

مجموعة أدوات لإدماج إدارة  
النظافة الصحية في أثناء  
فترة الحيض (MHM) مع  
الاستجابة الإنسانية

الدليل المُصغر



## الاختصارات

قد يُدعم تطوير مجموعة الأدوات هذه برنامج البحث من أجل الصحة في الأزمات الإنسانية (R2HC).

إن برنامج البحث من أجل الصحة في الأزمات الإنسانية (R2HC) هو صندوق أبحاث خاص بالصحة العامة يهدف إلى تحسين النتائج الصحية من خلال تعزيز قاعدة الأدلة للتدخلات الصحية العامة في الأزمات الإنسانية. ويعتبر برنامج البحث من أجل الصحة في الأزمات الإنسانية (R2HC) نتاجاً لشراكة استراتيجية بين إدارة التنمية الدولية (DFID) وصندوق ويلكم (Wellcome Trust) مع إشراف تعزيز التعلم والبحث في مجال المساعدة الإنسانية (ELRHA) على تنفيذ البرنامج وإدارته.



يُقدم تعزيز التعلم والبحث في مجال المساعدة الإنسانية (ELRHA) الشراكات بين الباحثين والممارسين لتحسين فعالية العمل الإنساني. ويحفز تعزيز التعلم والبحث في مجال المساعدة الإنسانية (ELRHA) هذه الشراكات من خلال برامج الرامية إلى دعم إنتاج البحوث والابتكارات والتدريب التي تحقق تأثيراً ملموساً في منع الأزمات الإنسانية العالمية والاستجابة لها.



© ٢٠١٧، جامعة كولومبيا ولجنة الإنقاذ الدولية. جميع الحقوق محفوظة. وتخضع هذه المادة لحقوق الطبع والنشر، ولكن يجوز لأي شخص يعمل على تحسين حياة الفتيات والنساء المشرذات في سياقات الطوارئ والتنمية إعادة إنتاجها بأي وسيلة لأغراض تعليمية، ما دامت الإشارة إلى المصدر واضحة. ولا يجوز إعادة إنتاجها لأغراض البيع أو التجارة.

|  |        |  |      |
|--|--------|--|------|
| لجنة الإنقاذ الدولية                     | IRC    | إدارة التنسيق بين المخيمات                                     | CCCM |
| المعرفة والسلوك والممارسات               | KAP    | الأمكان الملائمة للأطفال                                       | CFS  |
| المقابلات مع مُبلغي المعلومات الرئيسيين  | KII    | التعاون والتشاور والثقافة والتواصل                             | 4 Cs |
| المراقبة والتقييم                        | M&E    | برامج التحويلات النقدية  | CTP  |
| إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض | MHM    | المنظمات للأشخاص ذوي الإعاقات                                  | DPO  |
| المواد غير الغذائية                      | NFI    | مناقشات جماعية مركزة   | FGD  |
| المجلس النرويجي للاجئين                  | NRC    | تشويه الأعضاء التناسلية للإناث                                 | FGM  |
| مراقبة ما بعد التوزيع                    | PDM    | مرافق غسل الأيدي   | HWF  |
| الصحة الجنسية والإنجابية                 | SRH    | الأشخاص المشردون داخلياً                                       | IDP  |
| صندوق الأمم المتحدة للسكان               | UNFPA  | الإعلام والتتقيف والاتصالات                                    | IEC  |
| مفوضية الأمم المتحدة لشؤون اللاجئين      | UNHCR  | الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر                           | IFRC |
| منظمة الأمم المتحدة للطفولة              | UNICEF | الشبكة المشتركة بين الوكالات المعنية بالتنقيف في حالات الطوارئ | INEE |
| المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية      | WASH   |  |      |
| منظمة الصحة العالمية                     | WHO    |  |      |
| النساء في سن الإنجاب                     | WRA    |  |      |

١



مقدمة

صفحة ٧

٢



تدريب الموظفين على  
إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
(MHM)

صفحة ١١

٣



إجراء تقييم  
الاحتياجات

صفحة ١٢

٤



توفير المواد والمستلزمات  
المتعلقة بإدارة النظافة  
الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM)

صفحة ١٣

٥



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
والانتقال (MHM)

صفحة ١٥

٦



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
والملاحي (MHM)

صفحة ١٧

٧



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
ومرافق (MHM)  
الصرف الصحي

صفحة ١٨

٨



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
(MHM) والتخلص من  
النفايات وإدارتها

صفحة ٢٠

٩



إدارة النظافة الصحية في  
أثناء فترة الحيض (MHM)  
وأنشطة تعزيز النظافة  
الصحية والتثقيف الصحي

صفحة ٢٢

١٠



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
(MHM) والفئات  
الضعيفة من السكان

صفحة ٢٤

١١



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
(MHM) والتثقيف

صفحة ٢٦

١٢



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
(MHM) والصحة

صفحة ٢٧

١٣



إدارة النظافة الصحية  
في أثناء فترة الحيض  
(MHM) والحماية

صفحة ٢٨

١٤



المراقبة والتقييم

صفحة ٢٩



العودة إلى  
المحتويات

## تمهيد

تهدف مجموعة أدوات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ إلى توفير إرشادات مبسطة لدعم المنظمات والىئات التي تسعى إلى الاندماج بسرعة في البرامج القائمة عبر القطاعات والمراحل. وقد استرشدت مجموعة الأدوات هذه باستعراض مكتبي واسع النطاق، وإجراء تقييمات نوعية مع مجموعة من الجهات الفاعلة والمنظمات الإنسانية، وإجراء مناقشات مباشرة مع الفتيات والنساء اللواتي يعشن في حالات طارئة وتأثرت مباشرة بهذه المسألة.

**مجموعة أدوات الجمهور:** قد صُممت مجموعة الأدوات لدعم مجموعة من الجهات الفاعلة في المجال الإنساني المشاركة في تخطيط وتنفيذ الاستجابات لحالات الطوارئ. ولذلك فإن التوجيه يهدف إلى دعم (١) موظفي البرامج الذين يقدمون الخدمات مباشرة؛ (٢) المشرفين على البرامج والموظفين القطريين المسؤولين عن تصميم وتنسيق ومراقبة الأنشطة الميدانية، و (٣) الموظفين الفنيين، الذين يركزون على تقديم الدعم التقني ووضع المعايير.

**تنسيق المورد:** تتألف مجموعة أدوات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ من قسمين (٢) رئيسيين يقومان بوظائف مختلفة:

### • إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ: الدليل المُصغر.

تقدم هذه الوثيقة المرفقة ملخصاً موجزاً عن الإجراءات الرئيسية اللازمة للتعامل مع إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في أثناء الطوارئ. وهي بمثابة قراءة سريعة للحصول على فهم أساسي للاستجابة الكاملة لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). ومع ذلك، يُنصح بمراجعة الدليل الكامل عند تصميم البرامج أو تطوير أنشطة الاستجابة.

### • مجموعة أدوات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ: الدليل الكامل.

تعمل هذه الوثيقة كمورد توجيهي أوسع نطاقاً. ويتبع هيكل الفصول في هذا الدليل هيكل الأقسام في الدليل المُصغر، مما يوفر مناقشة أعمق حول كل موضوع، بما في ذلك أسئلة التقييم الرئيسية، ودراسات الحالات من جميع أنحاء العالم، واعتبارات التصميم والموارد اللازمة لجمع الرصد والتعليقات والروابط بالموارد الإضافية.

وتم إنتاج هذا المورد بشكل تعاوني من قبل David Clatworthy (لجنة الإنقاذ الدولية)، و Margaret Schmitt (جامعة كولومبيا، مدرسة ميلمان للصحة العامة) والطبيبة Marni Sommer (جامعة كولومبيا، مدرسة ميلمان للصحة العامة) مع مدخلات من المراهقات والنساء المشردات والقائمين بالأنشطة الإنسانية والمنظمات الإنسانية (يُرجى الرجوع إلى الإقرارات)\*.

يُرجى الاتصال بالطبيبة Marni Sommer ل طرح أي استفسارات أو أفكار ترغب في مشاركتها مع فريق مجموعة أدوات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). في حالات الطوارئ على: [marni.sommer@columbia.edu](mailto:marni.sommer@columbia.edu)

الاستشهاد المفضل: Schmitt, M. و Sommer, M. و Clatworthy, D. (٢٠١٧). مجموعة أدوات لإدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مع الاستجابة الإنسانية. (الطبعة الأولى). نيويورك: جامعة كولومبيا، ومدرسة ميلمان للصحة العامة، ولجنة الإنقاذ الدولية.



COLUMBIA UNIVERSITY | MAILMAN SCHOOL of PUBLIC HEALTH

قام بالنشر:

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومراقب الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم



## العودة إلى المحتويات



١ مقدمة



٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٣ إجراء تقييم الاحتياجات



٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلّقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال



٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي



٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي



١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان



١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف



١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية



١٤ المراقبة والتقييم

شارك في النشر:



# الحقائق فقط: فهم الحيض

## ما بدء المحيض؟

- بدء المحيض هو بداية نزول الحيض. عادةً تبدأ أول دورة شهرية لدى الفتيات في سن تتراوح بين ١١ و١٥ عامًا، رغم أن بعضًا منهن قد يكن أصغر أو أكبر سنًا.
- عادةً تكون أول دورة شهرية مفاجئة! تشعر الفتيات في بعض الأحيان بالخوف أو القلق إزاء كونهن مريضات. وقد لا يعلمن ممن يتعين عليهن طلب المشورة.
- وغالبًا ما تنتقل المعلومات عن الحيض من الأمهات أو الأصدقاء أو الأخوات أو العمات، وغالبًا ما تكون خليطًا من المعتقدات الثقافية والخرافات والمعلومات العملية التي تكون مفيدة أحيانًا وغير مفيدة أحيانًا أخرى.
- وفي العديد من الثقافات قد تشعر الأمهات بعدم الارتياح للتحدث مع بناتهن حول الدورات الشهرية لأنها مرتبطة بالجنس.

## ما السبب في كونه مهمًا؟

- وغالبًا ما يسخر المعلمون أو الأولاد والفتيات الأخريات من الفتيات اللاتي يتواجد الدم على ملابسهن.
- وقد تؤدي الأعراف الاجتماعية إلى شعور النساء والفتيات بأن الحيض أمر قذر أو مخجل أو غير صحي.
- ودون الوصول إلى مواد الحيض الجيدة والمراحيض الخاصة أو غرف غسل الملابس، قد تشعر الفتيات والنساء بعدم الرغبة في الابتعاد عن المنزل. وقد تغيب المعلمات عن المدرسة، وقد تغيب العاملات في مجال الصحة عن العمل، وقد لا تذهب الفتيات والنساء إلى المدارس، أو يذهبن إلى السوق أو ينتظرن للحصول على المستلزمات.

**الحيض أمر شخصي للغاية.**  
غالبًا لا ترغب النساء والفتيات في معرفة الآخرين أنهم حيض - حتى غيرهن من النساء والفتيات.

## ما الذي يحتاج إليه؟

- يمكن استخدام مجموعة من المواد لامتصاص الدم، بما في ذلك فوطه صحية (القابلة للاستخدام لمرة واحدة أو القابلة لإعادة الاستخدام) أو سدادة قطنية أو قطعة من القماش في ملابسهن الداخلية.



## الأساسيات

الحيض أمر طبيعي! وهو الخروج الشهري للدم والنسيج الرخمي وهو جزء مهم من الدورة الإيجابية. عادةً يستمر...

من يومين (٢) إلى  
سبعة (٧) أيام



تتراوح كمية الدم عادةً بين

ملعقة واحدة (١) وستة

(٦) ملاعق

من ملاعق الطعام كل شهر ويمكن أن يكون فوضويًا.

ويعتبر الشعور بتقلصات البطن والغثيان والإسهال والصداع أمورًا شائعة قبل الدورة الشهرية وفي أثنائها.



- حتى عند استخدام مواد حيض جيدة، قد تشعر النساء والفتيات بالقلق حول وجود بقع دم على ملابسهن.
- وتحتاج النساء والفتيات إلى الوصول إلى مساحة خاصة نظيفة (المرحاض أو غرفة غسل الملابس) لتغيير المواد طوال النهار والليل والتخلص من النفايات الخاصة بالحيض بشكل صحي.

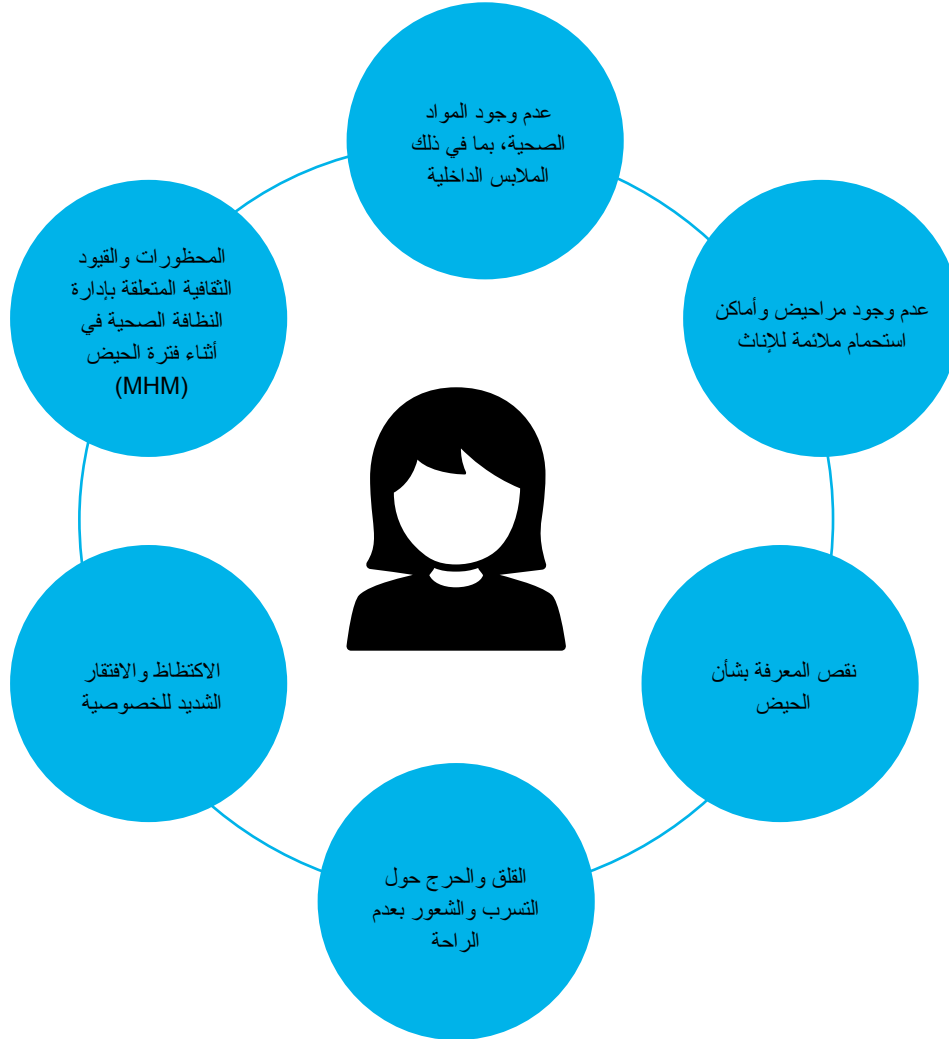
تكون فترات الحيض غير منتظمة ويمكن أن تفاجئ الفتيات والنساء. وهذا يسبب شعورًا بالقلق إزاء العنقور على مرحاض ومواد بسرعة!

