

جهت اعتبار هویت جنسی انسان از منظر قرآن کریم و تبیین نقش جنسیت در تکریم زنان

فهیمة رحمانی¹

چکیده

انسان‌ها به دو صورت و دو جنس زن و مرد در صحنه آفرینش ظاهر شده‌اند. در قرآن کریم با وجود آنکه برای هر دو جنس انسان مبدأ و معاد یکسانی تعریف شده است و هدف از خلقت هر دو رسیدن به مقام خلیفه الهی می‌باشد، اما تفاوت‌های جنسیتی به شدت محترم و معتبر شمرده شده است و هر کدام از زن و مرد دارای احکام ویژه‌ای است که آن دو را کاملاً از هم متمایز می‌کند، همچنان که در خلقت زن و مرد هم تفاوت‌های روشنی وجود دارد.

در سال‌های اخیر، بنا به دلایل متعدد، افراد جامعه در پذیرش هویت جنسی خود، با چالش‌هایی مواجه شده‌اند و برای نقض رفتارهای نابهنجار این پدیده، نیاز به تبیین جهت اعتبار هویت جنسی داریم. این پژوهش با پشتوانه تفکر انتقادی نسبت به مسأله ی جنسیت، به روش توصیفی-تحلیلی با تمسک به قرآن کریم و روایات معصومین علیهم السلام، همراه با مؤیدات علمی، بیان می‌کند که مسأله ی جنسیت آیا به‌خودی‌خود معتبر است یا برای هدف و مقصد دیگری در آفرینش ایجاد شده است؟ به این ترتیب، با بیان دقیق علت جعل جنسیت در آفرینش انسان، بسیاری از خطاهای شناختی را در زمینه پذیرش هویت جنسی و رفتارهای فردی و اجتماعی، می‌توان شناسایی و اصلاح نمود.

کلیدواژه‌ها: تکریم زن، هویت زن، هویت جنسی، جنسیت، اعتبار.

1. طلبه سطح ۲ مدرسه فاطمه الزهرا سلام الله علیها کرج، کاردانی زیست شناسی سلولی (مولکولی) دانشگاه اصفهان،

مسأله‌ی پذیرش هویت جنسی و تنظیم و تطبیق رفتار و امیال متناسب با آن از ضروریات سلامت فرد و جامعه است؛ یعنی سلامت جامعه در گرو معرفت صحیح افراد، نسبت به هویت جنسی خود و پذیرش موقعیت ویژه‌ای است که در آفرینش برای آن‌ها رقم خورده است؛ اما جدیداً این مسأله به یک چالش و معضل تربیتی و اجتماعی بدل گردیده است.

در سال‌های اخیر افراد زیادی در تلقی و نگرش خود نسبت به مسأله جنسیت در یک ناآگاهی و ابهام قرار گرفتند و در این مورد دچار خطاهای رفتاری مختلفی شدند. «لذت‌جویی افراطی یا برعکس، بد تلقی‌کردن و انزجار از هر نوع رابطه و نپرداختن به مسائل جنسی حتی در چهارچوب‌های صحیح آن، انحرافات مختلف مثل گرایش به همجنس و یا بی‌تعهدی نسبت به شریک جنسی» از انواع این خطاها است که در بسیاری از موارد، ریشه در خطاهای شناختی دارد.

در مورد پیشینه این پژوهش باید گفت در میان تحقیقات صورت‌گرفته، در زمینه هویت جنسی، مرکز توجه پژوهشگران، آسیب‌های موجود در زمینه پذیرش هویت جنسی و یا انحرافات در افراد مختلف (به لحاظ سن، جنس، صنف، شهر و...) بوده است، همچنین به موانع پذیرش صحیح هویت جنسی و عوامل ایجاد انحرافات در این زمینه هم پرداخته شده است. برای بررسی پژوهش‌هایی که در این زمینه صورت‌گرفته می‌توان به موارد زیر پرداخت:

۱. پیامدها و فرایندهای بیرون آمدن اجتماعی شکل‌گیری هویت جنسی؛ نگار حیدری (۱۴۰۳). در این مقاله دو جهت‌گیری نظری رایج ذات‌گرایی و ساخت‌گرایی اجتماعی در شکل‌گیری هویت جنسی بررسی شده است.

