

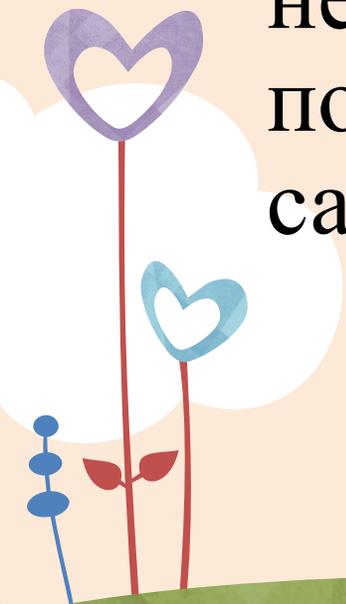


# **здоровая семья планирование семьи**



# Понятие семьи

- *Семья* - организованная социальная группа, члены которой связаны общностью быта, взаимной моральной ответственностью и социальной необходимостью, которая обусловлена потребностью общества в физическом и духовном самовоспроизводстве.



# Главная особенность семьи

Семья - это одновременно

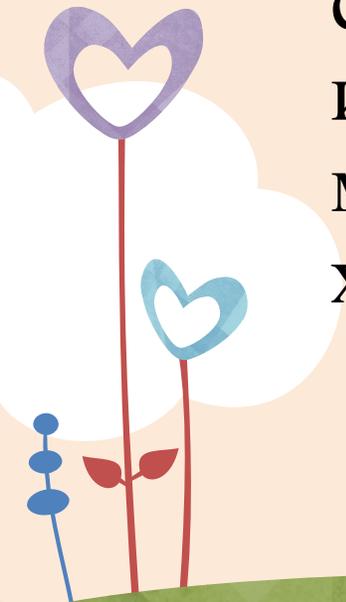
## Малая социальная группа

Общность людей,  
объединенных совместной  
деятельностью и  
находящихся в  
непосредственном  
контакте

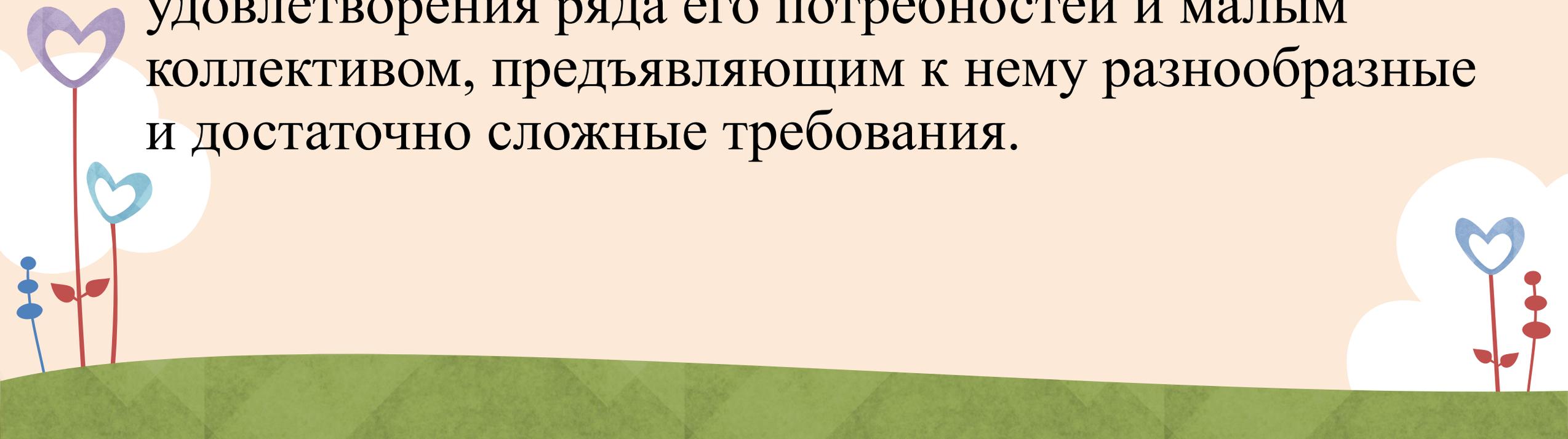
## Социальный институт

Устойчивая  
общественная структура,  
обладающая  
общественными  
функциями

- Семья принадлежит к важнейшим общественным ценностям. Согласно некоторым научным теориям, именно форма семьи могла на протяжении многих веков определять общее направление эволюции макросоциальных систем.
- Каждый член общества, помимо социального статуса, этнической принадлежности, имущественного и материального положения, с момента рождения и до конца жизни обладает такой характеристикой, как семейнобрачное состояние.

