

English	عربية / Arabic
<p>Fibroids</p> <p>Fibroids are non-cancerous growths that develop in the muscular wall of the womb (uterus).</p> <p>These growths are made up of muscle and tissue and can be different sizes. Some can be the size of a pea, others can be the size of a melon. They're sometimes known as uterine myomas or leiomyomas.</p> <p>Fibroids are common. Around 1 in 3 people who menstruate develop them at some point in their life. They're more common as you get older.</p>	<p>الأورام الليفية</p> <p>الأورام الليفية هي زوائد غير سرطانية تظهر في جدار الرحم العضلي.</p> <p>تتكون هذه الزوائد من عضلات وأنسجة ويمكن أن تكون بأحجام مختلفة. يمكن أن يكون حجم بعضها بحجم حبة البازلاء بينما بعضها الآخر يمكن أن يكون بحجم البطيخة. تُعرف في بعض الأحيان باسم العضلوم الرحمي أو الورم العضلي الأملس.</p> <p>تعتبر الأورام الليفية شائعة. تُصاب حوالي 1 من كل 3 فتيات/نساء ممن يحضن به في مرحلة ما من حياتهن. وتصبح أكثر شيوعًا مع تقدمك في العمر.</p>
<p>Symptoms</p> <p>Many people don't know that they have fibroids because they don't have any symptoms. This is nothing to worry about.</p>	<p>الأعراض</p> <p>لا تعرف كثير من الفتيات/ النساء بإصابتهم بأورام ليفية بسبب عدم ظهور أي أعراض لديهن. وهذا أمر لا يدعو للقلق.</p>

<p>Speak to your doctor if:</p> <p>You're worried about your symptoms or you regularly have:</p> <ul style="list-style-type: none"> • heavy periods • painful periods • tummy (abdominal) pain • lower back pain • a frequent need to urinate • constipation • pain or discomfort during sex • symptoms which are affecting your day to day life <p>If your doctor thinks you might have fibroids, they'll usually refer you for an ultrasound scan to confirm the diagnosis.</p>	<p>تحدّثي مع طبيبك إذا:</p> <p>إذا كنت تقلقين بشأن أعراضك أو تعانين بانتظام من:</p> <ul style="list-style-type: none"> • دورات شهرية كثيفة • دورات شهرية مؤلمة • ألم في البطن • ألم أسفل الظهر • حاجة متكررة للتبول • إمساك • ألم أو انزعاج خلال ممارسة الجنس • أعراض تؤثر على حياتك اليومية <p>إذا ظن طبيبك أنك قد تكوني مصابة بأورام ليفية، فسيقوم عادةً بتحويلك لإجراء فحص بالموجات فوق الصوتية لتأكيد التشخيص.</p>
<p>Why fibroids develop</p> <p>The exact cause of fibroids is unknown. They're linked to the hormones produced by the ovaries, oestrogen and progesterone. Fibroids usually develop and grow as long as the ovaries are producing these hormones. Fibroids may continue to grow during pregnancy. They tend to shrink when these hormone levels fall, such as after the menopause.</p>	<p>لماذا تظهر الأورام الليفية</p> <p>إنّ السبب الدقيق وراء الأورام الليفية غير معروفًا. إنها مرتبطة بالهرمونات التي يتم إنتاجها بواسطة المبايض والأستروجين والبروجسترون. عادةً ما تظهر الأورام الليفية وتنمو ما دامت المبايض تنتج هذه الهرمونات. قد تستمر الأورام الليفية بالنمو خلال فترة الحمل. وعادة ما تنقلص عندما تنخفض مستويات الهرمونات هذه، مثل ما بعد انقطاع الطمث.</p>