۲. رابطه اعتیاد به اینترنت با سلامت روان و هویت جنسی در دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه مجله مطالعات روان‌شناسی و علوم تربیتی؛ مهدی ملت‌خواه (۱۴۰۳). بر طبق نتایج این پژوهش بین اعتیاد به اینترنت و سلامت روان و هویت جنسی دانش‌آموزان دوره دوم متوسطه شهر زاهدان رابطه معناداری وجود دارد.

۳. مقایسه تصور از خدا و نگرش به زندگی افراد دارای اختلال هویت جنسی پس از عمل جراحی تغییر جنسیت با هم‌تایان خود قبل از عمل جراحی مجله پژوهش دینی و سلامت روان؛ الهه فلاح تفتی (۱۳۹۷). نتایج به‌دست‌آمده در این مقاله نشان می‌دهد افراد بعد از جراحی تراجنسیتی تصور و شناخت متفاوتی نسبت به جهان پیرامون خود و خداوند به دست آورده‌اند. بر اساس یافته‌های این تحقیق به نظر می‌رسد اصلاح نگرش افراد دچار اختلال هویت جنسی نسبت به جهان‌شناسی و خداشناسی می‌تواند در بهبود اختلالات آن‌ها مؤثر باشد.

۴. مقایسه ویژگی‌های شخصیتی و اختلالات روانی و اختلالات هویت جنسی زوجین در معرض طلاق و زوجین عادی؛ حسن امیری (۱۳۹۹) نتایج این پژوهش بیان می‌کند در یک مطالعه موردی بین معلمان ابتدایی شهر صحنه در استان کرمانشاه، بین ویژگی‌های شخصیتی زوجین متقاضی طلاق با زوجین عادی در اختلالات روانی و اختلال در هویت جنسی تفاوت معناداری وجود دارد.

بعد از بررسی موارد فوق باید گفت پژوهش کیفی پیش رو با روش توصیفی-تحلیلی، به بررسی اهمیت تشخیص جهت تمایز جنسیت در نظام آفرینش انسان می‌پردازد و بیان می‌کند هویت جنسی افراد که نیاز

جنسی آن‌ها را رقم زده است و این همه مسائل فقهی، حقوقی و اخلاقی را به وجود آورده است، آیا خود اصل و ریشه و دلیل همه این موارد است، یا اهمیت آن، از موضوع و مسأله‌ی دیگری منشأ گرفته است؟

بررسی این مسأله (جهت اعتبار هویت جنسی)، بیان می‌کند چرا انسان‌ها از دو جنس آفریده شده‌اند و اگر بتوان توضیح داد که چرا خداوند سبحان انسان‌ها را از دو جنس زن و مرد آفریده است، دلیل تک‌تک ویژگی‌هایی که در خلقت هر کدام از آن‌ها لحاظ شده است، روشن می‌شود و به دنبال آن روشن خواهد شد که هر کدام بر اساس ویژگی‌ها و استعدادهایی که دارد، چه مسیری پیش رو دارد و باید چگونه در این دنیا زندگی کند که حقیقتاً سلامت و کامیار باشد.

پژوهش حاضر به بررسی هویت جنسی از منظر قرآن و روایات معصومین علیهم‌السلام می‌پردازد و تأکید می‌کند که هر جنس دارای ویژگی‌ها و احکام خاص خود است و باید متناسب با همان احکام موقعیت خود را در زندگی پیدا کند.

1. آفرینش انسان در دو جنس زن و مرد

همان‌طور که در صحنه آفرینش انسان مشاهده می‌کنیم، برابر با خواست خداوند متعال افراد به دو صورت زن و مرد، خلق شده‌اند و هر گروه، دارای مجموعه‌ای از خصوصیات و مشخصات هستند که آن‌ها را از گروه دیگر کاملاً متمایز می‌کند.

در قرآن کریم، این کلام خداوند علی‌اعلی از مقام خلیفه الهی انسان‌ها از زن و مرد، به اطلاق سخن گفته شده است و برای همه زنان و مردان مسیر کمال یکسان است. همچنین معاد و مال یکسانی برای زنان و مردان ترسیم شده است. برای مثال در سوره مبارکه نحل آیه ۹۷ می‌فرماید:

«مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنْثَى وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ؛ از مرد و زن، هرکس کار شایسته انجام دهد در حالی که مؤمن است، مسلماً او را به زندگی پاک و پاکیزه‌ای زنده می‌داریم و پاداششان را بر پایه بهترین عملی که همواره انجام می‌داده‌اند، می‌دهیم.» می‌بینیم خداوند وضعیت زن و مرد را در رسیدن به غایت خودشان که تحصیل رضوان و قرب الهی‌ست، یکسان توصیف می‌کند.