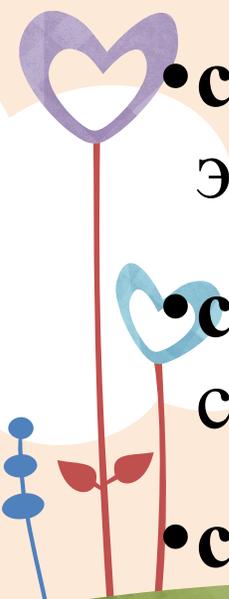


- Для ребёнка семья - это среда, в которой складываются условия его физического, психического, эмоционального и интеллектуального развития.
- Для взрослого человека семья является источником удовлетворения ряда его потребностей и малым коллективом, предъявляющим к нему разнообразные и достаточно сложные требования.



# Выделяют следующие аспекты семьи:

- **семья как социальный институт**, характеризующийся определенными социальными нормами, санкциями, образцами поведения, правами и обязанностями, регулирующими отношения между супругами, между родителями и детьми;
- **семья экономическая** - объединяет лиц, связанных экономически — общим семейным бюджетом;
- **семья территориальная** - объединяет лиц по признаку совместного проживания;
- **семья биологическая** - состоит из родителей и детей.



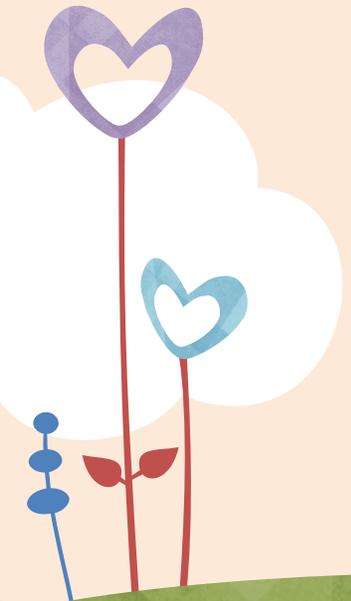
# Типы семьи

*В зависимости от форм брака:*

- - моногамная семья - состоящая из двух партнёров;
- - полигамная семья - один из супругов имеет несколько брачных партнёров (полигиния - одновременное состояние мужчины в браке с несколькими женщинами (брак заключается мужчиной с каждой из женщин отдельно), в шариате есть ограничение количества жён - не более четырёх; полиандрия — одновременное состояние женщины в браке с несколькими мужчинами (встречается редко, например, у народов Тибета, Гавайских островов).

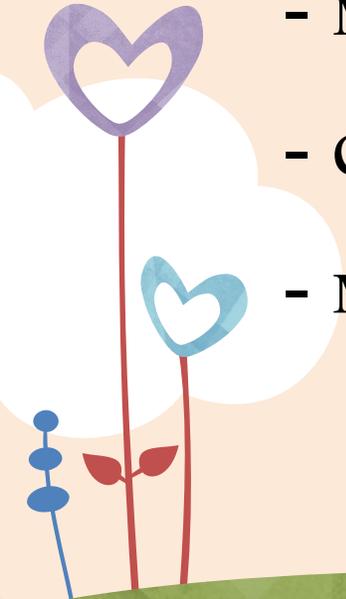
# ***В зависимости от пола супругов:***

- однополая семья (двое мужчин или две женщины, совместно воспитывающие приёмных детей или детей от предыдущих (гетеросексуальных) браков.)
- разнополая семья.



# ***В зависимости от количества детей***

- бездетная, или инфертильная семья;
- однопдетная семья;
- малодетная семья;
- среднетдетная семья;
- многодетная семья.



# ***В зависимости от состава:***

- простая или нуклеарная семья - состоит из одного поколения, представленного родителями (родителем) с детьми или без детей.
- сложная семья или патриархальная - большая семья из нескольких поколений.



# ***В зависимости от состава:***

-Нуклеарная семья в современном обществе получила наибольшее распространение.

Она может быть:

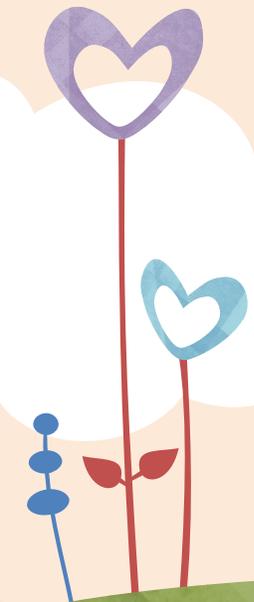
а) полной - в составе есть оба родителя и, хотя бы, один ребёнок;

б) неполной - семья только из одного родителя с детьми, или семья, состоящая только из родителей без детей.

- сложная семья может включать бабушек и дедушек, братьев и их жён, сестёр и их мужей, племянников и племянниц.

# ***В зависимости от распределения власти в семье (вопрос лидерства):***

- традиционная (патриархальная) - лидирующая роль принадлежит старшему мужчине;
- нетрадиционная - сохраняется традиционная установка на лидерство мужчины, но без достаточных экономических оснований;
- эгалитарная - семья равных, современный тип семьи, где обязанности распределяются справедливо.