<h2>Types of fibroids</h2> <p>There are different types of fibroid. The main types of fibroids are:</p> <ul style="list-style-type: none"> • intramural – the most common type of fibroid, these develop in the muscular wall of the womb • subserosal – fibroids that develop on the outside part of the wall of the womb and can become very large • submucosal – fibroids that develop in the muscular layer of the womb beneath the womb's inner lining (endometrium) and grow into the inside of the womb • pedunculated – subserosal or submucosal fibroids that are attached to the womb with a narrow stalk of tissue 	<h2>أنواع الأورام الليفية</h2> <p>هناك أنواع مختلفة من الأورام الليفية. أنواع الأورام الليفية الرئيسية هي:</p> <ul style="list-style-type: none"> • داخل الجدار – وهي أكثر أنواع الأورام الليفية شيوعاً، وتظهر هذه الأورام داخل الجدار العضلي للرحم. • تَحْتَ المَصْلِيَّة – وهي أورام ليفية رحمية تظهر في الجزء الخارجي لجدار الرحم وقد تكون كبيرة جداً • تحت المخاطية – وهي الأورام الليفية التي تظهر في الطبقة العضلية للرحم تحت البطانة الداخلية للرحم (بطانة الرحم) وتنمو داخل الرحم <p>مسوّقة – وهي أورام ليفية رحمية تحت مصلية أو تحت مخاطية متصلة بالرحم بعرق ضيق من النسيج</p>
<h2>Treatment</h2> <p>Fibroids will often shrink after the menopause, as hormone levels in your body change.</p> <p>If you have fibroids, but you're not affected by any symptoms then you don't need treatment.</p> <p>However, if you do have symptoms, your doctor can recommend the right treatment for you. Treatment options include:</p> <ul style="list-style-type: none"> • over-the-counter pain relief like ibuprofen 	<h2>العلاج</h2> <p>تتقلص الأورام الليفية الرحمية غالباً بعد انقطاع الطمث مع تغير مستويات الهرمون في جسمك.</p> <p>إذا كنت مصابة بأورام ليفية ولكن الأعراض لا تؤثر عليك، فلن تحتاجي إلى علاج.</p> <p>ولكن، إذا كان لديك أعراض فيمكن لطبيبك أن ينصحك بالعلاج المناسب. وتشمل خيارات العلاج:</p> <ul style="list-style-type: none"> • مسكن ألم بدون وصفة طبية مثل إيبوبروفين • حبوب منع الحمل التي يمكنها التقليل من كثافة نزيف الحيض • تناول الأدوية فقط خلال الدورة الشهرية التي يمكنها أن تقلل من نزيف الحيض الكثيف

<ul style="list-style-type: none"> • the contraceptive pill which can reduce heavy menstrual bleeding • medication taken only during your period that can reduce heavy menstrual bleeding • medicines that can shrink fibroids by lowering your oestrogen and progesterone levels • in rare cases, surgery <p>Your doctor will discuss these treatments with you and you can ask any questions that you might have.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • الأدوية التي يمكن أن تقلص الأورام الليفية الرحمية عن طريق خفض مستويات هرمون الاستروجين والبروجسترون • الجراحة في حالات نادرة <p>سيناقش طبيبك معك هذه العلاجات ويمكنك أن تسأليه أي سؤال قد يراودك.</p>
<h3>Fibroids and getting pregnant</h3> <p>If you're having difficulty getting pregnant, your doctor or specialist may suggest extra support or treatments that can help. Your doctor will discuss these with you and you can ask any questions that you might have.</p>	<h3>الأورام الليفية الرحمية والحمل</h3> <p>قد يقترح طبيبك أو الأخصائي الخاص بك دعمًا إضافيًا أو علاجات يمكنها المساعدة إذا كنت تعاني من صعوبة في الحمل. سيناقش معك طبيبك هذه الأمور ويمكنك أن تسألي أي أسئلة قد تراودك.</p>
<p>For more information about periods in Arabic go to https://www.nhsinform.scot/translations/languages/arabic/</p>	<p>للمزيد من المعلومات حول الدورات الشهرية باللغة العربي انتقلي إلى https://www.nhsinform.scot/translations/languages/arabic/</p>
<p>11 July 2022</p>	<p>11 يوليو/تموز 2022</p>