در ادامه باید بررسی شود، با وجود اینکه هدف از آفرینش زن و مرد یکسان است، این همه تمایزی که در میان دو جنس آنها وجود دارد، چه وجهی دارد.

2. بررسی حوزه‌های معنایی مرتبط با جنسیت در قرآن کریم

آیات فراوانی در مورد زوجیت انسان‌ها و احکام بین آن دو به لحاظ روابط، نکاح، مسائل حقوقی و مدنی و اخلاقی و... وجود دارد، اما آنچه مورد توجه این پژوهش می‌باشد، آیاتی است که مستقیماً با مسأله ی جنسیت و زن بودن و مرد بودن و روابط بین این دو به لحاظ جنسی اشاره می‌کند.

در قرآن کریم «سوره مبارکه بقره آیه ۲۲۳» و «سوره مبارکه اعراف آیه ۱۸۹» به مسأله روابط به خصوص و ویژه‌ای که بین زن و شوهر برقرار است اشاره شده است. البته در بسیاری از آیات روابط بین زن و شوهر مورد نظر است و اغلب به مسأله انس و محبت و علاقه و آرامش بین زن و شوهر اشاره دارند (روم: ۲۱) و اما تنها در دو آیه به طور صریح درباره مسأله آمیزش جنسی «زن و شوهر» سخن گفته شده است.

البته موارد فراوان زیادی دیگری را در قرآن کریم می‌توان یافت که در مورد رابطه جنسی سخن گفته شده است؛ اما اصل مطلب در این آیات، آمیزش زن و شوهر نیست. برای مثال، در سوره مبارکه مؤمنون آیات ۵ تا ۷، درباره پاکدامنی مؤمنان سخن گفته شده یا در سوره مبارکه نور آیه ۵۸ در مورد خلوت کردن زن و شوهر در سه وقت از شبانه‌روز سخن گفته شده است که قطعاً بی‌ارتباط با روابط مذکور نیست، اما آیه ۵۸ نور به نکات مختلف تربیتی و تنظیم روابط بین همه افراد خانواده و مسائل مختلف دیگری اشاره دارد؛ و در موارد زیاد دیگری، احکام مربوط به روابط بین زن و مرد بیان شده است.

تنها در دو آیه ذیل اختصاصاً برقرار شدن رابطه خاص جنسی بین زن و شوهر مطرح شده است.

1-2. آیه ۱۸۹ سوره مبارکه اعراف

«هُوَ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَ جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا فَلَمَّا تَغَشَّيْهَا حَمَلَتْ حَمَلاً خَفِيفاً فَمَرَّتْ بِهِ فَلَمَّا أَثْقَلَتْ دَعَا اللَّهَ رَبَّهُمَا لَئِنْ آتَيْنَا صَالِحًا لَنُكَوِّنَنَّ مِنَ الشَّكْرِينَ؛ او کسی است که شما را از یک نفس آفرید، و همسرش را از او پدید آورد تا در کنارش آرامش یابد؛ پس هنگامی که مرد با زن آمیزش نمود، زن به حملی سبک حامله شد، پس با آن حمل سبک، زندگی را ادامه داد؛ پس چون سنگین بار شد، زن و شوهر پروردگارشان را خواندند که: اگر به ما فرزندی تندرست و سالم عطا کنی، مسلماً از سپاس گزاران خواهیم بود.»

آیت الله ناصر مکارم شیرازی در تفسیر خود بیان می‌کند که حوا از جنس آدم آفریده شده و این آفرینش به منظور ایجاد آرامش و انس میان آن‌ها بوده است. (مکارم شیرازی، 1374، ج ۱۹، ص ۳۸۰)

علامه طباطبایی نیز بر این نکته تأکید می‌کند که حوا مانند آدم از گل آفریده شده است و این آفرینش نشان‌دهنده ارتباط نزدیک میان آن‌هاست. (طباطبایی، 1360، ج 8، ص 487)

ظاهراً این آیه باید مربوط به حضرت آدم و همسرشان حوا باشد، البته توجه به این نکته ضروری است که آیات قرآن کریم در تمام لحظات عمر و تاریخ بشر جریان و حیات دارد.