# ***В зависимости от проживания семьи:***

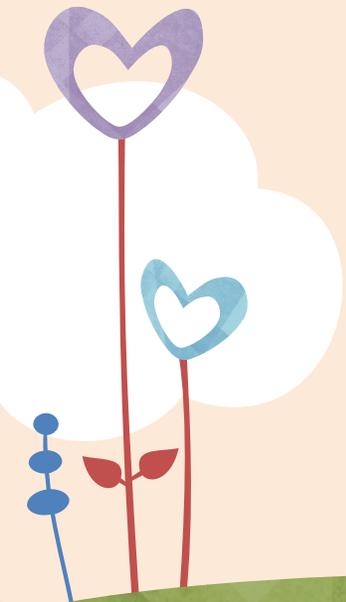
- матрилокальная - молодая семья, проживающая с родителями жены;
- патрилокальная - семья, проживающая совместно с родителями мужа;
- неолокальная - семья проживает отдельно от родителей.

Каждую из категорий семей характеризуют протекающие в ней социально-психологические явления и процессы, присущие ей брачно-семейные отношения, включающие психологические аспекты предметно-практической деятельности, круг общения и его содержание, особенности эмоциональных контактов членов семьи, социально-психологические цели семьи и индивидуально-психологические потребности её членов.

# Этапы жизненного цикла семьи

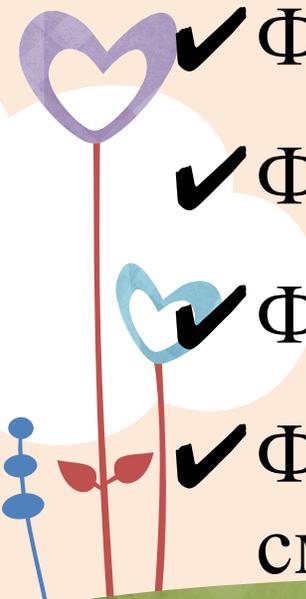
*жизненный цикл семьи* - это некая последовательная смена событий и стадий, которые проходит любая семья.

Условно жизненный цикл семьи может быть разделен следующим образом:



# Этапы жизненного цикла семьи

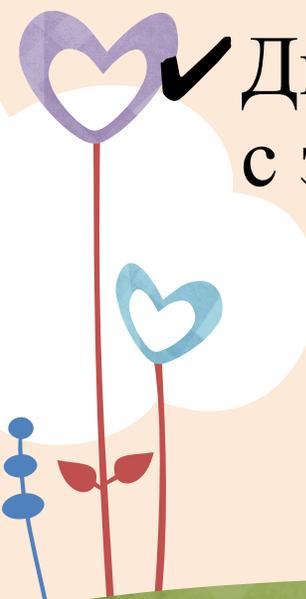
- ✓ Период ухаживания.
- ✓ Фаза проживания супругов без детей (или стадия монады).
- ✓ Семья с маленьким ребенком (или стадия триады).
- ✓ Фаза стабилизации или зрелого брака.
- ✓ Фаза, в которой дети постепенно покидают дом.
- ✓ Фаза «пустого гнезда».
- ✓ Фаза, в которой кто-то из партнеров остается один после смерти другого.



***Каждая фаза жизненного цикла семьи ставит перед ее участниками определенные задачи.***

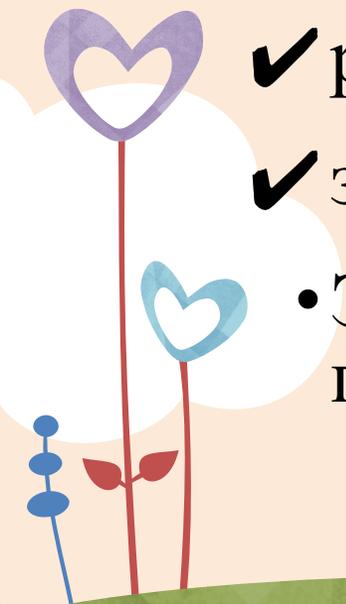
✓ Функциональная семья - это та семья, которая успешно справляется с поставленными перед ней внешними и внутренними задачами.

✓ Дисфункциональная, соответственно - это та семья, которая с этими задачами не справляется.



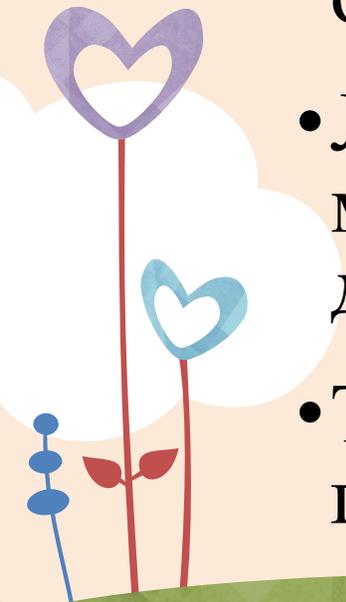
# Период ухаживания

- Чтобы успешно пройти эту фазу молодые люди должны разрешить следующие проблемы:
  - ✓ достижение эмоциональной и финансовой независимости от родителей;
  - ✓ развитие навыков ухаживания и привлечения партнера;
  - ✓ занятие адекватного возрасту статуса.
- Это - очень важная стадия, как для индивидуального психического развития, так и для развития его будущей семьи.



