



Автор: С.В.Санько Врач акушер-гинеколог

Далеко не всегда люди, живущие половой жизнью, хотят иметь детей, что создает для них большие проблемы, особенно в тех случаях, когда они не знают, как избежать нежелательной беременности. Именно в этих случаях необходима контрацепция, применение различных методов предохранения от беременности. Решение, когда и сколько рожать детей, может стать одним из главных решений в жизни. Возможно, сегодня этот вопрос для Вас не актуален, но все же Вы должны знать, как уберечься от нежелательной беременности. Выбор контрацепции должен быть осознанным и Вы должны знать, что сами отвечаете за свою сексуальную жизнь и свое репродуктивное здоровье.

### Применяя противозачаточные средства Вы можете:

- сознательно принимать решение о появлении на свет Вашего ребенка, планировать свою семью. Вы можете добиться того, чтобы беременность не была случайной и нежелательной обузой, а желанной, запланированной на самое подходящее для Вас и Вашей семьи время ;

- свободнее наслаждаться отношениями со своим партнером, не беспокоясь о наступлении нежелательной беременности. Вы обретаете уверенность, можете радоваться своей сексуальности и эмоциям, которые она дают;

- предохранять себя от нежелательной беременности и, возможно, необходимости делать аборт. Каждый аборт может стать физической и эмоциональной травмой, он представляет риск для Вашего здоровья. Последствиями аборта, особенно повторного, могут стать воспаления внутренних половых органов, вызывающих бесплодие, это означает , что женщина уже не сможет зачать ребенка.

Выбирая наиболее подходящий для Вас метод контрацепции, Вы должны знать, что в разные периоды жизни Вы будете пользоваться разными методами. Например, чаще всего между методот контрацепции, который используют до замужества, отличается от того, который применяют, например, после рождения ребенка. [При выборе метода контрацепции, женщине нужно подумать:](#)

- приемлем ли данный метод для моего партнера и поддержит ли он его;

- приемлема ли для меня цена этого метода;

- удовлетворяет ли меня степень безопасности этого метода;

- следует ли мне предохраняться от инфицирования болезнями передаваемых половым путем.

### Существуют следующие методы контрацепции:

Комбинированные гормональные таблетки, содержащие 2 вида гормонов: эстроген и прогестоген . Они сбалансированы в специальных дозах, которые предупреждают овуляцию и сгущают слизь шейки матки, что затрудняет проникновение сперматозоидов в матку.

2. Противозачаточные таблетки , содержащие только прогестерон- мини-пили. Содержат один гормон-прогестин в минимальных дозах , чем комбинированные гормональные таблетки. Сгущают слизь шейки матки, что не позволяет сперме проникнуть в матку.

3. Инъекционные контрацептивы. Это препараты ( например Депо-Провера) подавляют овуляцию, сгущают слизь шейки матки, а так же снижают функциональные способности слизи матки.

4. Спираль ( внутриматочное средство). Современные спирали содержат медь или гормоны, которые в ничтожных дозах постепенно выделяют из спирали , снижая активность сперматозоидов и препятствуя оплодотворению яйцеклетки. Если оплодотворение все же произошло , спираль находясь в полости матки, механически не позволяет оплодотворенной клетке укрепиться и начать свое развитие.

5. Презервативы. Тонкий резиновый мешочек, используемый мужчинами, в котором скапливается сперма после эякуляции. Он предохраняет от проникновения спермы в матку, а также от болезней передаваемых половым путем.

6. Спемиды .Содержат химические вещества, которые во влагалище уничтожают сперматозоиды.

7. Календарный метод. Календарный, или метод периодического воздержания, применяют женщины, которые по различным причинам не могут или не хотят применять противозачаточные средства. Женщина вычисляет время наступления овуляции. В это время нужно воздержаться от полового акта вообще или применять другой метод контрацепции.

8. Хирургическая контрацепция ( или стерилизации). Этот метод подходит для человека или пары, которые уже создали семью, имеют детей и оба убеждены, что больше не хотят иметь детей. Проводится стерилизация только одного из партнеров.

Стерилизация женщины- ликвидируется просвет труб, в результате чего прекращается продвижение яйцеклетки в полость матки.

Стерилизация мужчины( вазэктомия)-семявыводящий проток мужчины либо перевязывается, либо достигается его рубцевание, чтобы ликвидировать проходимость протока, и сперматозоиды не могли соединиться со спермой.

9.Посткоитная контрацепция или контрацепция в непредвиденных случаях. Это гормональные таблетки , которые применяют в течении 72-х часов после полового акта. Они предотвращают возможное наступление беременности вызывая кровотечение.

Мы надеемся, что полученная информация поможет Вам в вопросе выбора метода контрацепции и в вопросах планирования беременности.

Крепкого Вам здоровья.