يمكن أن يكون الحيض فوضويًا! تحتاج النساء والفتيات إلى مساحة خاصة يتوافر بها الماء والصابون لتنظيف أنفسهن والمواد المتسخة.

غالبًا ما تكون إدارة الحيض في البيئات فقيرة الموارد صعبة، لا سيما في حالة الابتعاد عن المنزل طوال اليوم. وتزداد هذه الصعوبات بسبب المحرمات المجتمعية والسرية والحرج بشأن الحيض. وفي حالات الطوارئ، تواجه الفتيات والنساء عوائق أكبر لإدارة الحيض نظرًا لفقدان الخصوصية والأمان، وهو الأمر الذي غالبًا ما يرتبط بالعيش في سياقات الطوارئ.

وتشمل برامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ إدخال تعديلات وتحسينات على مجموعة من التدخلات القطاعية، بما في ذلك المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH)، والحماية، والصحة الإنجابية، والتثقيف والمواد غير الغذائية (NFIs) والملاحي. في حين أن بعض المكونات تكون محددة للحيض (مثل توفير الفوط الصحية)، تهتم معظم مكونات برامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) بتحسين الأمان والخصوصية والكرامة التي يمكن للنساء والفتيات العيش من خلالها في سياقات الطوارئ، ومن ثم فهي مفيدة للجودة الشاملة لتقديم الخدمات وتؤدي إلى تحسين النتائج المتوقعة لجميع القطاعات المذكورة آنفًا.

## تحديات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) التي تواجه الفتيات والنساء في حالات الطوارئ



العودة إلى المحتويات

١ مقدمة



٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٣ إجراء تقييم الاحتياجات



٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال



٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاحي



٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي



٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي



١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان



١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف



١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية



١٤ المراقبة والتقييم



العودة إلى  
المحتويات

## العناصر الأربعة (4 Cs) لبرامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM):

ستعزز العناصر الأربعة (4 Cs)، التي تتسج عبر القطاعات والأنشطة، تغطية وقدرة واكتمال استجابة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). تشمل اعتبارات العناصر الأربعة (4 Cs) ما يلي:

### التنسيق



- العرض على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في الاجتماعات المشتركة بين الوكالات، واجتماعات تنسيق وإدارة المخيمات، واجتماعات المجموعات، ومباشرة مع الموظفين الميدانيين لتوليد التفاهم الجماعي والتوافق في الآراء حول إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).
- الشراكة مع الوكالات الأخرى، بما في ذلك الكيانات الحكومية، لتحقيق أقصى قدر من التأثير وتقليل الفجوات والتداخل وسوء الفهم.
- تفويض منسق (منسقين) مسؤول (مسؤولين) عن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) من قطاع المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والحماية لتتبع تعميم إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) عبر قطاعات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والتعليم والصحة والملاحي والحماية.
- وضع نموذج لإدارة معلومات برامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) عبر الوكالات بشأن أدوات الاستقهام الأربع (4 W's) (من/ماذا/أين/متى) لضمان الاتساق والوضوح بشأن الأدوار.

### التشاور



- استشارة الفتيات/النساء من السكان المستفيدات بشأن أنشطة الاستجابة المقترحة من إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (مثل، المستلزمات والمرافق والمعلومات).
- مشاركة المنسق (المنسقين) المسؤول (المسؤولين) عن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) للفتيات المستلزمات من المشاورات عبر القطاعات ذات الصلة.
- بعد التنفيذ، يتم استمرار التشاور مباشرة مع الفتيات/النساء من السكان المستفيدات (مثل، مراقبة ما بعد التوزيع والمقابلات ومجموعات التركيز) بشأن أنشطة الاستجابة لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) من أجل المراقبة والتسعين.
- مشاركة المنسق (المنسقين) المسؤول (المسؤولين) عن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) المعرفة الناجمة عن جهود المراقبة عبر القطاعات ذات الصلة.

### الثقافة



- تقييم مستويات راحة الموظفين والحساسيات الثقافية حول إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وتطوير التدريب المناسب لبناء القدرات.
- تقييم الحساسيات الثقافية والمعايير الاجتماعية حول إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ضمن السكان المستفيدين، بما في ذلك تأثيراتها على أنواع المواد، وتصميم المرافق، وطرق التخلص من مواد الحيض وغسلها وتجفيفها واحتياجات الخصوصية.

### التواصل



- الحفاظ على الاتصالات الجارية مع المنسق (المنسقين) المسؤول (المسؤولين) عن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومجموعات العمل عبر القطاعات ذات الصلة بما في ذلك التحديث المستمر لبرامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وتعليقات المستفيدات والدروس المستفادة والتحديات.
- التدريب المستمر للموظفين هو أداة رئيسية لتعميم إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ.
- التواصل مع المستفيدات مباشرة بشأن برامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، بما في ذلك ضمان فهمهم لكيفية استخدام مستلزمات النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض، والتخلص من النفايات الخاصة بالحيض والحصول على التنقيف الأساسي حول الصحة والنظافة الصحية في أثناء فترة الحيض.



مقدمة



تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



إجراء تقييم الاحتياجات



توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية



المراقبة والتقييم







## العودة إلى المحتويات

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملابس
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتلقيح الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتلقيح
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم

- الحماية
- التعليم
- الصحة
- المياه والصرف الصحي
- والنظافة الصحية (WASH)
- المواد غير الغذائية
- NFI الملجأ
- إدارة التنسيق بين
- المخيمات
- (CCCM)



## التسلسل الهرمي لاحتياجات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

يتطلب تقديم استجابة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مجموعة من القطاعات لتحديد العناصر أو الأنشطة التي قد تدخل في نطاق ولايتها. ويصور الشكل ١ نطاق الاعتبارات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (مثل المواد الأساسية والمستلزمات والمعلومات والمرافق والأمان والخصوصية والكرامة) وكيف يمكن أن تقع ضمن مسؤولية مختلف الجهات الفاعلة القطاعية. ويعتبر كل من التنسيق والتواصل الفعالين بين القطاعات أمرًا بالغ الأهمية. وقد تختلف المسؤولية القطاعية اختلافًا كبيرًا من سياق لآخر.

## ثلاثة مكونات أساسية للاستجابة الإنسانية الكاملة لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) هي مسألة مشتركة بين القطاعات. ومن أجل تحقيق استجابة فعالة، يجب على القطاعات المختلفة التنسيق فيما بينها لضمان معالجة المكونات المحورية الثلاثة.



العودة إلى المحتويات

١ مقدمة

٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

٣ إجراء تقييم الاحتياجات

٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال

٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ

٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي

٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها

٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي

١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان

١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف

١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة

١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية

١٤ المراقبة والتقييم

# تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



العودة إلى المحتويات

يمثل التدريب الأداة الوحيدة الأكثر فعالية لتعميم إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في الاستجابات متعددة القطاعات في حالات الطوارئ.

١

من:

ينبغي أن يكون جميع الموظفين (الذكور والإناث) على دراية بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ويشعرون بالراحة إزاء مناقشتها. وعلى الرغم من أن الموظفين الذكور في معظم السياقات يجب ألا يناقشوا إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مباشرةً مع المستفيدات الإناث، يمكنهم أن يشاركوا في تخطيط وتنفيذ أنشطة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). ويشمل ذلك الموظفين عبر القطاعات التي قد تشارك في برامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). (بما في ذلك قطاع المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والصحة والتعليم والحماية والمواد غير الغذائية (NFI)).

ويمكن أن يساعد تدريب عدد أكبر من كبار الموظفين على ضمان تعميم إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في تخطيط البرامج وتنسيقها، في حين يساعد تدريب الموظفين الميدانيين على ضمان فعالية البرامج اليومية.

يتعين أن يكون الموظفون:

- على دراية بأساسيات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).
- قادرين على التحدث مهنيًا عن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).
- على دراية بالخصائص الثقافية لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في سياق طوارئ معين.

٢

ماذا:

ينبغي إجراء تدريب مختصر لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) من أجل توعية جميع موظفي البرنامج بشأن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وتقديم إرشادات بشأن كيفية إجراء مناقشة مناسبة ومتمتع بالثقة مع كل من السكان المستهدفين وزملائهم. لمراجعة الموارد التدريبية المتعلقة بأساسيات الحيض، انقر [هنا](#).

بالإضافة إلى نقل المعلومات، كثيرًا ما تكون المناقشات في الدورات التدريبية فرصة جيدة لجمع المعلومات من الموظفين الميدانيين عن التحديات التي تواجهها النساء والفتيات في هذا السياق.

٣

متى:

ينبغي تدريب الموظفين على أساسيات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في بداية (أو أقرب فرصة ممكنة) حالة الطوارئ. وكلما كانوا على دراية بالمسائل بشكل أسرع، زاد احتمال استجابتهم بشكل فعال لاحتياجات الفتيات والنساء. وفي حالة الطوارئ المطولة، قد يكون من الضروري إجراء عمليات تجديد أو متابعة للدورات تدريبية من أجل الحفاظ على مستويات المعرفة ومراجعة دوران الموظفين.

الموضوعات الأساسية التي يجب تناولها:

- أساسيات الحيض، بما في ذلك: ما الحيض؟ ما مدة فترة الحيض؟ ما أعراض الحيض؟ في أي عمر يبدأ الحيض؟ في أي عمر ينتهي الحيض؟
- كيف يقمن الفتيات والنساء بإدارة حيضهن في هذا السياق؟
- ما التحديات التي تواجهها الفتيات والنساء عند إدارة حيضهن؟
- ما المحظورات الثقافية المحلية والخرافات الموجودة حول إدارة الحيض؟ كيف يؤثر ذلك على الفتيات والنساء؟
- ما السلسلة الكاملة لاحتياجات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) الخاصة بالفتيات والنساء اللاتي يعشن في حالات الطوارئ؟
- ما الأدوار القطاعية المختلفة في دعم إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)؟
- كيف يمكن لموظفي البرنامج إجراء مناقشة محترمة ومهنية مع المستفيدين؟
- أين يمكن للموظفين العثور على معلومات وموارد إضافية لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)؟
- هل تواجه الفتيات والنساء أي قيود في الحصول على الخدمات الأساسية أثناء الحيض (مثل الحصول على المواد غير الغذائية (NFI))؟

١

مقدمة

٢

تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

٣

إجراء تقييم الاحتياجات

٤

توفير المواد والمستلزمات المنقطة  
بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM)

٥

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) والانتقال

٦

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) والملجأ

٧

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) ومراقب الصرف  
الصحي

٨

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) والتخلص من النفايات  
وإدارتها

٩

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة  
الصحية والتلقيح الصحي

١٠

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) والفئات الضعيفة  
من السكان

١١

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) والتنظيف

١٢

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) والصحة

١٣

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة  
الحيض (MHM) والحماية

١٤

المراقبة والتقييم

في حالة تخطيط أو تيسير تدريب لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، يُرجى الرجوع إلى الفصل ٢ (تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)) في الدليل الكامل.



العودة إلى  
المحتويات

٣

# إجراء تقييم احتياجات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



|    |  |
|----|--|
| ١  | مقدمة  |
| ٢  | تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)                          |
| ٣  | إجراء تقييم الاحتياجات   |
| ٤  | توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)          |
| ٥  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال                                   |
| ٦  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ                                    |
| ٧  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي                          |
| ٨  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفضلات وإدارتها                 |
| ٩  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والنشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي |
| ١٠ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان                   |
| ١١ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف                                    |
| ١٢ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة                                      |
| ١٣ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية                                    |
| ١٤ | المراقبة والتقييم  |

تختلف استراتيجيات المراهقات والنساء في إدارة الحيض اختلافاً كبيراً عبر البلدان والثقافات. ويعد فهم الممارسات المحلية الخاصة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) أمراً ضرورياً لإدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) بفعالية في الاستجابة لحالات الطوارئ.

١

## ما الذي يتعين تعلمه؟

خلال حالات الطوارئ الحادة أو الممتدة، يمكن لبعض الأسئلة الرئيسية الخاصة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) أن تكون بمثابة أداة سريعة وغنية بالمعلومات لإدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في البرامج عبر القطاعات ذات الصلة:

## المواد والمستلزمات



### ١. ما التفصيلات؟

ما تفصيلات الفتيات والنساء بالنسبة إلى مواد الحيض؟ ما الملائم في هذا السياق؟ هل هناك أي نوع محدد/علامة تجارية محددة؟

### ٢. من السكان المستهدفون؟

من الذي يتعين أن يحصل على مواد ومستلزمات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (تحديد حجم الاحتياجات)؟

### ٣. ما التوزيع؟

كيف يمكن توزيع مواد ومستلزمات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) بشكل آمن ومتمتع بالخصوصية على السكان المستهدفين؟

## المرافق



### ٤. ما المرافق؟

ما الذي ترغب به الفتيات والنساء أو يحتجن إليه من حيث المرافق للتعامل مع الحيض؟

### ٥. ما التخلص والغسل؟

كيف يمكن للنساء والفتيات التخلص من مواد الحيض المستخدمة أو غسلها أو تجفيفها بنحو يتمتع بالخصوصية؟

## المعلومات



### ٦. ما الفجوات المعرفية؟

هل تكون الفتيات والنساء على دراية بمواد ومستلزمات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وخيارات التخلص منها وممارسات النظافة الصحية الجيدة؟

٢

## التشاور مع المراهقات والنساء

تكون تقييمات الاحتياجات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) نوعية إلى حد كبير، ولكن يمكن أن تكملها الملاحظات المباشرة.