# Фаза проживания супругов без детей (или стадия монады)

- Это - первый кризис, когда люди начинают жить вместе и должны договориться о том, по каким правилам это будет происходить.
- Есть правила, которые легко выработать, а некоторые очень трудно.
- Легче всего выработать внешние правила (кто и когда моет посуду, кто ходит в магазин, кто зарабатывает деньги и т.д.).
- Труднее выработать правила, связанные с более глубинными вещами.

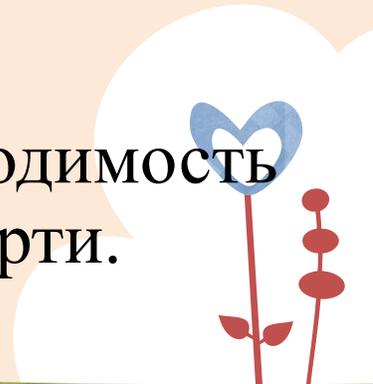
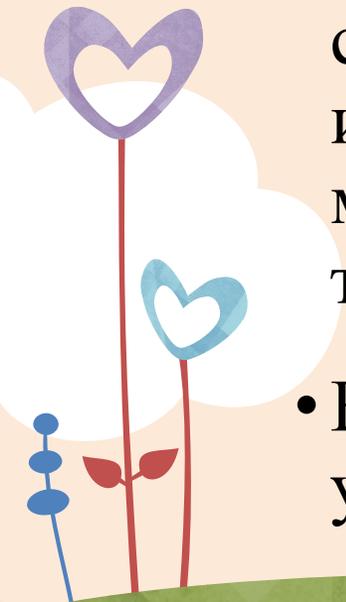


# Семья с маленьким ребенком (или стадия триады)

- Это очередной кризис, когда меняется вся структура семьи.
- Было двое, а стало трое.
- И снова надо договариваться, так как возникли новые обязанности и новые роли.
- На этом этапе может возникнуть ревность одного из супругов, если он почувствует, что другой партнер больше привязан к ребенку, чем к нему.
- Может возникнуть проблема самореализации у матери, которая будет ревновать мужа к активному образу жизни, которого она сейчас лишена.
- Могут возникнуть проблемы взаимодействия с родительскими семьями, так как бабушки и дедушки могут захотеть влиять на то, что происходит в молодой семье.

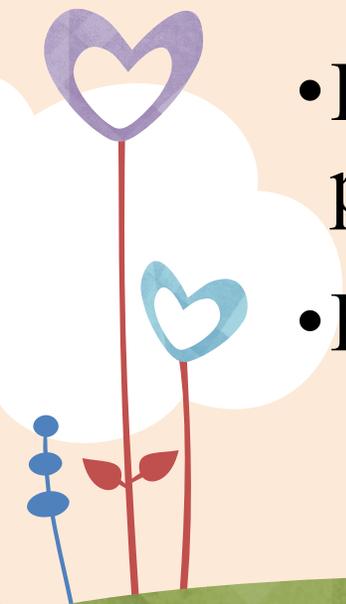
# Фаза стабилизации

- Обычно эта фаза соответствует кризису середины жизни супругов.
- Середина жизни характеризуется сочетанием больших возможностей с серьезными ограничениями.
- Вроде люди накопили большой опыт, получили определенный социальный статус, но уже не так просто адаптироваться к изменяющимся экономическим обстоятельствам, трудно что-то менять, приходится «плыть по течению» даже тогда, когда это течение тебе не очень нравится.
- Еще одним типичным стрессом для семьи является необходимость ухода за престарелыми родителями и переживание их смерти.



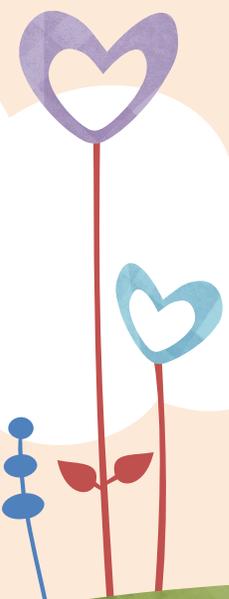
## ***Фаза, в которой дети постепенно покидают дом***

- Наиболее серьезные кризисы семья переживает тогда, когда кто-то вступает в семью или покидает ее.
- Родители могут вдруг обнаружить, что им не о чем говорить друг с другом.
- Или вдруг обостряются старые разногласия и проблемы, решение которых было отложено из-за рождения детей.
- В этот период возрастает число разводов.



# Последние стадии жизненного цикла семьи

- Уход на пенсию может сделать проблему пребывания наедине друг с другом еще более острой.
- Часто в это время возникает проблема ухода за старым супругом.
- Время идет, один из супругов умирает, и жизненный, цикл семьи завершается.
- Наступает стадия монады, только на другом возрастном уровне.
- Мы видим, что каждая стадия развития семьи несет в себе потенциальную угрозу разрыва отношений.



