



مقدمات سن اليأس

المحرران

Helen L. Ross

و

Joseph M. Novi

كولومباس، أوهايو

مستشفى ريفرسيد ميثوديست

جينسيفيل، فلوريدا

جامعة فلوريدا كلية الطب

الولايات المتحدة الأمريكية

المترجمان

د. عبدالله بن محمد الدهمش

و

د. رئيسة عبدالنواب محمد

أستاذ مشارك علم الأجنة

أستاذ مشارك علم الأنسجة

قسم التشريح - كلية الطب

جامعة الملك سعود

دار جامعة
الملك سعود للنشر
KING SAUD UNIVERSITY PRESS



ص.ب ٦٨٩٥٣ - الرياض ١١٥٣٧ المملكة العربية السعودية

ح) دار جامعة الملك سعود ، ١٤٣٨هـ - (٢٠١٧م)

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

نوفي ، جوزيف

مقدمات سن اليأس. / جوزيف نوفي؛ هيلين روس؛ رئيسة عبدالنواب محمد؛ عبدالله محمد

الدهمش. - الرياض، ١٤٣٨هـ

٤٠١ ص؛ ١٧×٢٤ سم

ردمك: ٨-٥٤٢-٥٠٧-٦٠٣-٩٧٨

١- سن اليأس ٢- الأمراض النسائية أ. روس، هيلين (مؤلف مشارك) ب. محمد،

رئيسة عبدالنواب (مترجم) ج. الدهمش، عبدالله بن محمد (مترجم) د. العنوان

١٤٣٨/٨٤٢

ديوي ١٧٥، ٦١٨

رقم الإيداع: ١٤٣٨/٨٤٢

ردمك: ٨-٥٤٢-٥٠٧-٦٠٣-٩٧٨

هذه ترجمة عربية محكمة صادرة عن مركز الترجمة بالجامعة لكتاب:

Perimenopause

By: Joseph M. Novi & Helen L. Ross

© 2009 by Informa Healthcare USA, Inc.

وقد وافق المجلس العلمي على نشرها في اجتماعه التاسع عشر للعام الدراسي ١٤٣٦/١٤٣٧هـ

المعقود بتاريخ ١٩/٨/١٤٣٧هـ الموافق ٢٦/٥/٢٠١٦م.

جميع حقوق النشر محفوظة. لا يسمح بإعادة نشر أي جزء من الكتاب بأي شكل وبأي وسيلة سواء كانت إلكترونية أو آلية بما في ذلك التصوير والتسجيل أو الإدخال في أي نظام حفظ معلومات أو استعادتها بدون الحصول على موافقة كتابية من دار جامعة الملك سعود للنشر.



مقدمة المترجمين

سن اليأس الفعلي (menopause) هي فترة في حياة المرأة تتوقف عندها وظائف المبايض، وبالتالي يتوقف إنتاج البويضات وإفراز الهرمونات الأنثوية، والتي من أهمها هرمون الإستروجين الذي يتحكم في نمو خصائص الجسد الأنثوي مثل نمو الثدي وشكل الجسد وتوزيع الشعر كما أنه يتحكم في الدورة الشهرية (الطمث أو الحيض)، والحمل، وتنظيم الحالة النفسية والمزاجية لدى المرأة، إلى جانب حماية العظام والأسنان من الهشاشة والحفاظ على صلابتها.

ويُعرف سن اليأس الفعلي بأنه انقطاع الطمث لمدة ١٢ شهراً متتالية، لكن غالباً مايسبق ذلك فترة أو مرحلة انتقالية تسمى (perimenopause) أو مقدمات سن اليأس أو الفترة التي تُحيط مرحلة سن اليأس، وحسب تقرير الجمعية الأمريكية لسن اليأس فإن هذه المرحلة الانتقالية تتراوح مدتها بين ٦ شهور إلى ٨ سنوات، وغالباً ما تبدأ في عمر الأربعين أو الثلاثين، وخلال هذه المرحلة تبدأ المبايض في خفض إنتاجها من البويضات والهرمونات تدريجياً وتستمر حتى تتوقف عن الإنتاج تماماً إلى أن تصل لسن اليأس الفعلي.