## الطرق النوعية:

- إجراء المناقشات الجماعية المركزة (FGD) مع الفتيات والنساء
- إجراء مقابلات منظمة مع أشخاص رئيسيين (أي أعضاء لجنة المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH)، والفتيات والنساء، وموظفي البرامج وما إلى ذلك)
- إجراء مناقشات مع الموظفين المحليين (إذا كانوا من السكان أنفسهم كالمستفيدات)

## طرق المراقبة:

- إعداد قوائم المراجعة (أي عمليات التفتيش المادي للمرافق)
- التجول في المرافق، مثل المراحيض العامة مع عدد قليل من النساء أو الفتيات اللاتي يستخدمن حالياً المرفق لجمع الآراء.
- إجراء تقييمات السوق لاستكشاف توافر المنتجات في الأسواق المحلية وإبلاغ القواعد القائمة.

٣

## تدريب وتوعية الموظفين حول إدارة النظافة الصحية في

### أثناء فترة الحيض (MHM):

يجب أن يكون العاملون الذين يقومون بأنشطة تقييم الاحتياجات على دراية ببرنامج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومناقشتها بشكل مريح. ولا ينبغي للموظفين الذكور أن يناقشوا مباشرة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مع المستفيدات، ولكن يمكن أن يشاركون في التخطيط.

كما يُرجى الرجوع إلى:

- الفصل ٣ (تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)).
- الفصل ١٣ (المراقبة والتقييم)

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول إجراء تقييم احتياجات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، يُرجى الرجوع إلى:  
الفصل ٣ (إجراء تقييم الاحتياجات) في الدليل الكامل

١٢

# توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



العودة إلى المحتويات

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المنطقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتلقيح الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتلقيح
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم

ما هو خارج نطاق الفوط الصحية: مجموعة المستلزمات التي تحتاج إليها الفتيات والنساء

## تشير مواد الحيض

إلى المواد المستخدمة لامتصاص الدم. ويمكن أن يكون ذلك فوطة صحية أو قطعة من القماش أو سداة قطنية أو كأس الحيض أو أي طريقة أخرى مفضلة.

## تشير مستلزمات الحيض

إلى العناصر الأخرى اللازمة لدعم إدارة الحيض.



عند شراء وتخطيط توزيع إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، من المهم وضع مرحلة الطوارئ، ونوع الطوارئ (الصراعات والكوارث الطبيعية)، والمناخ (الجاف/الممطر) والسكان والموقع (المخيمات والمناطق الحضرية والمستوطنات غير الرسمية) في الاعتبار. فعلى سبيل المثال، في العديد من البيئات، يمكن أن يشكل العثور على أماكن خاصة لغسل وتجفيف المواد القابلة لإعادة الاستخدام تحديًا كبيرًا. وعند اختيار الفوط الصحية أو الملابس الخاصة بالحيض، من المهم النظر في الدورة العمرية للاستخدام (المشترقيات والتوزيع والاستخدام والغسل والتجفيف والتخلص من النفايات وإدارتها)

## التشاور مع المراهقات والنساء:

- تقييم تفضيلات المواد (الملابس أو الفوط الصحية القابلة لإعادة الاستخدام أو القابلة للاستخدام لمرة واحدة). إحصار مواد الحيض إلى المناقشات لتمكين المستفيدات من اتخاذ قرارات مستنيرة.
- النظر في التأثيرات المترتبة على التخلص و/أو غسل وتجفيف المواد القابلة لإعادة الاستخدام.
- تحديد سبل الوصول إلى العدد الكامل للمراهقات والنساء في المجتمع.
- تقييم مدى توافر وجدوى الموردين المحليين مقابل الموردين الدوليين. والنظر أيضًا في التأثيرات المترتبة على استدامة المستلزمات.
- تقييم التوزيعات الأخرى التي تحدث والتنسيق مع القطاعات والشركاء الآخرين (أي النقاط الحدودية ومراكز الاستقبال والمدارس ومراكز الحماية)



## دورة المشروع للتوزيع المتعلق بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٤

### توزيع وشرح مواد الحيض من خلال أنشطة تعزيز النظافة الصحية

- ينبغي أن تكون الموظفات متوفرات أثناء عمليات التوزيع حتى يتمكن من تقديم التثقيف والإجابة عن الأسئلة المتعلقة بالمتطلبات:
- يتعين على الموظفين عدم افتراض أن المستفيدات يعرفن كيفية استخدام المستلزمات الصحية التي يتم توزيعها. ويجب عليهن توضيح كيفية استخدام العناصر أثناء عمليات التوزيع.
- يتعين على الموظفات تقديم تعزيز النظافة الصحية في أثناء الحيض والتثقيف الصحي بشأن الحيض في أثناء عمليات التوزيع.

٥

### المراقبة والتعليقات

ينبغي إدخال خطة لمراقبة توزيع مواد إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) على الفور، ويمكن القيام بذلك من خلال مجموعة من الطرق التالية، بما في ذلك المقابلات الفردية (١:١) والمناقشات الجماعية المركزة (FGD) مع الفتيات والنساء ومراقبة ما بعد التوزيع (PDM). تكون عمليات مراقبة ما بعد التوزيع (PDM) مفيدة في تقييم مقبولية المواد والتغطية والفجوات المعرفية. لمراجعة مؤشرات العينة ذات الصلة، انظر الرابط.

٢

### اختيار مواد ومستلزمات الحيض المناسبة

تؤثر المواد المختارة على مرافق المياه والصرف الصحي والملاجئ والحماية والتخلص من النفايات ونظم إدارة النفايات والمواد غير الغذائية (NFI) وتعزيز النظافة الصحية والصحة. وقد تختلف تفضيلات الفتيات والنساء عبر مجموعة من المستفيدات وتتطلب أكثر من نوع واحد من المواد التي سيتم اختيارها.

٣

### شراء مواد ومستلزمات الحيض

ينبغي أن تمثل مستلزمات الحيض العدد الإجمالي للإناث في سن الإنجاب في كل أسرة. وسوف تتطلب بعض العناصر، مثل الصابون والقوط الصحية القابلة للاستخدام لمرة واحدة، إلى إعادة توفيرها شهرياً.



### العودة إلى المحتويات

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم

فصول أخرى ذات صلة:

- الفصل ٢ (إجراء تقييم الاحتياجات)
- الفصل ١٣ (المراقبة والتقييم)

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول توفير مواد ومستلزمات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، يُرجى الرجوع إلى: الفصل ٤ (توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)) في الدليل الكامل.



## إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالة الانتقال



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالة الانتقال



العودة إلى المحتويات

١

### إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالة مواجهة تحديات في الانتقال

عند مغادرة منازلهم وفي أثناء السفر إلى الأماكن الآمنة قد تواجه الفتيات والنساء:

- نقص المواد لإدارة الدم؛
- عدم وجود مرابض أو غرف غسل ملابس لتغيير المواد أو تنظيفها في أثناء السفر لمسافات طويلة؛
- الاضطرار إلى الذهاب إلى الغابات أو الأرزقة وما إلى ذلك، في محاولة للعثور على أماكن سرية للتغيير، مما ينشئ مخاوف تتعلق بالأمان؛
- عدم القدرة على غسل وتجفيف مواد الحيض أو الملابس الملطخة؛
- عدم القدرة على حمل مستلزمات إضافية.

على طول طرق العبور وعند نقاط التوقف، بدلاً من توفير توزيع بطانية، تهدف إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في الاستجابات الخاصة بالانتقال غالباً إلى استهداف الفتيات والنساء اللاتي يحتجن إلى مواد حيض بشدة. انظر الشكل ١ للاطلاع على التحديات الرئيسية التي تواجهها الفتيات والنساء في أثناء الانتقال.

٢

### تقديم استجابة رئيسية لمواجهة احتياجات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في أثناء الانتقال

قد تشعر الفتيات والنساء اللواتي يصلن إلى وجهتهن المقابلة (مثل اللواتي يصلن إلى نقطة حدودية أو محطة للسكك الحديدية أو مركز العبور وما إلى ذلك) بالخجل إذا كانت ملابسهن قد أفسدت بالدم أو يكن عرضة لخطر الاستغلال مقابل السلع الأساسية. وقد يكن في حاجة ماسة إلى مساحة آمنة وخاصة للتعامل مع الحيض والتسربات. وينبغي أن تشمل الاستجابة ما يلي:

- تقديم مواد الحيض الأساسية بما في ذلك، الفوط الصحية والملابس الداخلية والصابون.
- ضمان توافر مرافق المياه والصرف الصحي الملائمة للإناث خلال الانتقال حيثما كان ذلك ممكناً وعند نقاط الحدود ومراكز الاستقبال والملاجئ الانتقالية وما إلى ذلك، حيث إن الفتيات والنساء سيحتجن إلى مكان لتغيير مودهن وتنظيف أنفسهن أو ملابسهن، وفي بعض الحالات، المساعدة في استعادة النظافة الأساسية الخاصة بهن وكرامتهن بعد رحلتهم.

٣

### التأكد من أن الفتيات والنساء يحتجن إلى مراجعة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

يمكن استخدام مجموعة متنوعة من الطرق للتقييم السريع لمن يحتجن إلى المساعدة على وجه السرعة. ويكون التقدير والحساسية أمرين ضروريين، لا سيما بالنظر إلى أن الفتيات والنساء قد يكن متعبات من الرحلة ويشعرن بالحرج من الحيض. تشمل بعض الطرق الممكنة للتعرف على الفتيات والنساء ما يلي:

- إدراج مسألة الحيض في الفحوصات الصحية أو الحماية الموجودة عند الوصول إلى نقاط الحدود ومراكز الاستقبال.
- يمكن للجهات الفاعلة في مجال حماية المرأة تنظيم دوائر نسائية صغيرة لمناقشة الحيض (من بين عناصر مناقشة أخرى تتعلق بالحماية، مثل العنف القائم على نوع الجنس (GBV)).
- إذا كانت الإناث النازحات متعلعات، يمكن وضع علامات إعلامية لإرشاد الفتيات والنساء إلى الأماكن التي يمكنهن من خلالها طلب أو الحصول على مواد النظافة الصحية في أثناء الحيض في تكم.

١ مقدمة

٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

٣ إجراء تقييم الاحتياجات

٤ توفير المواد والمستلزمات المتوقعة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال

٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ

٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومراقب الصرف الصحي

٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفتيات وإدارتها

٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتقييم الصحي

١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان

١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتقييم

١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة

١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية

١٤ المراقبة والتقييم

للاطلاع على توجيهات أكثر شمولية للفتيات والنساء بشأن اعتبارات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) للفتيات والنساء في أثناء الانتقال، يرجى مراجعة الفصل ٦ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالة الانتقال) في الدليل الكامل.



## الشكل ١: تحديات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) التي تواجهها الفتيات والنساء في أثناء الانتقال



### عند وصولهن إلى مخيم أو أماكن إقامة جديدة، قد...

- يحتجن إلى أن تتم مناقشتهن بشأن احتياجاتهن وتفضيلاتهن الخاصة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).
- يحتجن إلى حلول طويلة المدى للحفاظ على إمكانية الوصول إلى مواد إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (مثل، توفير مواد قابلة لإعادة الاستخدام، والحفاظ على توزيعات متكررة للمواد القابلة للاستخدام لمرة واحدة، وما إلى ذلك).
- يحتجن إلى بنية أساسية لمراحيض وحمامات جديدة والتي تضم الحد الأدنى من معايير المراحيض وأماكن الاستحمام الخاصة الملائمة للإناث.



### عند وصولهن إلى مراكز العبور أو الاستقبال، قد...

- يحتجن إلى التوفير المستمر لمواد الحيض الأساسية (على سبيل المثال، الفوط الصحية أو الملابس الداخلية أو الصابون).
- يحتجن إلى الوصول إلى المراحيض وأماكن الاستحمام الخاصة المصممة للنساء للتغيير وتنظيف أنفسهن.



### بينما يقمن بالتعامل في الواجهة التالية/المعبر الحدودي، قد...

- يشعرن بالحرج إذا كانت الملابس قد أفسدت بالدم.
- يحتجن إلى مستلزمات النظافة الأساسية في أثناء الحيض (على سبيل المثال، الفوط الصحية أو الملابس الداخلية أو الصابون)
- يحتجن إلى الوصول إلى المراحيض وأماكن الاستحمام الخاصة المصممة للنساء للتغيير وتنظيف أنفسهن.



### عند مغادرة منازلهن وفي أثناء السفر، قد...

- يفتقرن إلى وجود أي مواد لإدارة الدم.
- يفتقرن وجود مراحيض أو غرف غسل ملابس لتغيير المواد أو تنظيف أنفسهن
- يضطرن إلى الذهاب إلى الغابات أو الأرزقة للعثور على أماكن سرية للتغيير، مما ينشئ مخاوف تتعلق بالأمان.
- يكن غير قادرات على تنظيف المواد المستخدمة أو الملابس أو العثور على المياه.



### العودة إلى المحتويات



١



٢

تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٣

إجراء تقييم الاحتياجات



٤

توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٥

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال



٦

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



٧

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومراقبة الصرف الصحي



٨

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



٩

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي



١٠

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان



١١

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف



١٢

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



١٣

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية



١٤

المراقبة والتقييم



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



العودة إلى المحتويات

|    |  |
|----|--|
| ١  | مقدمة  |
| ٢  | تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)                        |
| ٣  | إجراء تقييم الاحتياجات   |
| ٤  | توفير المواد والمستلزمات المتوقعة للحيض (MHM)  |
| ٥  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال                                 |
| ٦  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ                                  |
| ٧  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي                        |
| ٨  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفضلات وإدارتها               |
| ٩  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتلقيح الصحي |
| ١٠ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان                 |
| ١١ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف                                  |
| ١٢ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة                                    |
| ١٣ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية                                  |
| ١٤ | المراقبة والتقييم  |

• **معايير الأمان:** يجب توفير أبواب ونوافذ مزودة بأقفال داخلية.