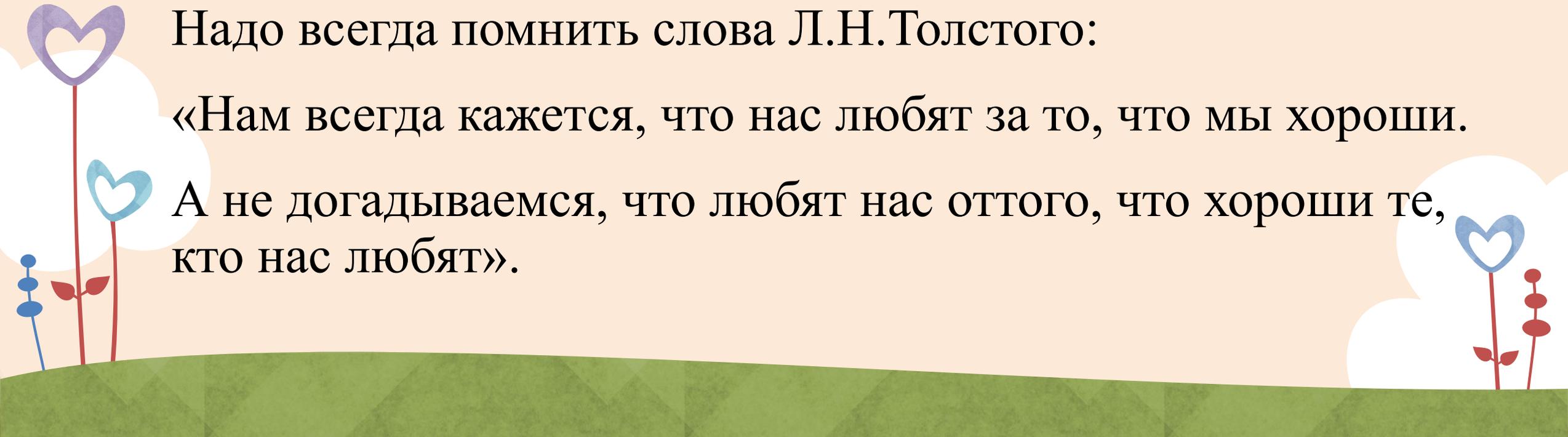
# ***Последние стадии жизненного цикла семьи***

- Но, если супруги совместно преодолевают кризис, то их любовь и содружество только возрастают.
- Главное - не запускать проблемы, активно их решать, не думать, что все «рассосется само собой»

Надо всегда помнить слова Л.Н.Толстого:

«Нам всегда кажется, что нас любят за то, что мы хороши.

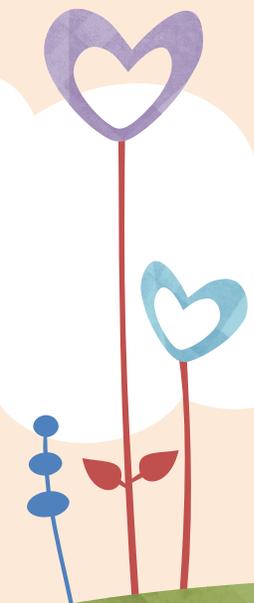
А не догадываемся, что любят нас оттого, что хороши те, кто нас любят».



# Основные функции семьи

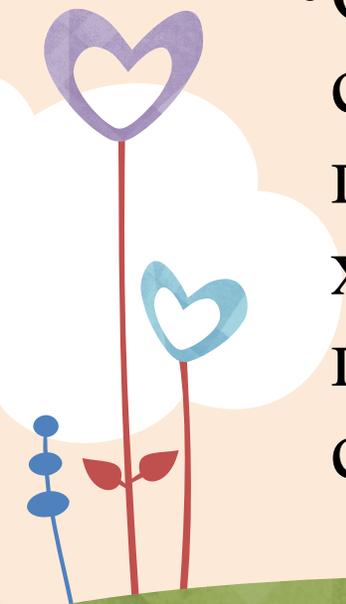
- *репродуктивная,*
- *экономическая,*
- *воспитательная,*
- *коммуникативная,*
- *организации досуга и отдыха.*

Между ними существует тесная взаимосвязь, взаимопроникновение и взаимодополняемость.