وقد تشعر المرأة خلال هذه المرحلة ببعض الأعراض التي تشابه أعراض سن اليأس الفعلي، مثل الهبات أو الومضات الساخنة، والاضطرابات النفسية والمزاجية، ومشاكل في النوم.

ونظراً لدور المرأة الهام والحيوي في حياة الأسرة والمجتمع، وعدم خبرة الكثير من الزوجات و الأزواج والأولاد بهذه المرحلة الحرجة وما قد يصاحبها من مشاكل قد تطيح باستقرار الأسرة لجهل وعدم إلمام أو تفهم أفرادها لهذه المرحلة، فقد وجدنا من واجبنا تقديم معلومات موثقة علمياً، ومختصرة، وباللغة العربية وبعد استطلاع لما هو متوفر من كتب في هذا المجال وجدنا أن الكتاب الذي بين يدينا وهو من تحرير جوزيف م. نوفي وهيلين ل. روس ربما يكون الأكثر شمولية هذا بالإضافة إلى تميزه العلمي وسلاسة أسلوبه. وندعو الله ان يساعد، هذا الكتاب، أُسْرنا ومجتمعاتنا في التعامل مع هذه المرحلة الانتقالية الحرجة بشكل صحي ووعي اجتماعي سليم حتى تمر بسلام على جميع أفراد الأسرة.

دليل المؤلفين

- ١- كارين ل. هول كلية الطب، قسم صحة المجتمع وطب الأسرة، جامعة فلوريدا، جينسفيل، فلوريدا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٢- شاي جراهام كوش كلية الطب، قسم صحة المجتمع وطب الأسرة، برنامج الطب السلوكي، جامعة فلوريدا، جينسفيل، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٣- فريدريك و. ماكلين كلية الطب، قسم النساء والتوليد، جامعة فلوريدا، جينسفيل، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٤- جينا م. نورثينجتون قسم النساء والتوليد، جامعة بنسلفانيا، فيلاديلفيا، بنسلفانيا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٥- جوزيف م. نوفي قسم المسالك البولية والتناسلية وجراحة الحوض الترميمية، مستشفى ريفيرسيد ميثوديست، كولومباس، أوهايو، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٦- دوجلاس س. ريتشارد قسم النساء والتوليد، كلية الطب، جامعة فلوريدا، جينسفيل، فلوريدا، الولايات المتحدة الأمريكية.

- ٧- أليس س. روتون فلاساك كلية الطب، شعبة أمراض الغدد الصماء الإنجابية والعمق، قسم النساء والتوليد، جامعة فلوريدا، جينيسفيل، فلوريدا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٨- إيملي ساكس قسم النساء والتوليد، جامعة فلوريدا، بينسيلفانيا، فلاديلفيا، بينسيلفانيا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ٩- جوديث س. سيمس سيندان كلية الطب، قسم النساء والتوليد، جامعة فلوريدا، جينيسفيل، فلوريدا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ١٠- أي. كيث ستون كلية الطب، قسم النساء والولادة، جامعة فلوريدا، جينيسفيل، فلوريدا، الولايات المتحدة الأمريكية.
- ١١- ر. ستان ويليامز كلية الطب، قسم النساء والتوليد، جامعة فلوريدا، جينيسفيل، فلوريدا، الولايات المتحدة الأمريكية.

تمهيد المحررين

مرحلة انقطاع الطمث هي الفترة الانتقالية فيما بين مرحلة النشاط الإنجابي، وسن اليأس، وقد تستغرق عقداً كاملاً من حياة المرأة. وتحدث فيها تغيرات جذرية، والتي تمهد صحة المرأة للدخول في سن الكبر. وبينما تركز الكثير من الاهتمامات على النساء في سنوات الإنجاب وما بعد انقطاع الطمث (سن اليأس)، يُلاحظ أن الاهتمام أقل نسبياً بالفترة الانتقالية لانقطاع الطمث.

كل النساء اللاتي يعشن عمراً مديداً سوف يعانين، حتماً، من التعرض لأعراض مقدمات انقطاع الطمث، وهذا يتطلب أن تكون هذه الفترة محور اهتمام لأي ممارس يتعامل مع النساء. ونحن نأمل أن تؤدي المفاهيم الواردة في هذا الكتاب إلى تحسين فهم فترة انقطاع الطمث ومن ثم تطور أساليب رعاية مريضاتنا.

