

26 сентября - Всемирный день контрацепции

Чтобы заразу не поймать,
Без плана, мамою не стать,
Своим здоровьем дорожи,
С контрацептивами дружи!
С Днем контрацепции тебя,
Сегодня поздравляю я,
Здоровья, счастья и любви,
Без бед и горестей живи!

Ежегодно отмечаемая дата является по своей сути всего одним из множества шагов масштабной и долгосрочной кампании, направленной на снижение числа внеплановых беременностей, информирование населения о надежных и современных методах контрацепции.

ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ И КОНТРАЦЕПЦИЯ

Термин "планирование семьи" предусматривает виды деятельности, цель которых помочь отдельным лицам и брачным парам достичь некоторых результатов, а именно:

- избежать нежелательной беременности;
- регулировать интервалы между беременностями;
- родить желанных детей;
- определять количество детей в семье.

В условиях резкого снижения рождаемости в ЛНР проблема планирования семьи приобретает большое медико-социальное значение.

Прерывание беременности продолжает оставаться основным методом регулирования рождаемости. При этом осложнения после аборта наблюдаются у каждой третьей женщины, а среди первобеременных частота их составляет 40%. Основными осложнениями аборта являются: бесплодие,

невынашивание, воспаление гениталий, эндокринные нарушения, осложнения последующих беременностей и родов.

Использование контрацепции в нашей стране еще недостаточно, что связано с несовершенной системой информирования населения по проблемам планирования семьи и низким уровнем сексуальной культуры.

КОНТРАЦЕПЦИЯ

История контрацепции своими корнями уходит вглубь веков. Одним из наиболее древних источников является описание противозачаточных паст. Их описал Калуне из Египта.

В знаменитом папирусе Эберса, написанном приблизительно 1550 до н.э., говорится о первом в истории медицины тампон, пропитанный фармакологическими средствами, в состав которого входили сок акации и гуммиарабик, которые в процессе ферментации выделяют молочную кислоту, которая действует спермицидно. Библейский Ветхий Завет описывает грех Онана, который использовал прерванный половой акт. Этот метод и до сих пор используется во многих странах как универсальный метод регулирования рождаемости.

В 1843-1844 годах открытие вулканизации и производства резины позволило изготовить презерватив. Первые внутриматочные спирали (ВМС) в виде кольца описаны Р. Рихтером в 1909 году, но широко их стали применять в 60-х годах после создания современных стойких полимерных материалов.

Контрацептивы делятся на:

- гормональные;
- внутриматочные средства;
- барьерный метод и спермициды;
- метод лактационной аменореи;
- естественное планирование семьи;
- метод прерванного полового акта;
- стерилизацию.

Миллионы здоровых женщин во всем мире отдают предпочтение гормональной контрацепции. Анализ возрастного состава показал, что молодые женщины в основном применяют оральные контрацептивы, а женщины более старшего возраста - другие методы контрацепции.

МЕХАНИЗМ ДЕЙСТВИЯ ОРАЛЬНЫХ КОНТРАЦЕПТИВОВ

- подавляют овуляцию;
- изменяют эндометрий, снижая вероятность имплантации;
- замедляют движение сперматозоидов в фаллопиевых трубах;
- изменяют плотность цервикальной слизи, препятствуя проникновению - сперматозоидов.

Преимущества в применении.

- высокая эффективность при регулярном приеме;
- метод не связан с половым актом;
- мало побочных действий;
- метод удобен и легок в применении;
- пациентка может сама прекратить прием;
- срок применения низкодозных КОК (35 мкг эстрогенов) неограничен.

ВНУТРИМАТОЧНЫЕ СРЕДСТВА (ВМС)

Внутриматочная спираль (ВМС) — внутриматочный контрацептив. ВМС тормозит продвижение сперматозоидов в полость матки, сокращает срок жизни яйцеклетки и препятствует прикреплению оплодотворённой яйцеклетки к стенке матки. Спираль устанавливается на длительный срок и обеспечивает надежную защиту от нежелательной беременности. Помимо контрацептивных свойств внутриматочные спирали оказывают и выраженное лечебное воздействие на организм — поэтому их часто используют в лечебных целях.

БАРЬЕРНЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ И СПЕРМИЦИДЫ.

Барьерные методы контрацепции и спермициды - это предупреждение нежелательной беременности путем препятствия попаданию спермы в вагину

или шейку матки химическим или механическим способом, или при сочетании того и другого.

К этим методам относят:

- Мужской метод - презерватив;
- Женский метод - диафрагма, шеечных колпачок, спермициды, пасты и гели, губки.

Несмотря на то, что в настоящее время существует ряд более эффективных современных методов контрацепции использование презервативов, является наиболее надежным средством, которое предупреждает передачи ВИЧ и возбудителей воспалительных процессов половых органов.

На протяжении многих веков мужчины использовали различные механические средства с целью предупреждения нежелательной беременности у женщин. Прототипом презерватива является описанный Фаллопия в 1554 году холщовый мешочек, пропитанный редкими медикаментозными растворами. Новый толчок в развитии данного метода позволило изобретение вулканизированной резины, что и повлекло массовое производство презервативов. При правильном использовании презервативов, их контрацептивный эффект достаточно высок, хотя контрацептивные неудачи составляют 12,5%.

Спермицидные вещества - это поверхностно-активные препараты, разрушающие клеточные мембраны сперматозоидов; основой их является ноноксинол - 9, кроме того обладает бактерицидным и противовирусным действием.

Спермициды бывают в виде:

- аэрозолей (пена);
- паст;
- таблеток;
- вагинальных свечей;
- губок.

ЕСТЕСТВЕННОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ (ППС)

метод контроля фертильности является способом планирования или предотвращения беременности с помощью определения фертильных дней менструального цикла. В 30 - годах нашего века было обнаружено, что фертильность достигает пика в середине менструального цикла, которое связано с созреванием и выходом яйцеклетки. Это открытие привело к созданию календарного или ритмического метода.

В настоящее время естественным методом контрацепции пользуется около 5-8% пар. Контрацептивные "неудачи" (частота наступления беременности при регулярном использовании метода) составляют 20% случаев типичного применения метода.

Преимущества метода естественного планирования семьи:

- можно использовать как для предотвращения нежелательной беременности, так и для того чтобы наступила беременность;
- отсутствие системных побочных явлений;
- не требует денежных затрат;
- метод является оптимальным для пар, не желающих использовать другие методы планирования семьи по религиозным или другим соображениям.

В то же время супруги нужно проинформировать о вероятности забеременеть, даже при правильном и последовательном применении ППС.

ДОБРОВОЛЬНАЯ СТЕРИЛИЗАЦИЯ

На современном этапе добровольная хирургическая контрацепция или стерилизация, является наиболее распространенным методом планирования семьи как в развитых, так и в развивающихся странах.

Добровольная хирургическая стерилизация для женщин (ДХС) Наиболее распространенным является метод трубной окклюзии - хирургическое блокирование проходимости маточных труб, в результате которого процесс оплодотворения становится невозможным.

Добровольная хирургическая стерилизация для мужчин

Вазэктомия - это мужская добровольная стерилизация (ДС), осуществляется стандартным методом (один или два небольших разреза) или с помощью безкальпальной техники. После блокирования семявыносящего протока сперматозоиды в эякуляте отсутствуют.

НЕОТЛОЖНАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ

Неотложная (посткоитальная) контрацепция используется после незащищенного полового акта в том случае, когда беременность не планируется или нежелательна. Следует отметить, что достаточно высокая эффективность метода экстренной контрацепции достигается за счет введения доз гормонов, которые значительно превышают дозу имеющихся в обычных контрацептивных препаратах. К посткоитальной контрацепции относятся: Постинор, мифепристон, эксклютон.

Какие существуют методы контрацепции? Как действует каждый метод и как им пользоваться? Какие у методов есть противопоказания, плюсы и минусы? Насколько эффективен тот или иной метод контрацепции? Какой способ применить в зависимости от времени, которое прошло после unprotected полового акта? Какой способ контрацепции предпочесть при уже имеющемся том или ином заболевании? На все вопросы вы получите ответ на приеме у врача в женской консультации.

Заведующий женской консультацией Филонова Наталья