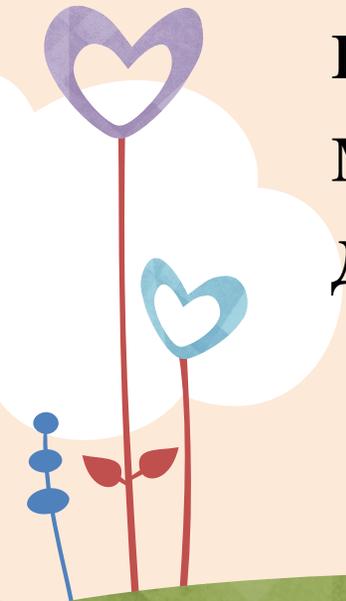
# Основные функции семьи

- **Репродуктивная функция** семьи состоит в воспроизводстве жизни, то есть в рождении детей, продолжении человеческого рода.
- Семья участвует в общественном производстве средств жизни, восстанавливает истраченные на производстве силы своих взрослых членов, ведет свое хозяйство, имеет свой бюджет организует потребительскую деятельность. Все это, вместе взятое, составляет **экономическую функцию** семьи.

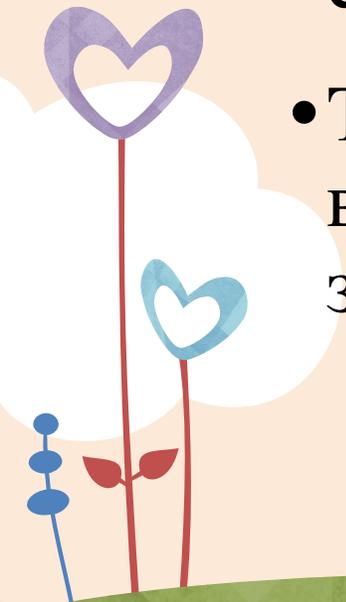


# *Воспитательная функция*

- традиционно связана с передачей своим детям нравственных ценностей и норм, трудовых навыков, приобщением их к окружающему миру, жизни в обществе, взаимодействию с другими детьми.

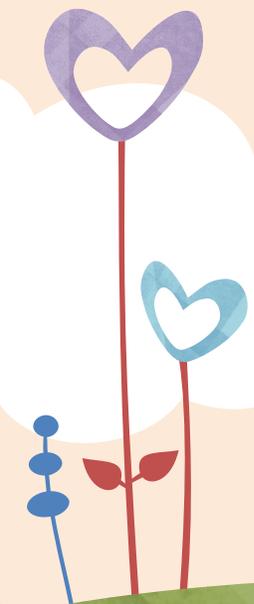


- Воспитательная функция семьи имеет три аспекта.
- **Первый** - формирование личности ребенка, развитие его способностей и интересов, передача детям взрослыми членами семьи накопленного обществом социального опыта.
- **Второй** - систематическое воспитательное воздействие семейного коллектива на каждого своего члена в течение всей его жизни.
- **Третий** - постоянное влияние детей на родителей (и других взрослых членов семьи), побуждающее их активно заниматься самовоспитанием



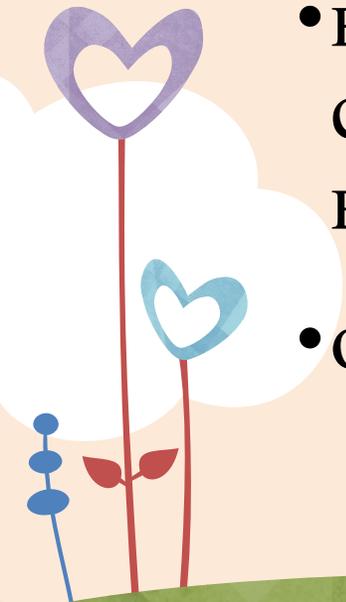
# ***Коммуникативная функция.***

Очень важную роль в семье играет психологический климат и характер взаимоотношений членов семьи. Общение в любых формах требует уважение друг к другу. Способность к эмоциональному и интеллектуальному пониманию в семье – обязательное условие любого взаимодействия.



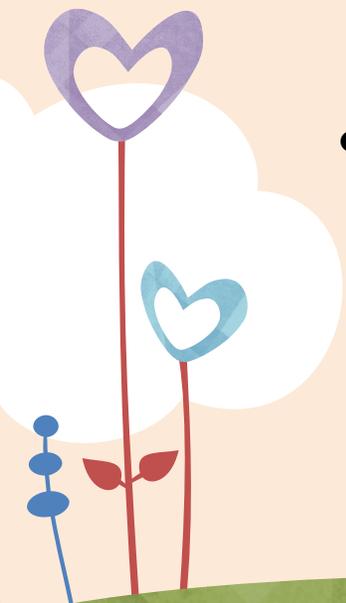
Можно назвать следующие компоненты этой функции:

- посредничество семьи в контакте своих членов со средствами массовой информации (телевидение, радио, периодическая печать), литературой и искусством;
- влияние семьи на многообразные связи своих членов с окружающей природной средой и на характер ее восприятия;
- организация внутрисемейного общения.

