



## خدمة الإرشاد النفسي

### هدف الإرشاد النفسي

يهدف الإرشاد النفسي إلى إتاحة فرصة لكم لمشاركة أفكاركم والتحدث عن مشاعركم في بيئة آمنة وسريية. نحن هنا للإصغاء، وقد نتمكن من مساعدتكم على إيجاد طرق إيجابية للتعامل مع ما قد يكون وقتاً شديداً الصعوبة في حياتكم. المرشدون مؤهلون مهنيًا ولديهم سنوات عديدة من الخبرة في التحدث مع الأفراد والأزواج عن تجاربهم مع العقم.

يتوفر الإرشاد النفسي لكل زوجين ولكل فرد قبل العلاج وأثناءه وبعده.

تستغرق المواعيد نحو 50 دقيقة تقريبًا، ويتم الاتفاق على وتيرة التواصل بين المرشد والعميل. ونقدّم: الإرشاد الداعم وإرشاد الآثار/التبعات وإرشاد حفظ الخصوبة.

### الإرشاد الداعم: الصعوبات المحيطة بالعقم

غالبًا ما يذكر الأشخاص الذين يخضعون لفحوص العقم وعلاجه أنهم يشعرون بالوحدة والعزلة. وقد يصعب على الأقارب والأصدقاء وزملاء العمل، وأحيانًا حتى على الشريك، أن يدركوا أثر العقم بالكامل؛ ونتيجة لذلك قد تتأثر العلاقات سلبيًا. كذلك فإن النتائج غير المتوقعة والمخيبة للآمال بعد فحوص الخصوبة وفشل علاج الخصوبة، قد تؤثر على شعور الفرد بقيمته الذاتية واحترامه لذاته. كما أن مشاعر الفقد، المرتبطة غالبًا بالعقم، قد تستدعي أيضًا أفكارًا ومشاعر تتعلق بفقدان سابق وبالحداد.

إن التخطيط لتكوين أسرة واتخاذ قرار إنجاب الأطفال هو في الغالب خطوة بالغة الأهمية لكثير من الناس. قد يحالف الحظ البعض، فيأتي "الطفل المنتظر" كما هو مخطط له وفي الوقت المتوقع. أما مع الغير، فقد تكون رحلة حدوث الحمل واستمراره محفوفة بالمضاعفات والصعوبات.

ويواجه نحو زوجين من كل سبعة مشكلات في حدوث الحمل. وقد تكون هذه التجربة مُنهكة ومؤلمة للغاية لكلٍ من الأفراد والأزواج، وقد تستثير طيفًا من ردود الفعل العاطفية، من بينها:

الحزن

الحسد

الإحباط

الغضب

الخزي

الشعور بالذنب

الألم النفسي

الخوف

إذا كنتم تفكّرون في التبرع ببويضاتكم أو حيواناتكم المنوية أو أجنتكم، أو كنتم تأملون أن تكونوا متلقّين لبويضات أو حيوانات منوية أو أجنة مُتبرّع بها، فسيُطلب منكم حجز موعد مع أحد مرشدي الآثار/التبعات. وخلال هذا اللقاء، ستتاح لكم فرصة استكشاف الآثار المترتبة على علاج الخصوبة بالتبرع على المدى القصير وعلى المدى الأبعد، ومدى تأثير ذلك عليكم، وعلى الطفل المحتمل المولود عن طريق التبرع، وعلى أي طفل/أطفال موجودين لديكم، وعلى أي أشخاص آخرين قد يتأثرون أيضاً. وأحياناً يكون من المفيد عقد أكثر من موعد واحد مع المرشدين، وسنكون سعداء بترتيب ذلك. ويوصي المرشدون بالاطلاع على موارد المعلومات الخاصة بعلاجات الخصوبة بالتبرع المذكورة في أسفل هذه النشرة.

## حفظ الخصوبة

إذا كنتم تخضعون لعلاج يهدف إلى حفظ الخصوبة، فقد يُطلب منكم مقابلة المرشدين. وسيتحدث المرشدون معكم (ومع شركائكم) عن الآثار المترتبة على تجميد البويضات أو الأجنة. وبإمكاننا أيضاً تقديم الدعم لكم طوال فترة علاجكم، وسنسعى لأن نكون مرنيين قدر الإمكان فيما يتعلق بتوافر المواعيد.