• **أقسام الخصوصية:** حيثما كان ملائماً لأسباب تتعلق بالجنس أو السن أو الثقافة، ينبغي وضع أقسام منفصلة للأسرة و/أو الجنس.

• **الإضاءة:** ينبغي توفير كل من الإضاءة الداخلية وإضاءة المكان. وبعد التشاور مع المستفيدات، ينبغي توفير مصابيح حسب الحاجة.

• **الملاجئ الشاملة:** ينبغي إيلاء اهتمام خاص للاحتياجات الخاصة للفتيات والنساء اللاتي يقمن في الملاجئ الجماعية. وعلى سبيل المثال، قد يكون توفير مساحة صغيرة مناسبة مقسمة مخصصة لتغيير الملابس أمراً ضرورياً.

## المراقبة والتعليقات

ينبغي إدماج الأسئلة الرئيسية المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في الأنشطة القائمة لمراقبة الملاجئ لضمان معالجة المخاوف المتعلقة بالخصوصية والأمان والتي تواجهها الفتيات والنساء الحيات. ويمكن أن يحدث ذلك من خلال استخدام مجموعة من الطرق، بما في ذلك كل من المقابلات والمناقشات الجماعية المركزة (FGD)، مع الفتيات والنساء والمراقبة المباشرة لهياكل الملاجئ ومرافق المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH).

## تدريب الموظفين في الملاجئ على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

وينبغي أن يكون كل من الموظفين الذكور والإناث العاملين في الملاجئ على وعي ودراية بممارسات واحتياجات الفتيات والنساء اللواتي يعشن في سياق الطوارئ (راجع الفصل ٢).

## ضمان الوصول إلى مرافق المياه والصرف الصحي الملائمة للإناث والتي تشمل الاهتمام بإدارة النفايات

وبالتنسيق مع الجهات الفاعلة في قطاع المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH)، ينبغي أن تستوعب جميع المراحيض وأماكن الاستحمام والغسل احتياجات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) الخاصة بالفتيات والنساء. يُرجى الرجوع إلى الصفحة ١٩ للحصول على مثال لمرحاض ملائم للإناث.

## بناء هياكل الملاجئ التي تضمن الخصوصية والأمان للذين تحتاج إليهما إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

نظرًا لوجود مجموعة من هياكل الملاجئ في حالات الطوارئ، ينبغي إدراج عدد قليل من الاعتبارات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) عند بناء أو تحسين الأماكن:



## التشاور مع الفتيات والنساء

قبل بدء أي نشاط من أنشطة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، من المهم معرفة:

- أين وكيف تقوم الفتيات والنساء بتغيير مواد الحيض والتخلص منها وغسلها وتخييفها؟
- ما مخاوف الفتيات والنساء المتعلقة بالأمان والخصوصية ذات الصلة بإدارة الحيض في السياق؟
- التنسيق مع القطاعات الأخرى، لا سيما المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والحماية، من خلال تبادل التعلم الذي تم جمعه من مشاورات المستفيدات.

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول تطوير إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) الداعمة للملاجئ، يُرجى الرجوع إلى الفصل ٥ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ) في الدليل الكامل.



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي



العودة إلى المحتويات

- عناصر لتجفيف مواد الحيض: توفير حبل غسل، أو شماعات تجفيف أو مناطق يمكن فحصها في أماكن الغسل العامة، لتعليق الفوط الصحية القابلة لإعادة الاستخدام أو الملابس.
- تعزيز النظافة الصحية: إدماج تعزيز النظافة الصحية في أثناء الحيض في أنشطة التنظيف والتوزيع القائمة.



٤

## المراقبة والتعليقات

ويمكن أن تقترن كل من مراقبة الوصول والتغطية بمشاورات منتظمة مع النساء والفتيات للحصول على التعليقات وضمان فهم النظم واستخدامها على النحو المخطط له. لمراجعة مؤشرات العينة ذات الصلة.

- ٢ إنشاء مرافق صحية ملائمة للإناث  
إنشاء مرافق في المنازل والمؤسسات (أي المدارس والمرافق الصحية وأماكن الحماية). يُرجى الرجوع إلى الصفحة التالية للحصول على مثال.

٢

## توفير المستلزمات الداعمة والمعلومات لغسل وتجفيف مواد الحيض

غالبًا ما يمثل غسل وتجفيف مواد الحيض تحديًا. وقد يكون لدى الفتيات والنساء تفضيلات مختلفة بشأن المكان الذي يفضلن القيام فيه بذلك. فقد يفضل البعض غرف غسل الملابس العامة، أو الأسر المعيشية، أو الحمامات، أو المراحيض أو أماكن أخرى. تشمل الاعتبارات الرئيسية ما يلي:

- غرف غسل الملابس العامة: توفير مقصورات خاصة للخصوصية (مع ألواح الغسل)، وصرف المياه بسرية (حتى لا يكون هناك احتمال لرؤية دم حيض).
- الغسل بالمنزل: توفير مستلزمات الغسل والاستحمام ذات الصلة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، بما في ذلك صابون الغسل والاستحمام وحبل الغسيل وحوض (لأن الفتيات والنساء لن يرغبن في استخدام الحاويات نفسها لأغراض الطهي أو غسل الملابس الأخرى).

٣

لا يزال الحفاظ على الأمان والكرامة عند الوصول إلى مرافق الصرف الصحي يشكل تحديًا واسع الانتشار في السياقات الإنسانية. فالنساء والفتيات بحاجة إلى مزيد من الخصوصية للصرف الصحي أكثر من الرجال والفتيان، ولا سيما عند التعامل مع الحيض. وتشبه معظم متطلبات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) للنساء والفتيات احتياجات النظافة الصحية والصرف الصحي الأساسية. ويشمل هذا ما يلي:

- مكانًا آمنًا وخاصًا لتغيير مواد الحيض (٣ مرات يوميًا على الأقل)، بما في ذلك خلال الليل.
- مكانًا لغسل أيديهن بشكل خاص بالصابون والماء بعد تغيير مواد الحيض.
- مكانًا آمنًا وخاصًا للاستحمام مرة واحدة في اليوم عادةً.

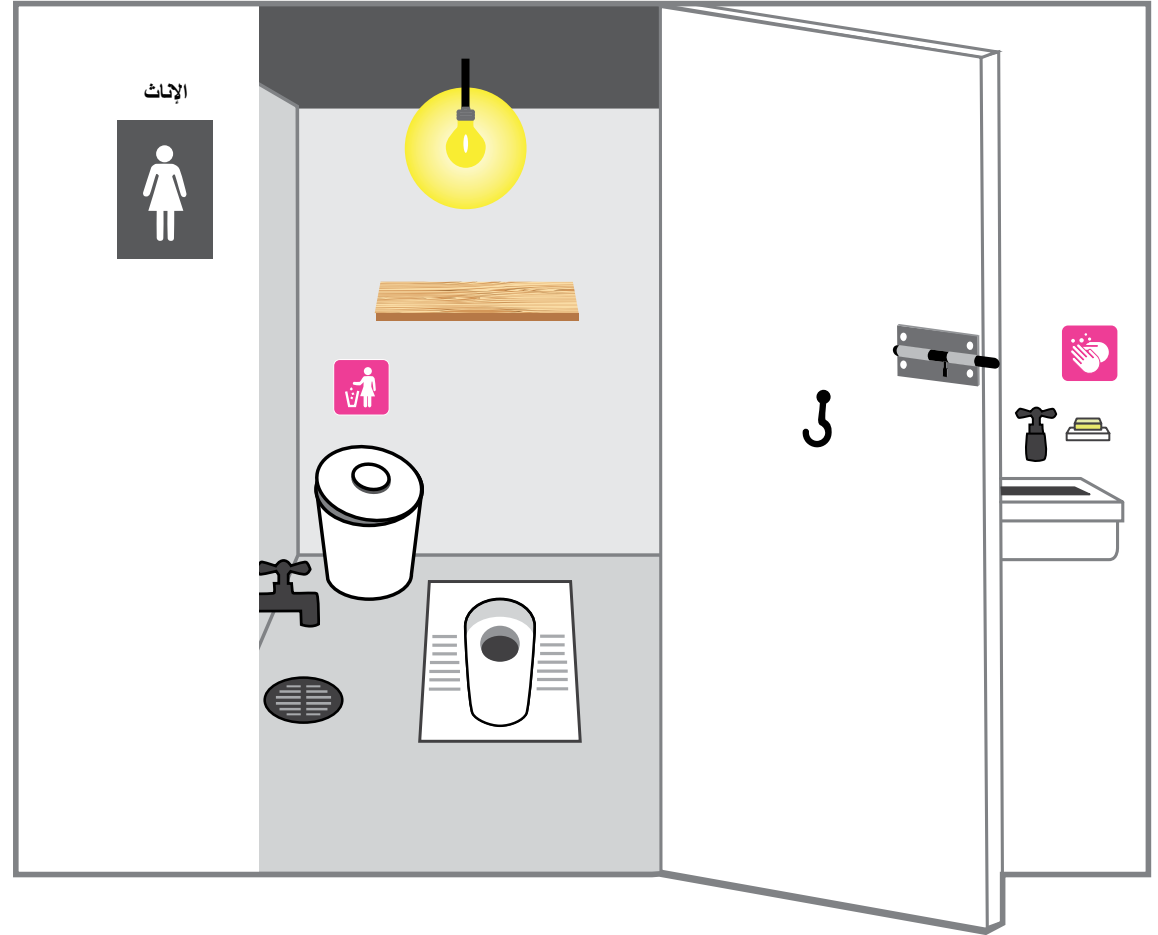
١

## التشاور والتنسيق:

- استشارة الفتيات والنساء. ينبغي التشاور معهن مباشرة فيما يتعلق بمواقع مرافق الصرف الصحي وتصميمها. إذ ستكون لديهن رؤى هامة حول الخصوصية والأمان والراحة.
- التنسيق مع القطاعات الأخرى التي تنفذ مرافق المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) لضمان أن التصميم يتضمن المعرفة الناجمة من المشاورات.
- الثقافة تؤثر بشدة على الممارسات والاحتياجات الشهرية.

|    |   |
|----|---|
| ١  | مقدمة   |
| ٢  | تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)                         |
| ٣  | إجراء تقييم الاحتياجات  |
| ٤  | توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)         |
| ٥  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال                                  |
| ٦  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملابس                                   |
| ٧  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي                         |
| ٨  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفتيات وإدارتها                |
| ٩  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي |
| ١٠ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان                  |
| ١١ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف                                   |
| ١٢ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة                                     |
| ١٣ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية                                   |
| ١٤ | المراقبة والتقييم   |

إجراء التعديلات في وقت مبكر يكون أسهل من تصحيح الأخطاء بعد بناء البنية التحتية.



عدد كاف من المراحيض الموجودة في مكان آمن مفصولة (مع لافتات واضحة) عن مرافق الذكور.



مراحيض آمنة وخاصة مزودة بقفل للباب من الداخل



لافتات واضحة توجه الفتيات والنساء للتخلص من نفايات الحيض في سلة المهملات



رف ومعلق لتخزين المقتنيات بشكل صحي أثناء الاستخدام.



مصدر للإضاءة وقت الليل داخل وخارج المراحيض على حد سواء



المياه التي يسهل الوصول إليها (تكون داخل المقصورة بشكل مثالي) للفتيات والنساء لتنظيف أنفسهن وغسل مواد الحيض.



صناديق القمامة (مزودة بأغطية) للتخلص من مواد الحيض المستخدمة



تتم صناعة الجدران والأبواب والأسقف من مواد غير شفافة مع عدم وجود فجوات أو مسافات.



توفير بعض الوحدات لذوات الإعاقة.



## العودة إلى المحتويات

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلّقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم

تشمل مؤشرات أخرى ذات صلة ما يلي:

- الفصل ٣ (تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)).
- الفصل ١٤ (المراقبة والتقييم).

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول تطوير مرافق المياه والصرف الصحي الداعمة لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، وُرجى الرجوع إلى: الفصل ٧ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي) في الدليل الكامل.



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



العودة إلى المحتويات

- **نظام التخلص من النفايات عبر قناة.** تعتبر قناة التخلص من النفايات خيارًا، حيث يمكن التخلص من الفوط الصحية مباشرة في صندوق مقفول أو حفرة عميقة مغطاة خارج المرحاض.

قناة للتخلص من النفايات  
مخصصة لإدارة النظافة  
الصحية في أثناء فترة الحيض  
(MHM) (منظمة أوكسفام في  
نيبال (Oxfam-Nepal))



- قد توجد أيضًا محظورات حول التعامل مع نفايات الحيض، لذلك هناك حاجة إلى التشاور لضمان استخدام أنظمة جمع النفايات.
- قد توجد محظورات قوية حول حرق نفايات الحيض، لذلك يعتبر التشاور أمرًا ضروريًا في حالة التخطيط لاستخدام المحارق.
- **التنسيق مع القطاعات ذات الصلة:** مشاركة التعلم مع القطاعات ذات الصلة (بما في ذلك التعليم والصحة والملاجئ والحماية)، حيث ستحتاج مرافق المرحاض المؤسسية الخاصة بها إلى وضع التأثيرات المترتبة على إدارة نفايات الحيض في الاعتبار. وستحتاج نظام إدارة النفايات إلى تغطية المؤسسات وكذلك الأسر المعيشية.

٢

## توفير خيارات التخلص من نفايات الحيض في المراحيض والحمامات

- **صندوق نفايات مغطى في المراحيض العامة، والحمامات، وعلى مستوى الأسر المعيشية.** وقد تكون هناك حاجة إلى لافتات مرئية أو عروض توضيحية لعرض سلوكيات التخلص المناسبة.