محمد بن یعقوب کلینی در کافی با سند خود از ابوبصیر روایت می‌کند: «رَحِمَكَ اللَّهُ يَا أَبَا مُحَمَّدٍ، لَوْ كَانَتْ إِذَا نَزَلَتْ آيَةُ عَلَى رَجُلٍ ثُمَّ مَاتَ ذَلِكَ الرَّجُلُ، مَاتَتْ الْآيَةُ، دِيدَ مَاتَ الْكِتَابُ؛ وَلَكِنَّهُ حَيٌّ يَجْرِي فِي مَنْ بَقِيَ كَمَا جَرَى فِي مَنْ مَضَى؛ (بحرانی، 1422، ج ۳، ص ۷) فرمود: ای ابا محمد خدا تو را رحمت کند، اگر آیه‌ای از قرآن در شأن مردی به خصوص فرود آید و سپس آن مرد بمیرد آیه قرآن مرده و کتاب خدا را مرگ فراگرفته است؛ ولیکن قرآن زنده است و در افراد آینده جاری و منطبق می‌شود به همان قسمی که در افراد گذشته منطبق و جاری می‌شده است.»

بنا بر این روایت، این آیه ی شریفه، همان طور که ناظر به آفرینش و خصوصیات آدم علیه السلام و حوا می باشد، در مورد دیگر افراد انسان نیز صادق است.

به‌هرحال در این آیه شریفه بعد از بیان خلقت زن و مرد از یک‌نفس واحد و همین‌طور انس و الفتی که میان آن دو برقرار است، می‌فرماید: «فَلَمَّا تَغَشَّيْهَا حَمَلَتْ»، یعنی همین که رابطه زناشویی بین آنها برقرار شد، بلافاصله بیان می‌شود، زن حامل شد.

نکته‌ای که در اینجا باید دقت کرد، همراهی تنگاتنگ رابطه جنسی و باربرگرفتن زن است، چرا که آیه شریفه، آفرینش زن و مرد از نفس واحد را دلیل انس آنها بیان می‌کند (جَعَلَ مِنْهَا زَوْجَهَا لِيَسْكُنَ إِلَيْهَا) تا اینجا مسأله رابطه جنسی مطرح نیست، اما تا پای رابطه جنسی به میان می‌آید بلافاصله می‌فرماید (حَمَلَتْ) و هیچ جدایی و دوتایی بین این دو وجود ندارد، گویی این رابطه جنسی برقرارکردن، تنها و تنها برای همین باربرگرفتن است، چرا که انس و آرامش قبلاً برقرار شده بود.

در این آیه شریفه قسمت اول آیه با مسأله ی آفرینش زن و مرد از نفس واحد و برقرارشدن انس و الفت میان آن دو و استفاده از افعال یکسان (به‌خاطر تأکید بر نفس واحد) برای زن و مرد، از قسمت دوم که رابطه زناشویی و آمیزش جنسی و تولید نسل مطرح است، کاملاً مجزا شده است.

نیاز جنسی مانند نیاز به خوراک، آثاری بر جسم دارد و برطرف‌شدن این نیاز موجب آرامش خواهد شد، اما همان‌طور که غذا را برای صحت و کسب مواد مورد نیاز بدن مصرف می‌کنیم، رابطه جنسی

همچنین مجله پزشکی آنلاین (دکتر دکتر) عوارض دیگری چون: کاهش میل جنسی، تهوع، لکه بینی، تراکم بالای موهای زائد بدن، تغییر ساختمان قرنیه در چشم و بسیاری از نشانه‌های دیگر را از جمله عوارض مصرف قرص‌های پیشگیری از بارداری برشمرده است. (سایت دکتر دانیال نصیرزاده cllinikmoo.com)

همچنین استفاده طولانی‌مدت از این داروها، وضعیت طبیعی هورمون‌های بدن را مختل می‌کند و منجر به اختلال کلی در سیستم تولید مثل و سلامت عمومی بدن می‌شود.

خطرات جدی‌تری هم وجود دارد، استفاده از این روش‌ها ممکن است خطر ابتلا به لخته‌های خونی سکنه مغزی و برخی انواع سرطان‌ها را افزایش دهد.