## تقييم مصلحة الطفل

قد يُطلب منكم مقابلة المرشدين لإجراء تقييم مصلحة الطفل إذا أثرت أي مسائل تتعلق بمصلحة أي طفل موجود أو محتمل، وقد يلزم أخذها في الاعتبار قبل عرض العلاج. ومع أن هذا الموعد ليس جلسة إرشاد نفسي، بل هو إجراء موجّه بإرشادات هيئة الإخصاب البشري وعلم الأجنة (HFEA) لتقييم مصلحة الطفل، فسيكون بإمكانكم التواصل مع مرشد آخر في الوحدة لتقديم الدعم لكم خلال هذه الفترة. وإذا طُلب منكم حضور موعد تقييم مصلحة الطفل، فسُتزوّدون بمعلومات عن الإجراءات وما يمكن توقعه عند دعوتكم لحضور الاجتماع.

## المواعيد

بعد إحالتكم إلى قسم طب الإنجاب لإجراء فحوص الخصوبة والعلاج، سيمكنكم الاستفادة من خدمة الإرشاد النفسي في الوحدة. وإذا رغبتُم في حجز موعد، فيرجى التواصل معنا عبر رقم الهاتف المذكور أدناه، أو زيارة مكتب الاستقبال والتحدث إلى أحد أفراد الطاقم، وسيسرهم حجز موعد نيابةً عنكم. ولا يلزمكم شرح الأسباب التي تدعوكم لزيارة المرشد.

تتوفر لدينا مواعيد حضورية وجها لوجه وهاتفية وعبر الفيديو في أيام وأوقات مختلفة من الأسبوع من يوم الاثنين إلى يوم الجمعة. ويقع مكتب الإرشاد النفسي في نهاية الممر في الطابق الأرضي من مبنى مستشفى سانت ماري القديم.

يرجى العلم: إذا كنتم لا تخططون لتلقّي أي علاج خصوبة إضافي ممول من هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS)، فيمكننا مساعدتكم على استكشاف الخيارات البديلة التي قد تكون أنسب ومتاحة لكم. ويمكننا تزويدكم بمعلومات عن منظمات دعم أخرى قد تكون قادرة على المساعدة.



0161 276 6000 (الخيار 6)



<https://www.mft.nhs.uk/saint-marys/services/gynaecology/reproductive-medicine/>

### هيئة الإخصاب البشري وعلم الأجنة (HFEA)

تتص هيئة الإخصاب البشري وعلم الأجنة (HFEA)، وهي الجهة التي تمنح تراخيص مراكز الإخصاب المُساعد في المملكة المتحدة، على أن العيادات المرخصة لعلاج الخصوبة ينبغي أن توفر خدمات الإرشاد النفسي لجميع المرضى، وأن يُتاح عرض الإرشاد النفسي للمرضى قبل بدء علاج الخصوبة.

بالنسبة للمرضى الذين يفكرون في العلاج باستخدام بويضات أو حيوانات منوية أو أجنة مُتبرَّع بها، فينبغي للعيادات أن تعرض تقديم إرشاد نفسي بشأن الآثار المترتبة على تلقي خلايا تناسلية مُتبرَّع بها. وبالنسبة لأولئك الذين يفكرون في التبرع بالبويضات أو الحيوانات المنوية أو الأجنة، فينبغي للعيادات أن تعرض تقديم إرشاد نفسي بشأن الآثار المترتبة على التبرع.

يمكن لهيئة الإخصاب البشري وعلم الأجنة (HFEA) توفير معلومات مهمة عن جميع جوانب علاج الخصوبة. وهذه المعلومات متاحة على موقعها الإلكتروني: [www.hefa.gov.uk](http://www.hefa.gov.uk)

### معلومات وموارد

**Fertility Network** (جمعية خيرية لمرضى الخصوبة)

خط الدعم: 0121 323 5025

البريد الإلكتروني: [support@fertilitynetworkuk.org](mailto:support@fertilitynetworkuk.org)

<https://fertilitynetworkuk.org/>

مجموعة دعم للرجال فقط

<https://fertilitynetworkuk.org/events/men-only-support-group-online-3>

**Donor Conception Network** (شبكة الإنجاب عن طريق التبرع)

دعم للأسر أثناء عملية الإنجاب عن طريق التبرع

<http://www.dcnetwork.org>

الجمعية البريطانية للإرشاد والعلاج النفسي (BACP)

جهة مهنية ومصدر لدعم الإرشاد النفسي: <https://www.bacp.co.uk>

الجمعية البريطانية للإرشاد النفسي المتعلق بالعقم (BICA)

جهة مهنية لمرشدي الخصوبة تضم سجلاً بالأعضاء وروابط مفيدة لمنظمات ذات صلة: <https://www.bica.net>