة في أسفل البطن.
- الشعور بالانتفاخ.
- تغيرات في الشهية.
- تغيرات في المشاعر أو الحالة المزاجية.

ازاي اعرف اني حامل؟

يمكن التأكد من وجود حمل باستخدام اختبار الحمل. ويمكن إجراء الاختبار عند مقدم/ة رعاية صحية أو شراء اختبار حمل من الصيدلية واستخدامه وفق التعليمات المرفقة.