صندوق نفايات مخصص  
لإدارة النظافة الصحية في  
أثناء فترة الحيض (MHM)  
(منظمة أوكسفام في  
نيبال (Oxfam-Nepal))



- تشكل مواد الحيض المستخدمة تدفّقًا كبيرًا للنفايات في المخيمات أو سياقات أخرى. تشمل الاعتبارات الرئيسية ما يلي:

- غالبًا ما يُنظر إلى نفايات الحيض على أنها محرّجة وقد تكون هناك محظورات قوية حول التعامل معها.
- في الحالات التي تستخدم فيها النساء والفتيات المواد الصحية، يجب أن يكن قدرات على التخلص بشكل آمن وبكثمن من مواد الحيض المستخدمة.
- قد تختلف معالجة النفايات في المراحيض المؤسسية والعامة عن الترتيبات المتخذة في المراحيض المنزلية والمراحيض المشتركة. النظر في كل سياق على حدة.

- من الشائع أن تتخلص الفتيات والنساء من نفايات الحيض مباشرة في المراحيض. في حالة الإلقاء مباشرة في المراحيض الحفري، قد تكون هذه الطريقة مناسبة، ولكنها تجعل من إزالة الحمأة أمرًا صعبًا. وفي المراحيض الأخرى، قد يؤدي ذلك إلى انسدادات واسعة ومشكلات في الصيانة.

١

## التشاور مع الفتيات والنساء

- قبل البدء في استجابة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، يتعين التشاور مباشرة مع الفتيات والنساء بشأن تصيلاتهن للتخلص من نفايات الحيض.

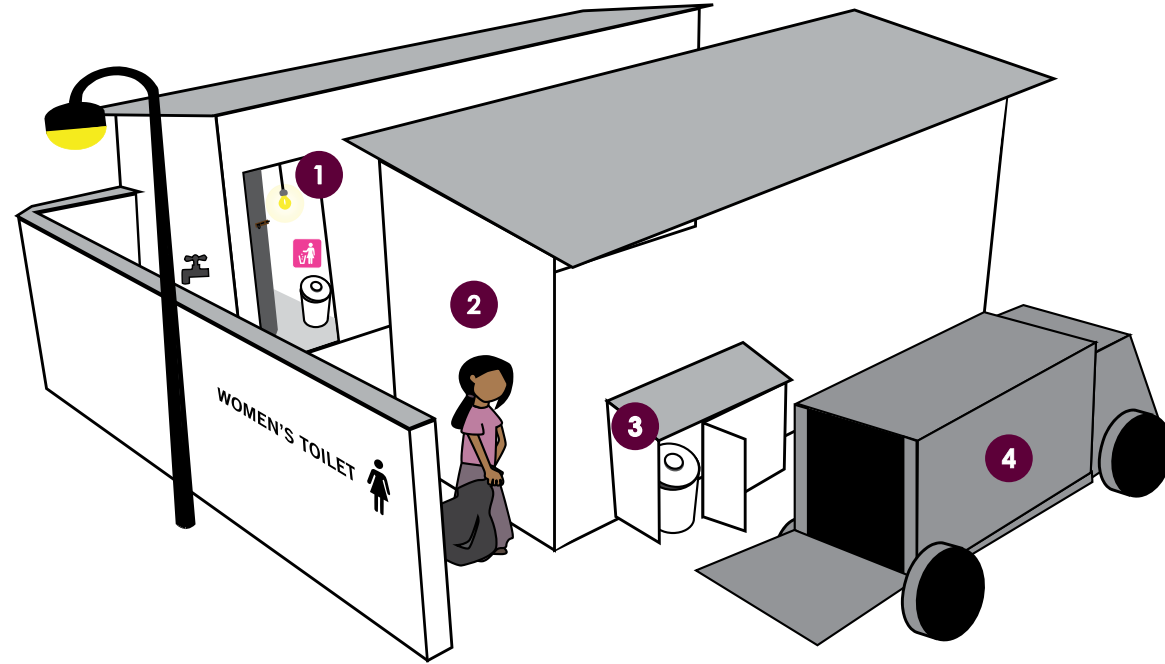


- لا ترغب الفتيات والنساء عادةً في رؤية أي شخص (بما في ذلك الفتيات والنساء الأخريات) لمواد الحيض المستخدمة الخاصة بهن.

## وضع نظم لإدارة النفايات مخصصة لنفايات الحيض

- وينبغي تغطية جميع الأسر المعيشية والمؤسسات (مثل المدارس والمرافق الصحية وأماكن الحماية) بأنظمة جمع النفايات التي يمكن أن تشمل بكتنم نفايات الحيض.
- تتقيف وإشراك المستفيدين والموظفين المؤسسين في عملية جمع النفايات، بما في ذلك مكان وضع النفايات وجدول جمع النفايات.
- يمكن جمع نفايات الحيض مع النفايات غير الخطرة الأخرى، والتخلص منها باستخدام الطرق نفسها، مثل مدافن النفايات أو الحرق الخاضع للرقابة، شريطة أن يكون المستفيدون على دراية بهذه الممارسات.

|    |   |
|----|---|
| ١  | مقدمة   |
| ٢  | تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)                         |
| ٣  | إجراء تقييم الاحتياجات  |
| ٤  | توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)         |
| ٥  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال                                  |
| ٦  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ                                   |
| ٧  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي                         |
| ٨  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها               |
| ٩  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي |
| ١٠ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان                  |
| ١١ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف                                   |
| ١٢ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة                                     |
| ١٣ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية                                   |
| ١٤ | المراقبة والتقييم   |



٤

### المراقبة والتعليقات

ينبغي إجراء مراقبة بشكل روتيني والقيام بقياس الاستفادة والمقبولية وكذلك التغطية. لمراجعة مؤشرات العينة ذات الصلة، انظر الرابط.



١  
صناديق النفايات أو قنوات التخلص من النفايات أو طرق أخرى

- المراحيض المنزلية
- المراحيض العامة
- المراحيض المؤسسية

٢  
نقطة جمع النفايات المحددة

- يقوم عمال الصرف الصحي بخدمة نقطة جمع النفايات

٣  
نقطة التخلص من النفايات النهائية

- يقوم عمال الصرف الصحي بتنظيف نقطة جمع النفايات بانتظام ونقل النفايات إلى نقطة التخلص النهائية

٤  
نقطة التخلص من النفايات النهائية

- مدافن القمامة وحفر الدفن والمحارق وما إلى ذلك.

التفاعل مع المجتمع عند وضع حل لضمان أنه مقبول بالنسبة إلى تفصيلات التخلص من النفايات الخاصة بالسكان وأنه يلبي معيار قطاع المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والنسبة إلى السياق.

فصول أخرى ذات صلة:

- الفصل ٢ (إجراء تقييم الاحتياجات)
- الفصل ١٤ (المراقبة والتقييم)

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول تطوير حلول التخلص من النفايات وإدارتها لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، يُرجى الرجوع إلى: الفصل ٨ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها) في الدليل الكامل.



العودة إلى المحتويات



١ مقدمة



٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٣ إجراء تقييم الاحتياجات



٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال



٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومراقب الصرف الصحي



٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي



١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان



١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف



١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية



١٤ المراقبة والتقييم



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي

٩



العودة إلى المحتويات

| التثقيف الصحي الخاص بالحيض   |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>إدماج الأنشطة التعليمية للصحة الجنسية والإنجابية (SRH) للفتيات والنساء، بما في ذلك التوعية الصحية الروتينية والأنشطة القائمة على العيادات.</li><li>إدراج عامل صحي في توزيع المواد غير الغذائية (NFI) والذي يمكن أن يجيب على أسئلة الصحة المتعلقة بالحيض والتي قد تنشأ خلال أنشطة تعزيز النظافة الصحية ذات الصلة.</li><li>توفير التثقيف في المدارس ومراكز الشباب للفتيات البالغات حول بدء الحيض والحيض ومحظوراته.</li></ul> | <p>التثقيف بشأن سن البلوغ وأساسيات الدورة الشهرية</p> <p>تقديم المعلومات والشرح بشأن ممارسة إدارة الحيض الصحية</p> <p>التثقيف بشأن إزالة أي خرافات ومحظورات ثقافية ضارة</p> |

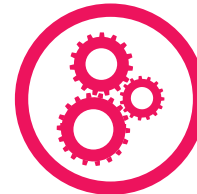
ملاحظة: وينبغي أن تتم قيادة تعزيز النظافة الصحية في فترة الحيض والتثقيف الصحي الخاص بالحيض من قِبل موظفات، كما يتعين تقديم ذلك في أماكن خاصة دون وجود رجال أو فتيان.

| تعزيز النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض  |   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>التقديم عند توزيع المواد غير الغذائية (NFI) في المدارس ومراكز الحماية والمجتمع.</li><li>تشجيع القائمين على تعزيز للنظافة الصحية للعمل بشكل وثيق مع موظفي أدوات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) لإدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).</li><li>استخدام المعلومات الخاصة بالسباق في إرسال الرسائل حول مواد إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، والتفضيلات الثقافية، وتصميم مرافق الصرف الصحي والغسل.</li></ul> | <p>التثقيف والعروض التوضيحية حول ممارسات النظافة الصحية لإدارة الحيض (التنظيف والتغيير والغسل وما إلى ذلك)</p> <p>تقديم المعلومات والشرح بشأن غسل المواد وتجفيفها</p> <p>تقديم المعلومات والشرح بشأن التخلص الصحي من مواد الحيض</p> |



## ١ التشارور والتنسيق:

- **التشارور مع الفتيات والنساء:**  
قبل تطوير أو تكيف التثقيف الصحي الخاص بالحيض ومواد تعزيز النظافة الصحية في فترة الحيض، يتعين التشارور مع الفتيات والنساء لتحديد معتقداتهن الثقافية، والفجوات المعرفية والمخاوف المتعلقة بالخصوصية المحيطة بالحيض وإدارته.



- **التنسيق مع القطاعات ذات الصلة:**  
يمكن دمج النظافة الصحية الخاصة بالحيض والتثقيف الصحي الخاص بالحيض في البرامج القطاعية القائمة، بما في ذلك التعليم والصحة والحماية.

يحتاج الموظفون العاملون في حالات الطوارئ إلى تحديد النهج المناسبة لمشاركة التثقيف الصحي الأساسي في فترة الحيض وتعزيز النظافة الصحية للحيض مع المراهقات والنساء. ومن المهم أن تؤخذ في الاعتبار المعتقدات الثقافية، والمخاوف المتعلقة بالخصوصية حول مرافق المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) وكيفية التخلص من المواد المستخدمة. وينبغي إدماج هذا التعلم السياقي في أنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي القائمة. ومن المهم الأخذ بعين الاعتبار أن بعض الفتيات والنساء ربما لم يناقشن مسألة الحيض بكل صراحة من قبل.

|    |   |
|----|---|
| ١  | مقدمة   |
| ٢  | تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)                         |
| ٣  | إجراء تقييم الاحتياجات  |
| ٤  | توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)         |
| ٥  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال                                  |
| ٦  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ                                   |
| ٧  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي                         |
| ٨  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفضلات وإدارتها                |
| ٩  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي |
| ١٠ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان                  |
| ١١ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف                                   |
| ١٢ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة                                     |
| ١٣ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية                                   |
| ١٤ | المراقبة والتقييم   |

## تطوير وتكييف مواد الإعلام والتثقيف والاتصالات (IEC) المناسبة

تطوير وتكييف مواد الإعلام والتثقيف والاتصالات (IEC) المناسبة: يمكن أن تحدد النتائج المستخلصة من المشاورات الفجوات المعرفية أو المحظورات الثقافية المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) داخل المجتمع. ويمكن إدماج هذه النتائج في أنشطة تعزيز النظافة الصحية والتربية الصحية القائمة. وتشمل الاعتبارات:

- **خلال المرحلة الحادة**، يتعين أن يرافق تطوير وتكييف مواد الإعلام والتثقيف والاتصالات (IEC) توزيع المواد غير الغذائية (NFI) ومواد ومستلزمات الحيض. ويمكن تعديلها من المواد الموجودة بالتشاور مع الموظفات أو المجموعات النسائية القائمة.
- **خلال المرحلة المزمنة**، يمكن استخدام المنهجيات التشاركية لإشراك النساء والفتيات في تطوير مواد تعليمية أو وسائل مساعدة بصرية أو دراما مجتمعية أو أفلام أكثر ملاءمة ثقافياً لطرح القضايا حول إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).



### شرح استخدام مواد الحيض هو الجوهر لتأكيد الاستخدام المناسب.

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول إدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مع أنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي، يرجى الرجوع إلى الفصل ٩ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي) في الدليل الكامل.

## المراقبة والتعليقات

الاستمرار في جمع التعليقات من الفتيات والنساء بشأن مدى ملاءمة وفائدة التثقيف الصحي في فترة الحيض وأنشطة تعزيز النظافة الصحية في فترة الحيض من خلال التشاور مع الفتيات والنساء. لمراجعة مؤشرات العينة ذات الصلة، انظر [الرابط](#).



## العودة إلى المحتويات

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفتيات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان



العودة إلى المحتويات



مقدمة



٢

تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٣

إجراء تقييم الاحتياجات



٤

توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٥

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال



٦

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



٧

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي



٨

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



٩

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي



١٠

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان



١١

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف



١٢

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



١٣

إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية



١٤

المراقبة والتقييم



## التحديد والتشاور والتنسيق:

- تحديد الفتيات والنساء من الفئات الضعيفة، الأمر الذي قد يكون صعبًا بسبب تحركاتهن المقيدة. الاستفادة من جهود المراقبة المستمرة، بما في ذلك استطلاعات الأسر المعيشية، ومراقبة ما بعد التوزيع (PDM)، وتوزيع المواد غير الغذائية (NFI) والمناقشات مع المبلغين الرئيسيين.
- التواصل مع مجموعات المجتمع المحلي (مثل منظمات المعوقين أو جمعيات الآباء للأطفال ذوي الإعاقة) أو المنظمات الدينية) يمكن أن يساعد على تحديد الفتيات والنساء من الفئات الضعيفة ورعايتهن ودعمهن في نهاية المطاف، وتحسين التغطية وتوزيع خدمات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).
- التشاور مع الفتيات والنساء من الفئات الضعيفة ومقدمي الرعاية (عند الاقتضاء) للتعلم:



- التعرف على تجاربهم والتحديات الفريدة التي تواجههم فيما يتعلق بإدارة الحيض
- الكيفية التي من خلالها يمكن للمنظمات دعم ن بشكل أفضل في معالجة احتياجات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، بما في ذلك المستلزمات، والوصول إلى مرافق المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والاحتياجات الإعلامية.