روش‌های غیر هورمونی، نسبتاً کم‌خطر به نظر می‌رسند و هنگامی که در مورد عوارض پیشگیری طبیعی از پزشکان پرس‌وجو کنیم، می‌گویند عارضه خاصی ندارد اما مشکلات جسمانی و روانی متعددی در این افراد مشهود است.

در ادامه به عوارض عدم فرزندآوری و پیشگیری طولانی‌مدت از بارداری بر اساس مقالات علمی پزشکان در امریکا پرداخته شده است. عوارض عدم فرزندآوری بر اساس مقالات علمی، به دو دسته عوارض جسمی و عوارض روانی، تقسیم‌بندی شده و در ادامه مقاله ارائه می‌شود:

الف. عوارض جسمی

1. اختلالات هورمونی: عدم زایمان می‌تواند منجر به تغییرات هورمونی شود که ممکن است به مشکلاتی مانند اختلال در قاعدگی و مشکلات تخمک‌گذاری منجر شود.

2. بیماری‌های رحم: برخی مطالعات نشان می‌دهند که زنانی که هرگز زایمان نکرده‌اند، ممکن است بیشتر در معرض خطر ابتلا به بیماری‌هایی مانند میوم و آدنومیوز قرار گیرند.

3. سرطان: برخی تحقیقات نشان داده‌اند که عدم زایمان ممکن است با افزایش خطر برخی انواع سرطان‌ها، به ویژه سرطان پستان و تخمدان مرتبط باشد.

ب. عوارض روانی

1. اضطراب و افسردگی: عدم فرزندآوری ممکن است با احساسات منفی مانند اضطراب و افسردگی همراه باشد، به ویژه در جوامع یا فرهنگ‌هایی که زایمان را یک امر مهم می‌دانند.

2. احساس ناکامی: زنان ممکن است احساس کنند که به عنوان یک زن کامل یا موفق شناخته نمی‌شوند و این می‌تواند بر سلامت روان آن‌ها تأثیر بگذارد.

ج. عوارض اجتماعی

1. تنهایی و انزوا: زنان بدون فرزند ممکن است احساس تنهایی بیشتری کنند و از نظر اجتماعی در مقایسه با مادران، کمتر مورد حمایت قرار گیرند.

2. فشارهای اجتماعی: در بسیاری از فرهنگ‌ها، فشارهای اجتماعی برای داشتن فرزند وجود دارد که می‌تواند بر سلامت روان زنان تأثیر بگذارد.

؛/9302705https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC
https://www.acog.org/clinical/clinical-guidance/committee-
/female-age-related-fertility-03/2014opinion/articles/
(/9302705https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC؛decline

این بیماری‌ها و مشکلات، کاملاً در ارتباط با عدم زایمان زنان هستند، یعنی عدم زایمان خود برای زنان مشکل‌آفرین است که خود از عوارض پیشگیری طبیعی از زایمان می‌باشد.

در نتیجه انواع پیشگیری از فرزندآوری به شدت برای سلامتی مضر است و داشتن رابطه جنسی بدون زایمان، در طولانی‌مدت برای بدن به شدت مضر خواهد بود.

نتیجه‌گیری

حقایق جمع‌آوری‌شده در این پژوهش به خوبی نشان می‌دهد، هویت جنسی در انسان به جهت تقویت نقش مادری و پدری شکل‌گرفته است تا هرکدام از دو فرد مؤنث و مذکر در این زمینه کارآمدتر و حرفه‌ای‌تر عمل کنند. پذیرش نقش مادری و پدری می‌تواند به عنوان یک راحل مؤثر برای چالش‌های هویت جنسی در جامعه مطرح شود. این نقش‌ها نه تنها به تثبیت هویت جنسی افراد کمک می‌کند، بلکه به ایجاد الگوهای رفتاری مثبت و سالم در خانواده نیز منجر می‌شود. با تأکید بر اهمیت روابط خانوادگی و تربیت صحیح، والدین می‌توانند به فرزندان خود کمک کنند تا هویت جنسی خود را بهتر درک کنند و از خطاهای شناختی جلوگیری نمایند. این رویکرد می‌تواند به تقویت سلامت روانی و اجتماعی افراد و در نهایت، جامعه‌ای سالم‌تر منجر شود.