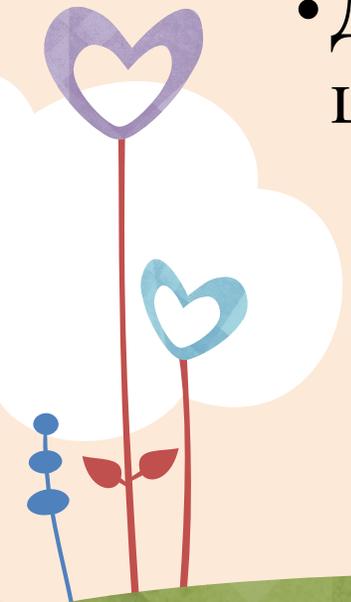


# ***Досуговая функция.***

- Сфера семейного досуга менее всего регламентирована в жизнедеятельности семьи, в ее основе лежит общность интересов супругов, однако при разных интересах возможен определенный психологический компромисс.
- Активнейшее воздействие семья оказывает на развитие духовной культуры, на социальную направленность личности, мотивы поведения.

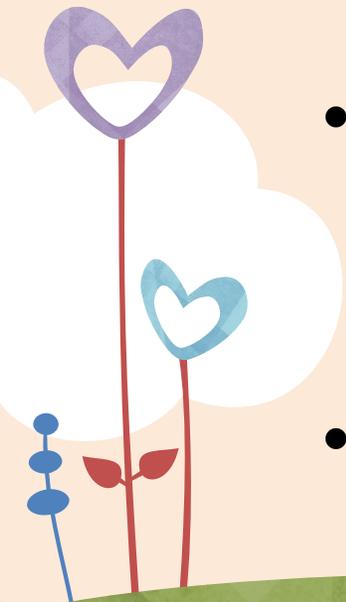


- Являясь для ребенка микро моделью общества, семья оказывается важнейшим фактором в выработке системы социальных установок и формирования жизненных планов.
- Общественные правила впервые осознаются в семье, культурные ценности общества потребляются через семью, познание других людей начинается с семьи.
- Диапазон воздействия семьи на воспитание детей столь же широк, как и диапазон общественного воздействия.



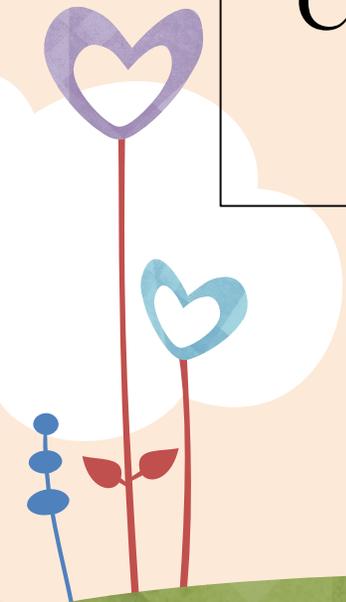
# Для современной семьи и образа ее жизни характерны следующие особенности:

- оба супруга, как правило, работают;
- в бюджет семьи вносят свой вклад все работающие члены семьи;
- расходы членов семьи связаны с ведением общего быта, общего досуга, частично производятся вне семьи;
- время общения членов семьи ограничено.



# Законодательство о семье.

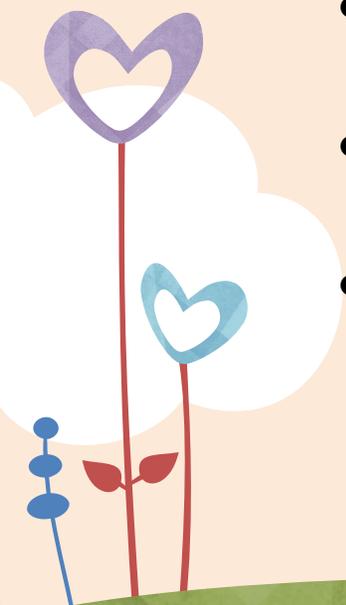
- **Семейный кодекс Российской Федерации**, принятый государственной Думой 8 декабря 1995 г. (Закон Российской Федерации от 29 . 12. 95 № 223- ФЗ).
- 8 декабря 1995 года Государственной Думой принят Семейный кодекс РФ. Изменения от 28.11.2015.



# Законодательство о семье.

**В кодексе прописаны вопросы:**

- Заключение и прекращение брака
- Права и обязанности супругов
- Права и обязанности родителей и детей
- Алиментные обязательства членов семьи
- Формы воспитания детей, оставшихся без попечения родителей

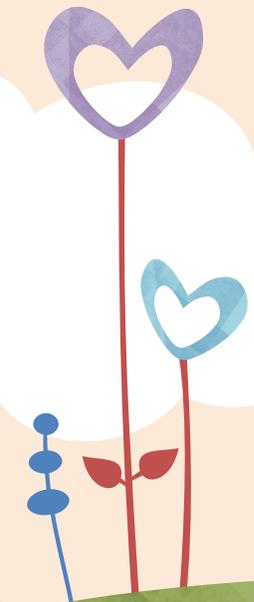


- Семейное законодательство исходит из необходимости укрепления семьи, построения семейных отношений на чувствах взаимной любви и уважения, взаимопонимания и ответственности перед семьёй всех её членов, недопустимости произвольного вмешательства кого-либо в дела семьи, обеспечения беспрепятственного осуществления членами семьи своих прав, возможности судебной защиты этих прав.