## تحديات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) التي تواجه الفتيات والنساء ذوات الإعاقات

### الإعاقات الجسدية

- قد يحتاجن إلى مساعدة في تغيير مواد الحيض وغسلها.
- قد لا تكون مرافق المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) متاحة.

### الإعاقات البصرية:

- لا يمكنهن رؤية الترسبات أو مدى الدم
- قد يحتاجن إلى مساعدة في تغيير مواد الحيض وغسلها.
- لا يمكنهن رؤية وقرأة المعلومات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).

### الإعاقات النمائية:

- قد لا يكن قدرات على التعبير عن الشعور بعدم الراحة أو الألم.
- قد يحتاجن إلى مساعدة في تغيير مواد الحيض وغسلها.
- قد يقمن بالتغيير في أماكن غير ملائمة
- قد لا يفهمن تثقيف وأنشطة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).

(WaterAid/الأمر المتعلقة بالنظافة الصحية في أثناء الحيض، ٢٠١٢)

التواصل مع مجموعات المجتمع المحلي يمكن أن يساعد على تحديد الفتيات والنساء من الفئات الضعيفة ومقدمي الرعاية الخاصين بهن.





## العودة إلى المحتويات



مقدمة



٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٣ إجراء تقييم الاحتياجات



٤ توفير المواد والمستلزمات المنطقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال



٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي



٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفضلات وإدارتها



٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتكيف الصحي



١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان



١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتكيف



١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية

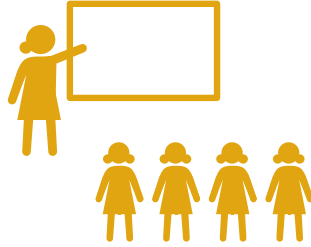


١٤ المراقبة والتقييم

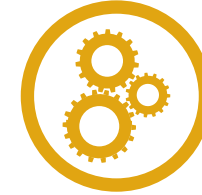


## المراقبة والتقييمات

بما أن الفتيات والنساء من الفئات الضعيفات قد لا تتم ملاحظتهن من خلال أنشطة المراقبة والتقييم الروتينية بسبب محدودية الرؤية والحركة، يجب على الموظفين أن يتابعوا معهن و/أو مقدمي الرعاية الخاصين بهن بشكل استباقي. ويمكن استخدام هذا التعلم لتحسين البرامج والدعوة إلى تلبية احتياجات الفتيات والنساء من الفئات الضعيفة (ومقدمي الرعاية الخاصين بهن) عبر المنظمات ومجموعات العمل والمنشآت الأخرى.



- تطوير المرافق التي تلبي احتياجاتهن الفريدة بشكل أفضل ويتعين أن يتم تصميمها من خلال التشاور المباشر مع الفتيات والنساء المعوقات ومقدمي الرعاية لهن.
- يمكن أن تشمل التعديلات عرض باب أكبر ومقايض أكبر ودرابزين، وزيادة المساحة في المراض (حيث يمكن لكل من الفتاة والمرأة ومقدم الرعاية الوصول إليها إذا لزم الأمر)، والكراسي أو مقاعد داخل المراض، وأرضية مقاومة للانزلاق، واستخدام المنحدرات أو الممرات المنحدرة عند المداخل.



- التنسيق مع القطاعات الأخرى، لا سيما المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والحماية، من خلال تبادل التعلم الذي تم جمعه من مشاورات المستفيدات.

٢

## تقديم مواد ومستلزمات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

قد يكون الوصول بانتظام إلى توزيع المواد غير الغذائية (NFI) المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) أو الخدمات الأخرى ذات الصلة من التحديات الرئيسية، التي تواجه الفئات الضعيفة من السكان. من المهم:

- توفير مستلزمات إضافية من المواد الصحية (فوط صحية وقطع قماش وما إلى ذلك) والصابون (الاستحمام وغسل الملابس). في بعض الحالات، يجب توفير عناصر أخرى مثل حاوية مياه إضافية أو طبقة لوقاية الأميرة.
- التأكد من أن مراكز التوزيع (أو أي الأماكن المستخدمة للتوزيع) متاحة لذوات الإعاقات الجسدية أو مناسبة ثقافيًا لكي تذهب إليها الفتيات والنساء المهمشات.

٣

## إنشاء بنية تحتية للمياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) يمكن الوصول إليها ملائمة للإناث

بما أن الفتيات والنساء ذوات الإعاقات الجسدية قد يتعذر عليهن الوصول إلى مرافق المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) بشكل مريح وصحي، ينبغي توفير الدعم والمستلزمات البديلة. وتشمل الاعتبارات:

## تقديم المعلومات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

قد يكون من الضروري تصميم التكيف المتعلق بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وتعزيز النظافة الصحية بحيث يراعي المستوى الإنمائي للفتيات والنساء من الفئات الضعيفة. فكثيرًا ما يستبعد هؤلاء السكان من الفرص التعليمية وقد يكون لديهم معرفة أقل بالحيض والبلوغ والصحة الإنجابية.

- قد تحتاج صيغ الرسائل إلى أن التكيف مع إعاقات معينة.
- قد يكون من الضروري توفير التوعية المباشرة من قبل العاملين الصحيين والعاملين في مجال النظافة الصحية لأسر المعوقين من الفتيات والنساء أو الشابات غير الملتحقات بالمدارس.
- يتعين إشراك مقدمي الرعاية للفتيات والنساء ذوات الإعاقات العقلية أو الجسدية الذين قد يعتمدون عليهم من أجل إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). وينبغي تقديم التعليم مباشرة إلى مقدمي الرعاية بشأن الكيفية التي يمكنهم بها تقديم الدعم بشكل آمن وحساس لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM).

**التأكد من أن توزيعات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) يمكن الوصول إليها ومناسبة ثقافيًا للنساء المعوقات أو المهمشات لكي تذهب إليها.**

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول تطوير إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان، يُرجى الرجوع إلى الفصل ١٠ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان) في الدليل الكامل.



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف

١١



العودة إلى  
المحتويات



مقدمة



٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٣ إجراء تقييم الاحتياجات



٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنقل



٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ



٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي



٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها



٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي



١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان



١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف



١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة



١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية



١٤ المراقبة والتقييم

٢٦

في العديد من المناطق التي تفتقر إلى الموارد، يمكن للحيض أن يؤثر سلباً على تعليم الفتيات. وينطبق ذلك على وجه الخصوص في حالات الطوارئ، حيث يوجد نقص في المراحيض الخاصة والأمنه ومواد ومستلزمات الحيض ومعلومات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (بما في ذلك بدء المحيض)، وهو الأمر الذي يمكن أن يؤثر سلباً على قدرة الفتاة على المشاركة في المدرسة.

١

## التشاور والتعاون

• **التشاور مع الفتيات والمعلمات.** قبل البدء في استجابة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، يتعين التشاور مباشرة مع الطالبات المراهقات والمعلمات بشأن احتياجات وتحديات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). وسيقدم التشاور مع الفتيات الاطلاع على أنواع الفوط الصحية لتوفيرها (على سبيل المثال، الفوط الصحية القابلة للاستخدام لمرة واحدة والفوط الصحية القابلة لإعادة الاستخدام أو قطع القماش).

• **التنسيق مع الجهات الفاعلة في قطاع المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH)** فيما يتعلق بتصميم وبناء المراحيض وأنشطة المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) في المدارس (بما في ذلك تعزيز النظافة الصحية).

**يجب على المراحيض المدرسية تعزيز خصوصية الطالبات والموظفات والحفاظ على كرامتهن وأمنهن.**

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول إدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مع أماكن التثقيف، يُرجى الرجوع إلى الفصل ١١ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف) في الدليل الكامل.

٢

## التأكد من توفير المراحيض الملائمة للإناث

يجب على مرافق الصرف الصحي المدرسية تعزيز خصوصية الطالبات والموظفات والحفاظ على كرامتهن وأمنهن. انظر الرابط للحصول على مثال لمرحاض ملائم للإناث.

٣

## توفير مواد الحيض في حالات الطوارئ

ينبغي توفير احتياطي طارئ (مثل الفوط الصحية والملابس الداخلية) للفتيات اللواتي يفتقرن إلى المستلزمات أو غير المستعدات لفترة الحيض في أثناء المدرسة.

• ينبغي أن يشارك المجتمع المدرسي بأفضل الطرق للتأكد من أن الفوط الصحية يتم الاحتفاظ بها للفتيات وعدم التخلي عنها أو بيعها، وأن الفتيات يشعرن بالراحة في طلب المواد عند الحاجة. على سبيل المثال، قد تحتاج المعلمات إلى المستلزمات أيضاً.

• كما هو الحال مع الطالبات، قد تحتاج جميع المعلمات والموظفات بالمدرسة إلى مواد الحيض من أجل التمكن من التدريس الفعال طوال اليوم الدراسي دون مخاوف من التسرب.

٤

## تقديم المعلومات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)

وينبغي توفير تعزيز النظافة الصحية في فترة الحيض والتثقيف الصحي الخاص بالحيض للطالبات من قبل مُيسرة ويتم إجراء ذلك في أماكن آمنة وخاصة.

• إيلاء الاهتمام للمعتقدات المحلية والفهم لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (الذي تم التعرف عليهم من خلال التشاور مع الفتيات)، بما في المحظورات المحيطة بالحيض.

• في حالة عدم توفر معلمات، يمكن لعامل صحي أو موظف حماية أو امرأة موثوق بها في المجتمع أن يقود الجلسات.

٥

## المراقبة والتعليقات

ويمكن الاستفادة من التعليقات التي تم الحصول عليها من الطالبات والمعلمات لمراقبة الوصول إلى المرافق وتوافر المواد وتوفير المعلومات. ويمكن دعم ذلك بالمراقبة المباشرة للمرافق ومراجعة وثائق التتبع. لمراجعة مؤشرات العينة ذات الصلة.

فصول أخرى ذات صلة:

- الفصل ٢ (إجراء تقييم الاحتياجات)
- الفصل ٣ (تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM))



العودة إلى  
المحتويات

|    |  |
|----|--|
| ١  | مقدمة  |
| ٢  | تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)                        |
| ٣  | إجراء تقييم الاحتياجات   |
| ٤  | توفير المواد والمستلزمات المنطة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)          |
| ٥  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال                                 |
| ٦  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ                                  |
| ٧  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ودمراق الصرف الصحي                        |
| ٨  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها              |
| ٩  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي |
| ١٠ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان                 |
| ١١ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف                                  |
| ١٢ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة                                    |
| ١٣ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية                                  |
| ١٤ | المراقبة والتقييم  |

٤

### إدماج الصحة المتعلقة بالحيض في أنشطة التثقيف الصحي:

- يمكن للمعلمين الصحيين الذين يجرون الدورات في مناطق الانتظار بالمرق أو في أثناء أنشطة التثقيف المنتظمة أن يدمجوا إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في الدورات التعليمية القائمة. تشمل الاعتبارات الرئيسية ما يلي:
- يجب أن يتم تجميع النساء والفتيات بشكل خاص للحصول على التثقيف بشأن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (على سبيل المثال، الدروس و مواد الإعلام والتثقيف والاتصالات (IEC))
- يمكن أن يخلق التعاون مع القطاعات الأخرى فرصًا أو أماكن إضافية للتثقيف الصحي بشأن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)، مثل توزيع المواد غير الغذائية (NFI) والمجموعات النسائية ومراكز الشباب والمدارس.
- يتعين أن يكن الفتيات اللاتي يقتربن من بدء المحيض من قطاع السكان الرئيسي المستهدف للحصول على التثقيف الصحي بشأن الحيض.

٥

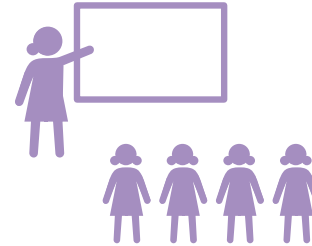
### المراقبة والتعليقات

- ويمكن أن يحدث ذلك من خلال التشاور مع الفتيات والنساء، والملاحظة المباشرة للمراحيض (وأماكن الاستحمام) ومراجعة سجلات تتبع المستلزمات. لمراجعة مؤشرات العينة ذات الصلة، انظر الرابط.

٣

### توفير مخزون من مواد الحيض في حالات الطوارئ:

- ينبغي أن يحتفظ المرفق الصحي بمخزون من المواد الخاصة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مخصص لحالات الطوارئ (على سبيل المثال، الفوط الصحية، والملابس الداخلية) والتي تكون مناسبة للسياق المحلي. يتعين توفير المواد ل:
- الفتيات والنساء اللواتي ينتظرن الخدمات واللاتي قد لا يكن مستعدات لفترة الحيض.
- الفتيات والنساء اللاتي لديهن مؤشرات سريرية معينة قد تتطلب مواد إضافية لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) (على سبيل المثال، النزيف بعد الولادة، أو النزيف الاختراقي المرتبط بوسائل منع الحمل، أو نزيف ما بعد الإجهاض أو السلس).



١

### التشاور والتعاون

- التشاور مع الفتيات والنساء لتحديد التحديات المحيطة بالحيض.
- التنسيق مع الجهات الفاعلة في قطاع المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) بخصوص توفير مراحيض ملائمة للإناث والتخلص من نفايات الحيض وتعزيز النظافة الصحية في فترة الحيض.

٢

### ضمان الوصول إلى المراحيض الملائمة للإناث (وعند الضرورة، أماكن الاستحمام) في المرافق الصحية

- قد تقضي الفتيات والنساء ساعات طويلة في الانتظار أو قد يكن مريضات بمستشفى، وبالتالي يحتجن إلى الوصول إلى المراحيض الملائمة للإناث. وبالإضافة إلى ذلك، فإن توفير مراحيض ملائمة للموظفين يُمكن العاملات في مجال الصحة من إدارة حيضهن بسهولة أكبر خلال يوم العمل. انظر الرسم التوضيحي لمراحيض ملائم للإناث في الصفحة ١٩.

