

«Центр общественного здоровья и медицинской профилактики»

Школа мужского репродуктивного здоровья

Занятие 2

Контрацепция
Аборт



Контрацепция

Контрацепция — это предохранение от нежелательной беременности.

Планирование семьи с помощью современных средств контрацепции — это профилактика нежелательной беременности.

На сегодняшний день

Многие женщины и мужчины:

- не хотят иметь детей, или
- не хотят иметь еще одного ребенка в ближайшем будущем, или
- хотят отложить рождение первого ребенка,
- **ОДНАКО**, не используют никаких методов контрацепции



Право каждого человека

свободно и ответственно принимать решение:

- о числе детей в семье
- о перерывах между беременностями
- о времени рождения детей



Владение информацией о современных методах контрацепции — необходимое условие реализации этого права.

Методы контрацепции

традиционные

современные

Эффективность любого из методов оценивается с помощью индекса Перля.

Индекс Перля равен числу нежелательных беременностей у 100 женщин, пользовавшихся определённым методом контрацепции в течение 12 месяцев.



Традиционные методы контрацепции

- Ритмический
- Механические
- Химический
- Прерванный половой акт



Календарный метод

— метод, основанный на определении времени овуляции, которая наблюдается у женщин на $14(\pm 2)$ -й день менструального цикла и на ограничении половых сношений в близлежащие дни.

Овуляция — (лат. ovum — яйцо), выход зрелой, способной к оплодотворению яйцеклетки из фолликула яичника в брюшную полость; этап менструального цикла.

Фертильный период

Фертильный период — это период, когда женщина может забеременеть.

Фертильный период:

- начинается за несколько дней до овуляции
- продолжается несколько дней после овуляции



Календарный метод

Следует избегать полового сношения с 8-го по 19-й дни менструального цикла женщины.

Метод эффективен только для женщин с регулярным менструальным циклом стабильной продолжительности.



КАЛЕНДАРНЫЙ МЕТОД

• Плюсы:

- бесплатно

• Минусы:

- сложность подсчетов
- низкая эффективность (79%)
- необходимость воздержания



Механические методы



влагалищная
диафрагма



презерватив



Презерватив

На сегодняшний день только презерватив обеспечивает двойную защиту: предохраняет от нежелательной беременности и от ИППП, включая ВИЧ/СПИД.

При регулярном и правильном использовании презерватив представляет собой эффективный метод. Эффективность презерватива увеличивается при его использовании со спермицидами.



Рекомендации по применению презервативов

- Применяйте презервативы при каждом половом контакте (вагинальном, оральном, анальном) в целях защиты от ИППП/ВИЧ и незапланированной беременности
- Презервативы должны храниться в прохладном и сухом месте, защищенном от солнечных лучей
- Не используйте презерватив повторно



Рекомендации по применению презервативов

- Применяйте только смазки на водной основе и не используйте смазки на масляной основе (растительное масло, вазелин, крема и т.д.)
- Другие варианты смазок: презервативы со смазкой, спермициды, естественный вагинальный секрет



Если презерватив при использовании порвался

Если еще НЕ ПРОИЗОШЛА эякуляция:

- мужчина должен остановить половой акт и надеть новый презерватив

Если эякуляция ПРОИЗОШЛА:

- промойте влагалище и половой член мылом и водой
- подумайте об использовании методов экстренной контрацепции в течение ближайших 120 часов (5 дней)

Химические методы контрацепции

- Убивают сперматозоиды или
- Делают сперматозоиды неспособными продвигаться к яйцеклетке



Спермициды

СПЕРМИЦИДЫ

• Плюсы:

- защита от инфекций

• Минусы:

- низкая эффективность (79%)
- не защищает от СПИДа
- раздражающее действие на слизистые (жжение)
- спонтанный секс исключен
- короткое действие



Прерванный половой акт

ПРЕРВАНЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ

- **Плюсы:**

- бесплатно

- **Минусы:**

- крайне низкая эффективность (80%)

- дискомфорт



Современные методы контрацепции



внутриматочная

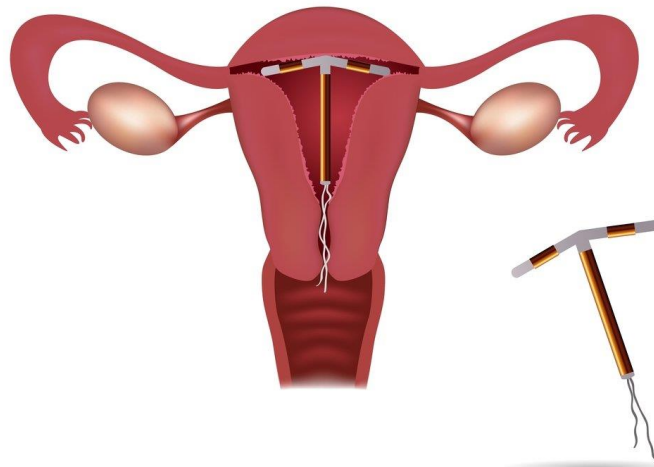


гормональная



Внутриматочная контрацепция

- ВМС нарушает имплантацию (внедрение) оплодотворённой яйцеклетки
- Эффективность медьсодержащих ВМС высока (индекс Перля составляет 1-2)
- Противопоказания: воспалительные заболевания половых органов, опухоли половых органов
- ВМС предпочтительнее назначать рожавшим



