



Профилактика нежелательной беременности

К сожалению, сегодня многие дети появляются на свет, не будучи запланированными. Все происходит оттого, что люди не задумываются о последствиях незащищенной половой связи. А многие просто не знают, как избежать нежелательной беременности, не смотря на огромное количество методов контрацепции. Вот и получается, что аборт – это один из способов регулирования рождаемости и свидетельство сексуальной

неграмотности населения.

Аборт — преждевременное прерывание беременности. Несмотря на большое разнообразие искусственных методов прерывания беременности (вакуум-аспирация («мини-аборт»), инструментальное выскабливание полости матки с удалением плодного яйца, медикаментозный аборт и т.д.), все они опасны из-за развития осложнений: кровотечения, нарушения целостности и разрыв матки, воспалительных заболеваний половых органов, гормональных нарушений, эндометриоза, осложненного течения последующих беременностей и бесплодия. Именно вред, причиненный здоровью абортом, является основной причиной гибели женщин в связи с беременностью и родами. Идти на аборт или нет – личный выбор каждого, однако к этому выбору нужно относиться серьезно и ответственно. Контрацепция – это не только защита от нежеланного ребенка, снижение риска развития гинекологических болезней и материнской смертности, но и сохранение здоровья женщины, возможность родить здоровых детей, столько и когда захотите.

Контрацепция — методы предохранения от нежелательной беременности, а средства, применяемые для предохранения от зачатия, называются контрацептивами.

В настоящее время по основному действующему началу медики подразделяют методы контрацепции на:

I. Барьерные: - влагалищная диафрагма или влагалищный пессарий, шеечные колпачки, контрацептивная губка, презерватив.

II. Химические: таблетки и крем для местного (влагалищного) введения.

III. Биологические: календарный (ритмический), температурный, цервикальный, симптотермальный метод

IV. Внутриматочная контрацепция.

V. Гормональные.

VII. Гормональная посткоитальная контрацепция

VII. Добровольная хирургическая контрацепция (стерилизация)

Для удобства восприятия информации лицами без специального образования, методы контрацепции можно разделить на эффективные и неэффективные.

К эффективным средствам профилактики нежелательной беременности относятся:

— **воздержание** (временное или длительное) – на 100% эффективный и не требующий материальных затрат метод. Его использование требует самоограничения и самоотречения. Но цель иногда оправдывает средства;

— **гормональная контрацепция позволяет** защититься от нежелательной беременности на 99,9%, регулирует менструальный цикл, обладает рядом лечебных эффектов при некоторых гинекологических заболеваниях. Способность к зачатию восстанавливается через 2-3 месяца после отмены препаратов. Данный вид контрацепции подходит для высокоорганизованных женщин, способных к самоконтролю, не имеющих противопоказаний. Надо отметить, что к отрицательным сторонам данного способа можно отнести отсутствие защиты от ВИЧ и ИППП, изменение массы тела.

— **внутриматочная контрацепция** — это метод длительного (от 2-5 до 10 лет) и обратимого предохранения от беременности с помощью специальных средств, введенных в матку (внутриматочные средства). Во всем мире внутриматочная контрацепция занимает 2-е место по распространенности среди методов предохранения от беременности, а в нашей стране данный метод контрацепции по популярности превосходит все другие.

Из негативных моментов хочется отметить усиление менструальных кровотечений и болей на протяжении первых нескольких месяцев использования ВМС; недостаточное предохранение от внематочной беременности; отсутствие защиты от заболеваний передающихся половым путем и СПИДа с риском развития воспалительных заболеваний органов малого таза, процедура введения и удаления, выполняется врачом в условиях гинекологического кабинета; ВМС не подходит женщинам с продолжительной и болезненной менструацией не рекомендуется молодым нерожавшим женщинам.

— **хирургическая стерилизация** относится к необратимым методам контрацепции. При ее проведении создаются изменения половых органов, исключающие наступление беременности. Ее преимущество в том, что процедура проводится однократно, без последующих повторений и дает 99,9% процентов гарантии не наступления нежелательной беременности. Но необратимость результатов может быть отнесена и к недостаткам данного метода, наряду с отсутствием защиты от ИППП и СПИДа и возможными осложнениями от оперативного вмешательства. Поэтому к данному методу контрацепции следует прибегать женщинам старше 35 лет, имеющих не менее двоих детей.

- **презерватив** – на 85-99% позволяет предотвратить нежелательную беременность, ограждает от ИППП и ВИЧ. К тому же, он прост в применении, продается без рецепта и имеет относительно низкую стоимость.

— **спермициды** или вещества, убивающие сперматозоиды, выполняют свою защитную функцию на 85%. Из позитивных эффектов можно выделить локальность действия и отсутствие системного влияния на организм, легкость и доступность применения, контроль за процессом предохранения со стороны женщины. Однако использование спермицидов может вызвать местную аллергическую реакцию или раздражение, особенно при использовании несколько раз в день. Так же надо отметить необходимость соблюдения временного интервала до близости и запрет на использование мыла при проведении гигиенических процедур после интимных отношений.

К **неэффективным** методам контрацепции можно отнести

- ✚ прерванный половой акт (сперматозоиды содержатся в смазке), лактационную аменорею,
- ✚ календарный метод неэффективен для женщин с нестабильным месячным циклом.

Отдельно несколько слов хочется сказать об экстренной контрацепции. **Экстренная (посткоитальная, «неотложная», ургентная) контрацепция** — метод предохранения от нежелательной беременности, при котором защитные мероприятия проводятся после полового акта. Чаще всего экстренной контрацепцией пользуются в ситуациях, когда женщину изнасиловали, при незащищенном половом сношении, при неправильно проведенном и/или прерванном половом акте, в случаях разрыва презерватива.

Суть экстренной контрацепции сводится к тому, чтобы предотвратить прикрепление оплодотворенной яйцеклетки к стенке матки и ее развитие. Эффективность данного метода контрацепции напрямую зависит от скорости принятия того или иного средства: чем раньше, тем выше эффективность.

В заключении хочется сказать, что человек рожден для любви, а интимная близость и появление на свет новой жизни чаще всего является ее естественным апогеем. Желаем вам испытать все радости этого светлого чувства и насладиться желанным материнством столько раз, сколько вы этого захотите!