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول إدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مع المرافق الصحية، يُرجى الرجوع إلى: الفصل ١٢: (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة) في الدليل الكامل.

فصول أخرى ذات صلة:

- الفصل ٢ (إجراء تقييم الاحتياجات)
- الفصل ٣ (تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM))



# إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية

١٣



العودة إلى  
المحتويات



وكتيلاً ما تكون الأماكن الوقائية في حالات الطوارئ هي أكثر نقاط الدخول أماناً للنساء والفتيات للوصول إلى بعض أنواع الخدمات والمعلومات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). كما يمكن أن يؤثر الحيض على قدرة النساء والفتيات على التحرك بشكل مريح في إطار الطوارئ، مثل قدرتهن على الوصول إلى الموارد والبرامج الداعمة. ويمكن أن يشمل ذلك الخدمات المتاحة من خلال الأماكن الآمنة للنساء، والأماكن الملائمة للأطفال (CFS) ومراكز الشباب.

١

## التشاور والتعاون

• **التشاور مع الفتيات والنساء:** ينبغي إجراء تشاور موجز قبل البدء بأي أنشطة من أنشطة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM). ويتعين التشاور مع الفتيات والنساء بشكل منفصل لتعزيز راحتهم.

• **التنسيق:** بما أن الفتيات والنساء قد يكن أكثر راحة في مناقشة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في أماكن الحماية، من الضروري أن تعمل الجهات الفاعلة في مجال الحماية كحماة. ويشمل ذلك مشاركة هذه المخاوف مع القطاعات ذات الصلة، مثل المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والتعليم، والمواد غير الغذائية (NFI).



٢

## التأكد من توفير المراحيض الملائمة للإناث في المرافق

ومن خلال التعاون مع الجهات الفاعلة في قطاع المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH)، يمكن التأكد من أن مرافق المراحيض التي تم تصميمها وبنائها في الأماكن الملائمة للأطفال (CFS) أو مراكز الشباب أو الأماكن الآمنة المخصصة للنساء تتضمن تدابير ملائمة للإناث. وبالإضافة إلى ذلك، فإن توفير مرافق ملائمة للموظفين يُمكن العاملات في مجال الحماية من إدارة حيضهن بسهولة أكبر خلال يوم العمل. يُرجى الرجوع إلى الصفحة ١٩ للحصول على مثال تصميم مرافق ملائم للإناث.

٣

## توفير مخزون من مواد الحيض في حالات الطوارئ:

الحفاظ على مخزونات الطوارئ من مواد الحيض (بما في ذلك الملابس الداخلية) للفتيات والنساء اللاتي لا يمكنهن الوصول إلى المستلزمات أو غير المستعدات لفترة الحيض أثناء زيارة الأماكن. ويمكن أيضاً الاستفادة من الأماكن الملائمة للأطفال (CFS) ومراكز الشباب والأماكن الآمنة المخصصة للنساء لتوزيع وتوضيح المواد والمستلزمات الخاصة بالنساء والأطفال لا سيما عند استهداف الفئات الضعيفة من السكان (مثل المراهقات).

٤

## توفير تعزيز النظافة الصحية في أثناء الحيض والتثقيف الصحي

- يمكن أن تكون أماكن الحماية بمثابة أماكن مفيدة لتوفير المعلومات الأساسية عن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وتعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي للنساء والفتيات.
- ينبغي إجراء جميع الجلسات في مكان آمن وخاص (مع عدم وجود رجال أو أولاد)
- استكشاف ما إذا كان ينبغي إجراء جلسات منفصلة أو في الوقت ذاته مع المراهقات والنساء.
- وفي حالة عدم توافر الموظفين، يجب الترتيب لعامل الرعاية الصحية أو المروج للنظافة الصحية لتوفير هذه التعليمات للنساء والفتيات في المكان الوقائي.

٥

## المراقبة والتعليقات

ويمكن أن يحدث ذلك من خلال التشاور مع الفتيات والنساء، والملاحظة المباشرة للمراحيض ومراجعة سجلات تتبع المستلزمات. لمراجعة مؤشرات العينة ذات الصلة، يُرجى الرجوع إلى الصفحة ٢٧.

فصول أخرى ذات صلة:

- الفصل ٢ (إجراء تقييم الاحتياجات)
- الفصل ٣ (تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM))

للحصول على إرشادات أكثر شمولاً حول إدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) داخل الأماكن الوقائية، يُرجى الرجوع إلى: الفصل ١٣ (إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية) في الدليل الكامل

# المراقبة والتقييم الخاصان بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)



## المراقبة والتقييم الخاصان بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة



العودة إلى المحتويات

|    |  |
|----|--|
| ١  | مقدمة  |
| ٢  | تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)                        |
| ٣  | إجراء تقييم الاحتياجات   |
| ٤  | توفير المواد والمستلزمات المنطقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)         |
| ٥  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال                                 |
| ٦  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ                                  |
| ٧  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي                        |
| ٨  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من الفضلات وإدارتها               |
| ٩  | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتقييم الصحي |
| ١٠ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والفئات الضعيفة من السكان                 |
| ١١ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتقييم                                  |
| ١٢ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة                                    |
| ١٣ | إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية                                  |
| ١٤ | المراقبة والتقييم  |

٢

### أنواع الطرق

ينبغي أن تستخدم خطة المراقبة والتقييم (M&E) مجموعة من طرق التقييم النوعي والكمي.

#### الطرق النوعية

بعيداً عن تقدير الاحتياجات، يمكن استخدام الطرق النوعية لجمع تعليقات مستمرة من الفتيات والنساء حول تصوراتهن عن الاستجابة والتحديات والعوائق والفرص المتاحة للتحسين.

#### الطرق الكمية

ينبغي أن تدمج الأسئلة المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في أنشطة المراقبة والتقييم (M&E) القائمة أو أن تُقدم كنشاط جديد إذا لزم الأمر. ويمكن أن يوفر ذلك تعليماً صريحاً عن كمية أنشطة الاستجابة ونوعيتها ومدى وصولها.

- هل تشعر الفتيات والنساء بالأمان والراحة في غسل مواد الحيض القابلة لإعادة الاستخدام الخاصة بهن في مرافق الغسل أو منازلهن/ملاجئهن القائمة؟ (لم أو لم لا؟)
- كيف تقوم الفتيات والنساء بتجفيف مواد الحيض القابلة لإعادة الاستخدام؟
- كيف تقوم الفتيات والنساء بالتخلص من مواد النظافة الصحية الخاصة بالحيض المستخدمة؟
- أين يتم تقديم التقييم بشأن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) للفتيات والنساء؟ هل كانت المعلومات المقدمة مفيدة لهن؟ ما الطرق التي يمكن من خلالها تحسينها؟



لضمان تصميم برامج المراقبة والتقييم على نحو سليم واستدامتها وتحسينها، ينبغي إجراء المراقبة والتقييم المنتظم والمستمر. وينبغي إدماج المراقبة والتقييم (M&E) الخاصين بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في أنشطة المراقبة والتقييم (M&E) الجارية كلما كان ذلك ممكناً.

١

### مناطق تعليم المراقبة والتقييم (M&E) الرئيسية:

- هل كانت النهج المستخدمة لتوزيع وتوضيح استخدام مواد ومستلزمات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) فعالة في الوصول إلى جميع الفتيات والنساء؟ (لم أو لم لا؟)
- هل كانت مواد النظافة الصحية الخاصة بالحيض مقبولة من حيث التصميم وكافية من حيث الكمية؟
- هل يمكن لجميع الفتيات الوصول إلى المرافق المناسبة لإدارة حيضهن (المرحاض، مكان الاستحمام أو مكان في منزلهن)؟
- هل تشعر الفتيات والنساء بالأمان والراحة في إدارة حيضهن في مرافق الصرف الصحي أو مرافق الاستحمام المتوفرة لديهن؟ (لم أو لم لا؟)



| طرق التقييم                      |  |
|----------------------------------|--|
| <b>التشاركية في رسم الخرائط</b>  | الطريقة التشاركية هي التي تقوم فيها مجموعات صغيرة من المشاركين برسم خرائط لمجتمعاتهم (بما في ذلك مرافق الصرف الصحي والغسل) ورسم الأماكن التي يشعرون ولا يشعرون فيها بالأمان على الخرائط. ويتم إجراء مناقشة مباشرة بعد فترة قصيرة من الرسم، حيث يشرح المشاركون الأساس المنطقي للأمان لكل خريطة من خرائطهم.  |
| <b>القائمة المرجعية للمراقبة</b> | طريقة سريعة لتقييم السياق الظرفي أو ما إذا كانت مكونات مختلفة من استجابة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) قد تم تنفيذها أو الحفاظ عليها مع مرور الوقت. <ul style="list-style-type: none"> <li>إضافة أسئلة بالقائمة المرجعية تركز على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) إلى القوائم المرجعية للمراقبة والتقييم (M&amp;E) القائمة والتي تستخدمها مختلف القطاعات (مثل المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والتعليم وما إلى ذلك).</li> <li>استخدام قوائم المراقبة في مراحل مختلفة من الاستجابة، بما في ذلك في بداية حالة الطوارئ لتقييم الوضع أو القدرة، ثم في وقت لاحق خلال أنشطة المراقبة والتقييم (M&amp;E) الروتينية.</li> </ul>   |
| <b>الاستطلاعات</b>               | طريقة لتقييم البرامج، بما في ذلك استطلاعات مراقبة ما بعد التوزيع (PDM) أو المعرفة والسلوك والممارسات (KAP). ويمكن إضافة عدد قليل من الأسئلة الأساسية التي تركز على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) إلى أدوات استطلاع القطاعات القائمة. <p>تشمل الاعتبارات الرئيسية ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>النظر فيما إذا كانت ثقافة السكان منفتحة بما فيه الكفاية على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) بحيث ستكون الأجوبة واقعية وغير متحيزة أم لا.</li> <li>عند تدريب جامعي البيانات، يتعين توعية كل من الرجال والنساء حول كيفية طرح الأسئلة التي تتعلق بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM). ومع ذلك، فمن المفضل دائماً للإثبات أن يطرح جميع الأسئلة التي تتعلق بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) في أثناء أنشطة الاستطلاع.</li> <li>النظر فيما إذا كان المكان الذي تجري فيه عملية الاستطلاع يوفر الخصوصية الكافية للحصول على المعلومات المطلوبة أم لا.</li> </ul> |

ويمكن استخدام مجموعة من الطرق (غالبًا في توليفة) لإبلاغ عن استجابة متعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) أو تحسينها. يُرجى الاطلاع على ملخص للطرق الرئيسية أدناه:

| طرق التقييم                       |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>مناقشات جماعية مركزة (FGD)</b> | تعتبر المناقشات الجماعية المركزة (FGD) طريقة مثالية لمناقشة الموضوعات الحساسة مثل، إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM). تشمل الاعتبارات الرئيسية ما يلي: <ul style="list-style-type: none"> <li>جمع مجموعات مؤلفة من ٨ إلى ١٠ مشاركات في مكان آمن وخاص.</li> <li>التقديم (إذا كان الأمر مناسبًا ثقافيًا) لفئات عمرية مقسمة (على سبيل المثال، الفتيات من ١٢ إلى ١٨ عامًا) والنساء (من ١٩ إلى ٤٥ عامًا). قد تكون هناك حاجة إلى مزيد من التقسيم.</li> <li>يجب على الموظفين إجراء مناقشات جماعية مركزة (FGD) مع مشاركة شخص من السياق المحلي في مكان آمن وخاص.</li> <li>استخدام العينات العمدية أو العينات الانتقائية خلال المرحلة الحادة. وينبغي أن تمثل معايير الاختيار كلاً من المعيار (متوسط الاستجابة) والحالات الأكثر ضعفاً (أي المراهقات والمعوقات والفقراء). ومع استقرار الظروف، يمكن استخدام العينات الاحتمالية.</li> </ul>   |
| <b>المقابلات الفردية</b>          | <b>المقابلات مع مبنغي المعلومات الرئيسيين:</b> يتم إجراؤها مع أفراد، مثل عضوات لجنة المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) أو الموظفين الذين يعملون على نطاق واسع مع النساء والفتيات في المجتمع، وقد يكون لديهم نظرة ثاقبة في القضايا التي يواجهها المجتمع. <p><b>المقابلات شبه المنظمة:</b> يتم إجراؤها مع عدد مختار من المراهقات والنساء اللاتي قد لا يشعرن بالراحة عند مناقشة إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) في مجموعات، أو اللاتي قد يكن قادرات على توفير نظرة أعمق في مكان خاص.</p> <p>تشمل الاعتبارات الرئيسية ما يلي:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>يتم إجراؤها مع أفراد رئيسيين مثل، عضوات لجنة المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) وعدد مختار من الفتيات والنساء من السكان المستهدفين.</li> <li>إجراء ما يكفي من المقابلات لضمان جمع مجموعة من وجهات النظر (لا سيما إذا لم يتم استخدام طرق تقييم أخرى).</li> <li>يجب على الموظفين إجراء المقابلات مع مشاركة شخص من السياق المحلي في مكان آمن وخاص.</li> </ul> |
| <b>مخططات الجيب أو التصويت</b>    | طريقة تشاركية لتقييم تفضيلات الأشخاص في شكل خاص وتفاعلي حيث يطلب من الأفراد "التصويت" بدون اسم. وغالبًا ما يستخدم هذا بالاشتراك مع المناقشات الجماعية المركزة (FGD). عند الإمكان، يمكن استخدام الصور أو الرسومات لوصف نشاط أو عنصر. وتعتبر هذه التقنية مفيدة بالنسبة إلى الموضوعات الحساسة المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) والمياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH).   |



العودة إلى المحتويات

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) والتنقل
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) والملاجئ
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) ومرافق الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) والتثقيف
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم

الموارد الإضافية: يمكن الاطلاع على مزيد من المعلومات والأدوات الشاملة لطرق التقييم في الدليل الكامل. وتم تضمين ذلك في الفصل ١٤: المراقبة والتقييم الخاصان بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحوض (MHM)



## العودة إلى المحتويات

- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المنقطة بادرارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملابس
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومرافق الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ونشطة تعزيز النظافة الصحية والتنظيف الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وفئات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتنظيف
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم

١١. منظمة أوكسفام ببريطانيا العظمى (Oxfam GB). (٢٠١١). احتياجات النساء الخاصة بالنظافة الصحية في أثناء الحيض في حالات الطوارئ. لندن. تمت الاستعادة

<http://policy-practice.oxfam.org.uk/publications/womens-menstrual-hygiene-needs-in-emergencies-298990>

١٢. إنقاذ الأطفال (Save the Children). (٢٠١٥). المبادئ التوجيهية التشغيلية لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض.

