

Статистика методов контрацепции

Подготовили ученицы 10-Ми класса
Череватая Аня, Ткачук Юля

Сегодня каждая пара может контролировать свою сексуальную жизнь и осознанно планировать беременность. Существование такой жизненной свободы - огромная заслуга ученых и фармацевтов, которые регулярно изобретают все более совершенные методы контрацепции. Конечно, даже у самого надежного метода иногда бывают осечки. Кроме того, существует множество мифов, которые мешают разобраться в истинной надежности того или иного метода.

Контрацепция (от новолат. «contraceptio» — букв. — исключение) — предотвращение беременности механическими (презервативы, шейные колпачки и др.), химическими (например, влагалищные шарики, грамицидиновая паста) и другими противозачаточными средствами и способами. Некоторые методы (в частности, презерватив) помогают значительно снизить вероятность заражения ВИЧ и другими венерическими заболеваниями.

Давайте попробуем разобраться, какие методы контрацепции являются самыми надежными.



* Стерилизация - 99.9%

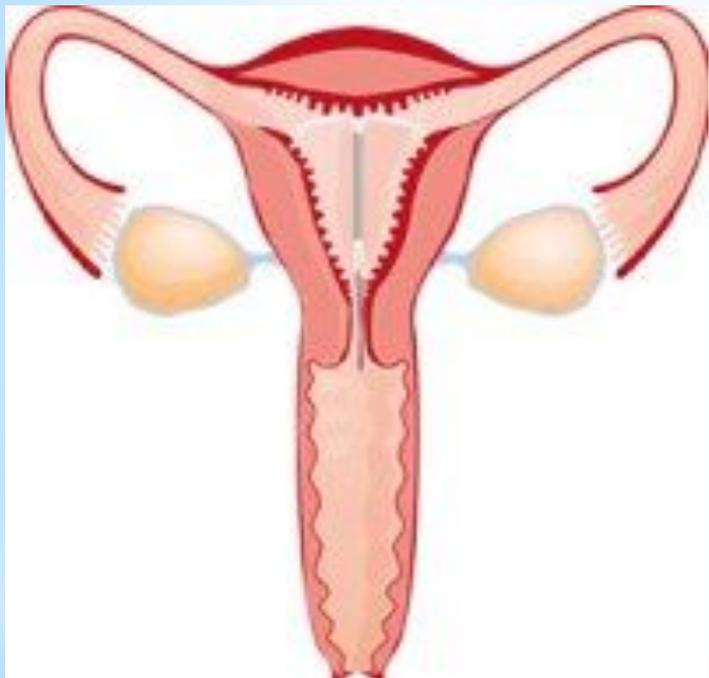
- * Самым эффективным методом контрацепции является стерилизация. У мужчин - это вазэктомия-перевязанные (хирургическим путем) семявыносящие протоки, у женщин - перевязка маточных труб. Данные процедуры требуют хирургического вмешательства и исключают возможность иметь ребенка в будущем, поэтому, естественно, не пользуются особенной популярностью у молодых мужчин и женщин. По надежности стерилизацию обгоняет только полное воздержание.
- * **Особенности:** Рекомендуется только женщинам, которые уже имеют несколько детей и в случае медицинских противопоказаний к беременности, потому как способность забеременеть не восстанавливается. Существует также риск внематочной беременности.



* Оральные контрацептивы - 99.7%

- * Гормональные таблетки являются одним из самых надежных методов контрацепции. Они оказывают комплексное действие на женскую половую систему: подавляется овуляция, сгущается слизь в цервикальном канале, истончается слой эндометрия в матке. Во время приема таблеток яичники женщины "отдыхают", а необходимая доза гормона обеспечивается препаратом. Сгущение цервикальной слизи в шейке матки препятствует проникновению в матку не только сперматозоидов, но и бактерий, тем самым снижая риск инфекционных заболеваний. Однако следует понимать, что оральные контрацептивы не защищают от инфекций, передающихся половым путем. Также при использовании этого метода контрацепции снижаются кровопотери женщины в период менструации, за счет уменьшения внутреннего слоя матки. Этот эффект оказывает положительное влияние на здоровье в целом, особенно для женщин, страдающих от железодефицитной анемии.
- * **Особенности:** Комбинированные оральные контрацептивы качественно отличаются от других гормональных средств контрацепции, так как разные таблетки содержат разные дозировки и сочетания гормонов. Это дает возможность индивидуального подхода и выбора именно тех таблеток, которые смогут решить проблемы конкретной женщины. Естественно, подбирать их должен гинеколог. Гормональные таблетки последнего поколения, помимо контрацептивного эффекта, имеют выраженное неконтрацептивное действие: они позитивно влияют на состояние кожи и волос, устраняют ПМС, сокращают длительность менструации и уменьшают болезненные ощущения в этот период.

* Внутриматочная контрацепция - 99.2-99.8%



- * Этот вид контрацепции включает внутриматочную спираль и внутриматочную гормональную систему. Как по надежности, так и по механизму действия они отличаются друг от друга. Спираль устанавливается в полость матки и препятствует имплантации (прикреплению) оплодотворенной яйцеклетки.
- * Внутриматочная гормональная система вводится тем же способом, но действует по-другому - она регулярно высвобождает определенное количество гормона, которое воздействуя местно, оказывает несколько эффектов: повышает вязкость слизи в цервикальном канале, подавляет подвижность сперматозоидов, истончает внутренний слой полости матки (эндометрий).
- * **Особенности:** Внутриматочная гормональная система подходит женщинам, которые не собираются беременеть в течение длительного времени, а также кормящим мамам. Она устанавливается на 5 лет, впрочем, при необходимости существует возможность извлечь ее раньше. В отличие от спирали, гормональная система не является абортивным методом контрацепции.