Гормональная контрацепция

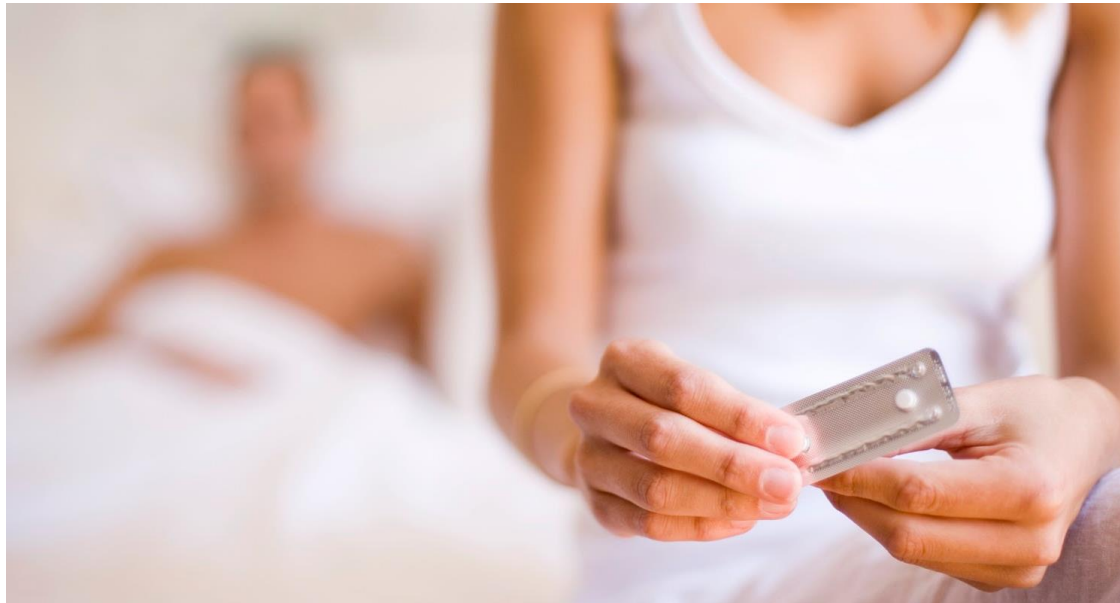
- Самый популярный метод контрацепции
- Существуют в виде таблеток, инъекций, колец, пластырей
- Содержат половые гормоны, которые вырабатывает женский организм. Эти гормоны препятствуют овуляции и делают беременность невозможной



Посткоитальная контрацепция



Посткоитальная (**«пожарная»** или срочная) контрацепция применяется **в течении 120 часов** после незащищенного полового акта, и **чем раньше, тем лучше.**



Экстренная «пожарная» контрацепция

Применяется:

- при разрыве презерватива
- в случае изнасилования
- в случае пропуска приёма 2 таблеток КОК подряд



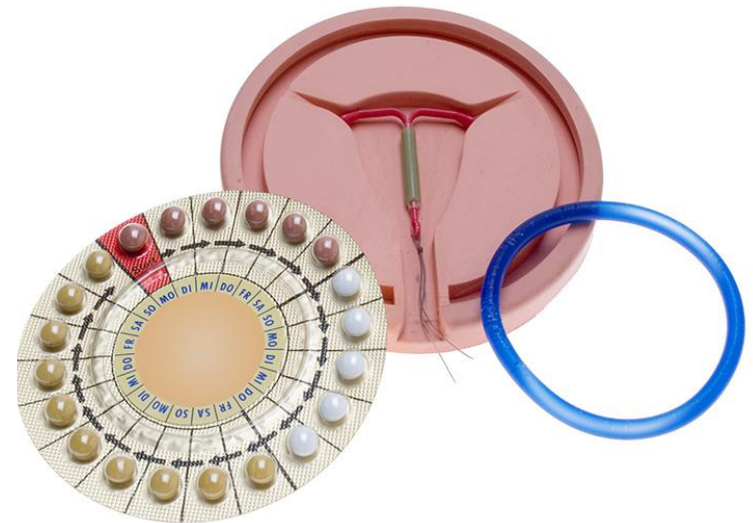
**Не более 1-2 раза
за всю жизнь!**

Эффективность различных методов контрацепции, %

Метод	Типичное использование	Абсолютное правильное использование
Комбинированные гормональные средства	92	99.7
Презервативы	79	95
ВМС	99.2	99.4
Спермициды	71	82
Прерванный половой акт	73	96
Календарный метод	75	91
Метод стандартных дней	88	95
Экстренная контрацепция	От 56 до 93	

Для тех кто подвергается риску ИППП

Рекомендуется при каждом половом контакте использовать презерватив, даже если применяется другой метод контрацепции (двойной метод).



Аборт

Аборт — это искусственное прерывание беременности.

Прерывание беременности законом разрешается производить женщинам (по их желанию) со сроком беременности до 12 недель при отсутствии противопоказаний к этой операции.

Противопоказаниями к искусственному прерыванию беременности являются острые и подострые воспалительные процессы любой локализации, острые инфекционные заболевания.

Риск аборта

- Осложнения, в процессе операции (массивное кровотечение, прободение матки и др.)
- Развитие гормонально-зависимых заболеваний (миома матки, эндометриоз)
- Воспалительные заболевания женской половой сферы, с образованием спаек в маточных трубах и возникновением риска внематочной беременности
- Бесплодие
- Нейроэндокринные нарушения
- Сексуальные проблемы, вплоть до полной утраты интереса к интимной жизни
- Прерывание беременности причиняет моральную травму

Безопасного аборта не существует!

Аборт



**Аборт не является методом
контрацепции!**



Спасибо за внимание