بدأت فكرة هذا الكتاب منذ أكثر من خمس سنوات. كنا مهتمين بتأسيس وتدريب مقدمي الرعاية الطبية بالمعلومات الحديثة المتعلقة بهذه الحقبة المهمة من حياة المرأة. لقد حاولنا تقديم وجهة نظر توليدية ونسائية واسعة لفترة انقطاع الطمث، من ناحية أعراضها وتحدياتها وعلاجها.

الفصول الأولى من هذا الكتاب تتناول المشاكل والأسئلة الشائعة التي تواجهها النساء في مرحلة انقطاع الطمث، ومقدمي الرعاية الصحية لهن، في كثير من الأحيان، وهذه تشمل العلاجات التكميلية والبديلة، والتنزيف الرحمي غير الطبيعي (الشاذ) وقضايا الخصوبة. ويعرض كل فصل هذه القضايا في نطاق امرأة تقترب للانتقال إلى سن اليأس، وتسليط الضوء على نظم العلاج التي تخص هذه الفئة من النساء.

أما الجزء الأوسط من الكتاب فيشمل أهم القضايا التي تواجه المرأة في فترة انقطاع الطمث وهي، استئصال الرحم والقضايا المتعلقة بالولادة والنشاط الجنسي. وكل من هذه المخاوف قد يكون له تأثير عميق على حياة المرأة وله علاجه في مرحلة انقطاع الطمث. والفصول النهائية تركز على الشكاوى البولية النسائية مثل السلس البولي، وهبوط أو سقوط عضو حوضي، والسلس البرازي.

وقد تم إعداد هذا الكتاب في أوقات محفزة ومرهقة على حدٍ سواء. ونحن نعتقد أن الناتج النهائي يستحق هذا الجهد، ونعتقد أنك سوف تتفق معنا أيضاً على ذلك.

نحن مدينون بعمق للذين ساهموا في إعداد هذا الكتاب، الذين كرسوا حياتهم لتحسين مستوى الرعاية الطبية للنساء.

جوزيف م. نوفي - دكتوراه الطب التقويمي

هيلين ل. روس - دكتوراه الطب والجراحة

المحتويات

هـ.....	مقدمة المترجمين
ز.....	دليل المؤلفين
ط.....	تمهيد المحررين
١٠.....	الفصل الأول دور الطب التكميلي والبديل في علاج أعراض مقدمات سن اليأس جودي. س. سميس - سيندان
٢٩.....	الفصل الثاني النزيف الرحمي الشاذ خلال مرحلة انقطاع الطمث اليس. س. روتون - فلاساك
٩٥.....	الفصل الثالث قضايا الخصوبة خلال فترة انقطاع الطمث ر. ستان ويليامز
١١٧.....	الفصل الرابع استئصال الرحم للمرأة خلال فترة انقطاع الطمث فريدريك. و. ماكلين و جوزيف. م. نوفي
١٥١.....	الفصل الخامس قضايا التوليد في النساء ذوات العمر الإنجابي المتقدم دوجلاس. س. ريتشاردس

١٨١	الفصل السادس الاضطرابات النفسية خلال فترة انقطاع الطمث
	شاهي جرهام كوتشي وكارين.ل. هال
٢٢٧	الفصل السابع الحياة الجنسية للمريضة خلال فترة انقطاع الطمث
	شاهي جرهام كوش
٢٦٩	الفصل الثامن السلس البولي في المريضة خلال فترة انقطاع الطمث
	ي. كيث ستون وجوزيف. م. نوفي
٣٠٩	الفصل التاسع هبوط عضو حوضي للمريضة خلال فترة انقطاع الطمث
	جيان. م. نورثينجتون وإيميلي ساكس
٣٤٥	الفصل العاشر السلس البرازي (التغوطي) في النساء
	جوزيف. م. نوفي
٣٦٩	ثبت المصطلحات
٣٦٩	أولاً: عربي - إنجليزي
٣٨٣	ثانياً: إنجليزي - عربي
٣٩٧	كشاف الموضوعات