* Гормональные имплантаты и инъекции - 90-99%

* Эти методы контрацепции работают по принципу гормональных таблеток, только гормон вводится в организм другими способами: внутримышечная инъекция проводится каждые три месяца (или ежемесячно), гормональный имплантат вводится в верхнюю часть руки и обеспечивает контрацепцию в течение 5 лет.

* **Особенности:** Сложно подобрать индивидуально, исходя из состояния здоровья женщины и ее индивидуальных потребностей. Существует ряд побочных эффектов: нерегулярные кровотечения, выделения, головная боль, набор веса.

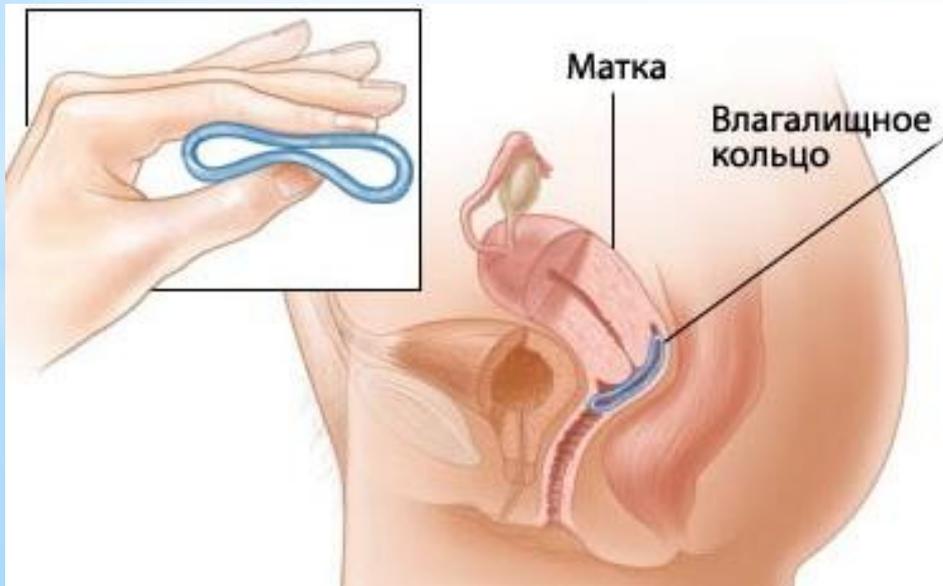


* Гормональный пластырь и кольцо - 92%



* Одинаковый уровень надежности у этих двух методов отнюдь не говорит о схожести их применения: гормональный пластырь клеится на кожу, а гормональное кольцо необходимо самостоятельно вводить во влагалище.

* **Особенности:** Гормональный пластырь нужно наклеивать каждые 7 дней, начиная с первого дня цикла. Использование гормонального кольца же рассчитано на один цикл. Его нужно установить с 1-го по 5-й день цикла, а через три недели (на 22 день) извлечь. На 8 день перерыва вводится новое. Именно соблюдение четких схем позволяет этим методам быть эффективными, таким образом, они подходят только очень организованным женщинам.



* Барьерные методы: презерватив, диафрагма, колпачок, губка - 84-85%

* Презерватив- единственный среди всех вышеперечисленных средств контрацепции, защищающий не только от беременности, но и от любых инфекций и бактерий. Но его невысокая надежность говорит о том, что это изделие часто выходит из строя (попросту рвется).



* Диафрагма, колпачок и губка - также барьерные методы контрацепции, эти приспособления устанавливаются во влагалище непосредственно перед половым актом.

* **Особенности:** Эти методы контрацепции требуют подготовки к половому акту - а, значит, могут значительно снижать сексуальное влечение, вызывать дискомфорт и уменьшать чувствительность.



* Календарный метод - 80%



- * Предполагает математические вычисления дней, в которые может состояться оплодотворение, согласно менструальному циклу женщины. Таким образом, в «опасный» период нужно или воздержаться от сексуального контакта или использовать другие методы контрацепции.
- * **Особенности:** Подходит только женщинам с регулярным менструальным циклом, которых не смущает "любовь по графику".

* Прерванный половой акт (ППА) - 73%

* Суть в том, что мужчина должен успеть извлечь половой член из влагалища до семяизвержения. Это один из самых древних способов предохранения от беременности, но далеко не самый надежный. Учитывайте, что небольшое количество семенной жидкости может выделяться и во время полового акта.

* **Особенности:** Прибегая к ППА, мужчина вынужден намеренно контролировать эякуляцию, а это не только отвлекает от самого процесса, лишая его возможности испытывать полную гамму ощущений, ради которых, собственно, и происходит сексуальный контакт, но и является неправильным с медицинской точки зрения. Так, волевое препятствие рефлексорному семяизвержению приводит к проблемам с потенцией и эякуляцией (например, среди мужчин с простатитом, половина регулярно практиковала прерванный половой акт).

* Недостаточная надежность ППА негативно отражается и на сексуальной жизни женщины. Она тоже испытывает психологическое напряжение, которое не позволяет ей расслабиться и получить максимальное удовлетворение во время полового акта. По статистике среди женщин, которые никогда не испытывали оргазм -50 % предохранялись ППА.