تمت الاستعادة من [http://www.savethechildren.org/atf/cf/%7B9def2ebe-10ae-432c-9bd0-df91d2eba74a%7D/MENSTRUAL\\_HYGIENE\\_MANAGEMENT\\_OPERATIONAL\\_GUIDELINES.PDF](http://www.savethechildren.org/atf/cf/%7B9def2ebe-10ae-432c-9bd0-df91d2eba74a%7D/MENSTRUAL_HYGIENE_MANAGEMENT_OPERATIONAL_GUIDELINES.PDF)

١٣. House, S. و Ferron, S. و Cavill, S. و Sommer, M. (٢٠١٤). العنف والجنس والمياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH): جعل المياه والصرف الصحي والنظافة أكثر أماناً من خلال تحسين البرامج والخدمات (مجموعة أدوات الممارس). لندن: WaterAid. تمت الاستعادة من:

<http://violence-wash.lboro.ac.uk>

١٤. Clatworthy, D. و Schmitt, M. L. و Sommer, M. و Ratnayake, G. و Wheeler, E. و Bramucci, G. و R (٢٠١٦). ما نطاق معالجة إدارة النظافة الصحية في أثناء الحيض في حالات الطوارئ الإنسانية المعقدة؟ مراجعة شاملة.

Waterlines, ٣٥(٣), ٢٤٥-٢٦٤. تمت الاستعادة من <http://dx.doi.org/10.3362/1756-3488.2016.024>

١٥. Yamakoshi, B. و Tucker, M. (٢٠١٧). حلقات دراسية شبكية لإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) للفتيات الموقفات. مدينة نيويورك: منظمة الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF).

[https://watsanmissionassistant.wikispaces.com/file/view/IFRC+MHM+Kits+for+Emergencies+Case+Study\\_Final.pdf](https://watsanmissionassistant.wikispaces.com/file/view/IFRC+MHM+Kits+for+Emergencies+Case+Study_Final.pdf)

١٧. الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC). (٢٠١٣). البحوث التشغيلية حول مجموعة أدوات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) لحالات الطوارئ.

Bwagiriza. تمت الاستعادة من: <http://www.elrha.org/researchdatabase/final-report-operational-research-menstrual-hygiene-management-kit-emergencies/>

١٨. فريق العمل المعني بالشؤون الجنسية بالشبكة المشتركة بين الوكالات المعنية بالتنظيف في حالات الطوارئ (INEE). (بدون تاريخ). الصرف الصحي والصحة والنظافة الصحية في المدارس التي تراعي شعور الجنسين. مدينة نيويورك: الشبكة المشتركة بين الوكالات المعنية بالتنظيف في حالات الطوارئ (INEE).

تمت الاستعادة من <http://toolkit.ineesite.org/toolkit/> INEEcms/uploads/1042/Gender\_Strategies\_in\_Emergencies.PDF

١٩. House, S. و Raza, S. و Lal, S. و Nawaz, J. (٢٠٠٦). مرادحيض ووحدة استحمام وحيض تم فحصها للاستجابة للزلازل في المنطقة الشمالية الغربية، باكستان (الصفحات من ٥١٤ إلى ٥١٧). كولومبو: المؤتمر الدولي الثاني والثلاثون (٣٢) للمياه والهندسة ومركز التنمية (WEDC). تمت الاستعادة من:

<http://wedc.lboro.ac.uk/resources/conference/32/Nawaz.pdf>

١٠. منظمة أوكسفام ببريطانيا العظمى (Oxfam GB). (٢٠٠٨). الضعف والاعتبارات الاجتماعية والثقافية للصحة العامة والمحددات البيئية والاجتماعية للصحة في حالات الطوارئ (المجلد ٢). لندن.

تمت الاستعادة من <http://policy-practice.oxfam.org.uk/publications/vulnerability-and-socio-cultural-considerations-for-phe-in-emergencies-126713>

١. L., Murphy, E. و Dunn, J., Gregory و Bishop, E. و Romero-Amaya, D. و Spector, A. (٢٠١٤). توزيع مجموعة الأدوات الصحية مع برامج تنقيف المجلس النرويجي للاجئين (NRC): دعم تنقيف الفتيات في إثيوبيا وكينيا والصومال وجنوب السودان. مدينة نيويورك.

٢. Hayden, T. (٢٠١٢). إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض في حالات الطوارئ: تقييم الدعم المقدم من منظمة الأمم المتحدة للطفولة (UNICEF) والشركاء. مدينة نيويورك. تمت الاستعادة من: [https://www.unicef.org/wash/schools/files/MHM\\_in\\_Emergencies-vConf.pdf](https://www.unicef.org/wash/schools/files/MHM_in_Emergencies-vConf.pdf)

٣. House, S. و Mahon, T. و Cavil, S. (٢٠١٢). الأمور المتعلقة بالنظافة الصحية في أثناء الحيض: مورد لتحسين النظافة الصحية في أثناء الحيض في جميع أنحاء العالم. (الطبعة الأولى). لندن: WaterAid. تمت الاستعادة من: <http://www.wateraid.org/what-we-do/our-approach/research-and-publications/view-publication?id=02309d73-8e41-4d04-b2ef-6641f6616a4f>

٤. House (٢٠١٦). اعتبارات لاختيار الحماية الصحية ومواد سلس البول لسيارات اللاجئين من قبل S. UNHCR: جنيف. تمت الاستعادة من: <http://wash.unhcr.org/download/considerations-for-selecting-sanitary-protection-and-incontinence-materials-for-refugee-contexts/>

٥. House, S. (٢٠١٣). تقرير الدورة التدريبية: تدريب المتدربين (TOT) على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ للمدربين الخاصين بالمياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) في حالات الطوارئ. (أبريل)، من ١ إلى ٢١.

٦. الاتحاد الدولي لجمعيات الصليب الأحمر والهلال الأحمر (IFRC) (٢٠١٣). النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض: ما الاضطراب؟ تجربة مجموعة أدوات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ في مخيم Bwagiriza للاجئين بيوروندي. جنيف. تمت الاستعادة من:



- ١ مقدمة
- ٢ تدريب الموظفين على إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٣ إجراء تقييم الاحتياجات
- ٤ توفير المواد والمستلزمات المتعلقة بإدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)
- ٥ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والانتقال
- ٦ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والملاجئ
- ٧ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) ومراقب الصرف الصحي
- ٨ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتخلص من النفايات وإدارتها
- ٩ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) وأنشطة تعزيز النظافة الصحية والتثقيف الصحي
- ١٠ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) واللغات الضعيفة من السكان
- ١١ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والتثقيف
- ١٢ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والصحة
- ١٣ إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) والحماية
- ١٤ المراقبة والتقييم

قد استفاد هذا المنشور من الخبرات القيمة والطاقة من مجموعة واسعة من الجهات الفاعلة والباحثين في المجال الإنساني. وجاء تطوير مجموعة الأدوات من شراكة قوية بين لجنة الإنقاذ الدولية (IRC) ومدرسة ميلمان للصحة العامة بجامعة كولومبيا (CU) قائمة على التمويل من برنامج البحث من أجل الصحة في الأزمات الإنسانية (R2HC). الطبيب. Marni Sommer (CU) و Margaret Schmitt (CU) و David Clatworthy (IRC) و Erin Wheeler (IRC) و Ruwan Ratnayake (IRC) في تأليف المبادئ التوجيهية مع مدخلات في نهج البحث والمراقبة والتقييم من ديناميكي من المؤسستين دعمًا حاسمًا في جميع مراحل عملية البحث والتطوير، بما في ذلك: Nicole Klaesener- و Penninah Mathenge (IRC) و Elisabeth Roesch و Gina Bramucci (IRC) و Metzner (IRC) و Samantha Khandakji (CU) و Mobolaji Ibitoye (CU) و Grace Lee (CU) و

وقد أمكن الاضطلاع بالأنشطة البحثية والتجريبية من خلال الوقت والدعم من جانب الموظفين والقادة من المكاتب القطرية التابعة للجنة الإنقاذ الدولية (IRC) في ميانمار ولبنان وتنزانيا. ونود أن نشكر جميع المراقبات والنساء من كل من لبنان وميانمار وتنزانيا واللاتي كن على استعداد لمناقشة علنية لهذا الموضوع الحساس وتبادل الأفكار الشخصية والتشاور معنا. ونود أيضًا أن نشكر العديد من موظفي الشؤون الإنسانية من كل من هذه السياقات (غير عدة منظمات) والذين قدموا بسخاء وقتهم وأدلو بتعليقاتهم الصادقة على الرغم من الجدول الزمني التي تتطلبها. ونود بصفة خاصة أن نعرب عن امتناننا لمكتب تنزانيا الوطني المسؤول عن تجريب مجموعة الأدوات، بما في ذلك Paul و Giorgio Faedo و Timothy Mwebe. ولم يكن بالإمكان إجراء هذه التجربة، التي أتاحت قدرًا كبيرًا من التعلم والقيمة لمجموعة الأدوات والمنتجات البحثية النهائية، دون الجهود الدؤوبة التي بذلها فريق إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) الرائد، ولا سيما المنسق الرائد Tom Ogello ومسؤول البرامج Magdalena Mark.

شكر خاص لجميع المنظمات والموظفين في تنزانيا التي دعمت التجربة وجهود التقييم، بما في ذلك Majaliwa Mabula و Burton Twisa (UNICEF) و (TWESA)، و Noreen Omondi (DRC) و Christina Msonge و Justine Luinael (IRC) و Subira Lendaiga (IRC) و Hashim Hatibu (Oxfam) و Florence Uwineza (Oxfam) و Heri Ntoke (IRC) و Yuseph و Violeth Chihimba (PLAN) و Bahayuri (خدمات اللاجئين المسيحيين في تنجانيقا (Tanganyika) و Christian Refugee Service (TCRS) و Sam Nkola (IRC) و Frank Bigira Kaliyo (IRC) و Jonia Karuruma (IRC) و Conchesta Vedasto (TCRS) و Simon Peche (UNHCR).

وفي عام ٢٠١٦، نُظمت حلقة عمل في نيويورك مع مجموعة من الممارسين الإنسانيين العالميين عبر القطاعات الذين قدموا تعليقات وتقييمات مهمة بشأن مشروع الوثيقة. نود أن نقدم شكرًا خاصًا لهؤلاء الأفراد بما في ذلك: Sarah House (مستقلة)، و Chelsea Giles-Hensen (IFRC) و Henia Daddak (UNFPA) و Benedicte Hafskjold (NCA) و Sandra Krause (WRC) و Jenn Schlecht (WRC) و Vinay و Sadavarte (IFRC) و Jamal Shah (UNICEF) و Michelle و Francesca Rivelli (UNFPA) و Farrington (Oxfam) و Jacquelyn Haver (Save the Children) و Peuschel (Save the Children) و Marjolein و Claudia Perlongo (UNHCR) و the Children) و Roelandt (UNHCR) و Devanna De La Puerte (UN) و Biserka Pop-Stefanija (MSF-B) و Meghan Greeley (IMC) و Jessica Hjarrand (INEE) و Deborah Nicol (IRC) و Patricia و Gray (IRC).

ونود أيضًا أن نشكر الممارسين والمرجعيين الأقران بما في ذلك: Murray Burt (UNHCR) و Dominique Porteaud (UNICEF) و Nicholas Brookes و Colin Rogers (Plan International) و Melissa Opryszko و Janet Meyers (IMC) و (CARE)، و (USAID)، و May Maloney (IFRC) و Danielle Spencer و Libertad Gonzalez و Pema Lhaki (NFCC-Nepal) و Helen Hawkings و Anushka Kalyanpur (IMC) و Kate و Marion O'Reilly (Oxfam) و Brian Kae و Osama Abu Eita (UNFPA) و Brogan (IMC) و Therese Mahon و Enriquez (Philippines Red Cross) و Bibi Lamond و Brooke Yamakoshi (UNICEF) و Lara Quarterman (DFID) و Alisa Phillips (WRC) و Crystal Stewart (IRC) و James Robertson (UNICEF) و Nicolas و Anna Reichenberg (IOM) و Boram Lee (WRC) و Tom Wildman (USAID) و Villeminot (ACF).

نتوجه بخالص امتناننا إلى Adam Cohen لتصميم وتخطيط أدوات إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ.

وأخيرًا، نود أن نعرب عن شكرنا الاستثنائي لرواد "إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM)" حول العالم الذين يههون الطريق لهذا الموضوع منذ سنوات عديدة، والذين جعلت إسهاماتهم في المضي قدمًا في تنفيذ هذا البرنامج من تطوير هذه الأدوات أمرًا ممكنًا.





# مجموعة أدوات لإدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) مع الاستجابة الإنسانية

David Clatworthy و Margaret Schmitt و Marni Sommer

يقدم هذا المورد المشترك بين القطاعات عن إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في حالات الطوارئ:

- التوجيه الاستراتيجي بشأن أفضل الممارسات واعتبارات التصميم من أجل إدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في أنشطة الاستجابة.
  - أسئلة تقييم رئيسية ودراسات الحالات وأدوات تدريب الموظفين والموارد الإضافية اللازمة لاستخدام إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في التخطيط وتقديم الخدمات.
  - مدخلات التقييم ومؤشرات العينة لضمان إدماج إدارة النظافة الصحية في أثناء فترة الحيض (MHM) في نظم المراقبة التعليقات القائمة.
- وقد صُممت مجموعة الأدوات لدعم مجموعة من الجهات الفاعلة في المجال الإنساني المشاركة في تخطيط وتنفيذ الاستجابات لحالات الطوارئ من مجموعة متنوعة من القطاعات. ويشمل ذلك الجهات الفاعلة من قطاعات المياه والصرف الصحي والنظافة الصحية (WASH) والصحة والتعليم والحماية وإدارة التنسيق بين المخيمات (CCCM) والمواد غير الغذائية (NFI) والملاجئ.