آنچه برای ما به عنوان مسلمان شیعه، اهمیت دارد، الگوگرفتن از حقایق منطوی در زندگی حضرات معصومین علیهم السلام است تا با الگو قرار دادن منهاج ایشان از قرار گرفتن در مسیرهای غلط و واقع شدن در ورطه‌های بلایا و مصائب در امان بمانیم.

با توجه به نتایج این تحقیق، همان‌طور که در اصل آفرینش، علت جعل رابطه جنسی، فرزندآوری و امتداد نسل است و این مسأله، جهت اعتبار و اهمیت وجود هویت جنسی انسان‌ها می‌باشد، خوب است عامل تعیین‌کننده سبک زندگی مسلمانان بر همین اساس تنظیم شود، همچنین سنگ بنای بسیاری از مسائل علوم تربیتی (مثل تربیت جنسی) و علوم اجتماعی (مثلاً حقوق شهروندی) را می‌توان بنا بر این مسأله قرار داد. همچنین فرزندآوری و فرزندپروری در تنظیم امور در سطوح پیچیده مربوط به حکمرانی، باید یکی از عوامل تعیین‌کننده حقوقی باشد.

* قرآن کریم، ترجمه حسین انصاریان.

1. ابن کثیر دمشقی، اسماعیل بن عمر، (1922 م) تفسیر القرآن العظیم: تفسیر ابن کثیر، بیروت، دارالفکر، ج 1.
 2. بحرانی، هاشم بن سلیمان، (1422 ق) غایة المرام و حجة الخصام فی تعیین الإمام من طریق الخاص و العام، محقق: علی عاشور، بیروت، مؤسسة التاریخ العربی، ج 3.
 3. سایت دکتر دانیال نصیرزاده clinicmoo.com
 4. طباطبائی، محمدحسین، (1374) ترجمه تفسیر المیزان، چاپ پنجم، قم، دفتر انتشارات اسلامی (وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم)، ج 8.
 5. کاظمیان، محمد؛ کردبچه، هما، (زمستان 1399) نحوه تعیین دیه نقص عضو و از کارافتادگی توسط پزشک قانونی، مطالعات علوم سیاسی، حقوق و فقه، دوره ششم، شماره 4، صص 128-138.
 6. کریمی، فاطمه زهرا؛ تقی‌پور، علی، (خرداد 1395)، آثار روانی - اجتماعی ناباروری مردانه در زنان ایرانی: یک مطالعه کیفی، دوره 19، شماره 10، صص 20-32.
 7. مجلسی، محمدباقر، (1403 ق) بحار الانوار، چاپ دوم، بیروت، دار احیاء التراث العربی، ج 5.
 8. مکارم شیرازی و همکاران، ناصر، (1374) تفسیر نمونه، چاپ سی و دوم، تهران، دارالکتب الاسلامیه، ج 19.
 9. نجفی، محمدحسن، (1362) جواهر الکلام فی شرح شرائع الإسلام، محقق: محمود قوچانی، چاپ هفتم، بیروت، دار احیاء التراث العربی، ج 41.
 10. افشار، نازنین، پزشک تاییدکننده: دکتر ابوالفضل کشاورزی (1403/03/06) از عوارض خود ارضایی چه میدانید؟ آیا این کار خطرناک است؟ (مجله اینترنتی پزشکی دکتر تو).
- <https://doctoreto.com/blog/complications-masturbation/>
11. عوارض قرص ضد بارداری چیست؟ ریزش مو و سایر خطرات آنرا بشناسید.
- <https://www.clinicmoo.com/articles/80-birth-control-pill-side-effects>
12. برای مطالعه بیشتر در این زمینه، می‌توانید به منابع زیر مراجعه کنید:

1. American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) - اطلاعات مربوط به تأثیرات زایمان بر سلامت زنان.	
عنوان: Female Age-Related Fertility :Decline.	
2. World Health Organization (WHO) - گزارش‌ها و مقالات علمی درباره تأثیرات باروری بر سلامت عمومی.	
• عنوان: Diagnosis and Management of Infertility	

3. PubMed Central- مقالات تحقیقاتی درباره ارتباط بین عدم زایمان و خطرات سلامتی.

• عنوان: Diagnosis and Management of Infertility

این منابع می‌توانند اطلاعات دقیق‌تری درباره عوارض عدم فرزندآوری و پیشگیری طولانی‌مدت از بارداری ارائه دهند.