- Признаётся брак, заключенный только в органах записи актов гражданского состояния.

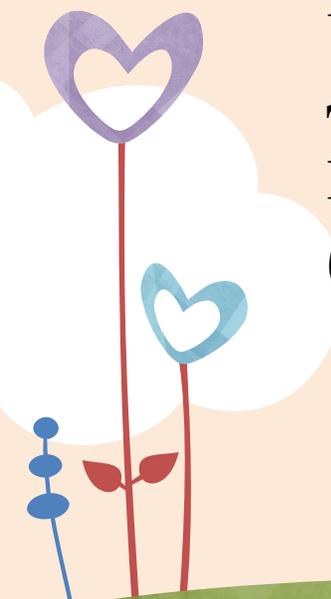
- Брачный возраст устанавливается в восемнадцать лет.

- 



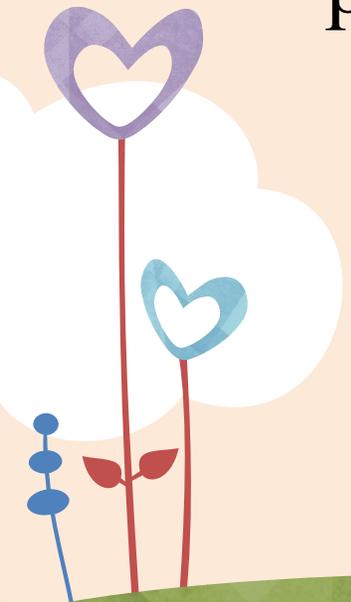
# В России не допускается заключение брака между:

- ✓ лицами, из которых хотя бы одно лицо уже состоит в другом зарегистрированном браке;
- ✓ близкими родственниками: родственниками по прямой восходящей и нисходящей линии ( родителями и детьми, бабушкой, бабушкой и внуками), полнородными и неполнородными ( имеющими общих отца или мать) братьями и сестрами;

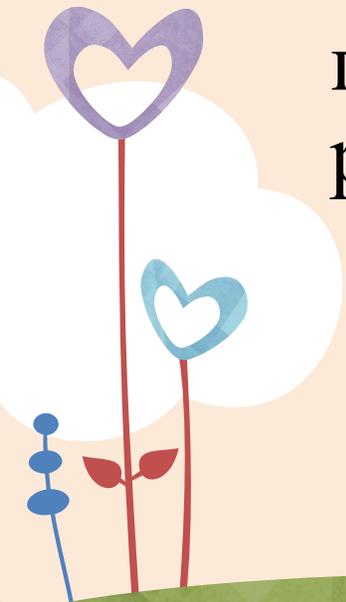


# В России не допускается заключение брака между:

- ✓ усыновителями и усыновленными;
- ✓ лицами, из которых хотя бы одно лицо признано судом недееспособным вследствие психического расстройства (статья 14).

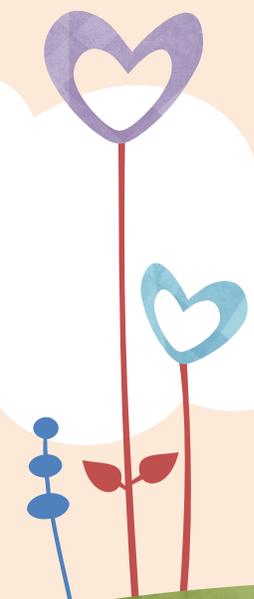


- ***Заключение брака*** производится в личном присутствии лиц, вступающих в брак, по истечении месяца после подачи ими заявления в органы записи актов гражданского состояния.
- ***Брачный договор*** (статьи 40-44). Брачным договором признаётся соглашение лиц, вступающих в брак, или соглашение супругов, определяющие имущественные права и обязанности супругов в браке и (или) в случае его расторжения.



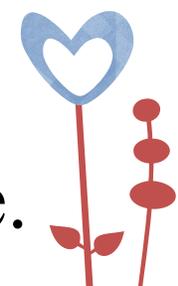
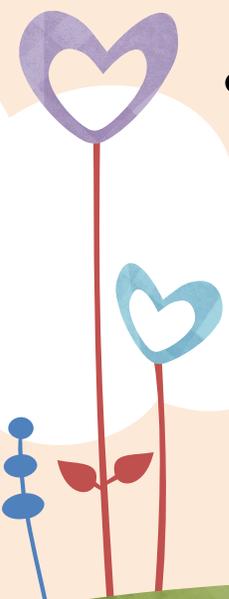
# Права и обязанности родителей в отношении детей

- «Родители имеют равные права и несут равные обязанности в отношении своих детей (родительские права)» (статья 61).
- Родительские права прекращаются по достижении детьми возраста 18 лет, а также при вступлении несовершеннолетних детей в брак и в других установленных законом случаях приобретения детьми полной дееспособности до достижения совершеннолетия.



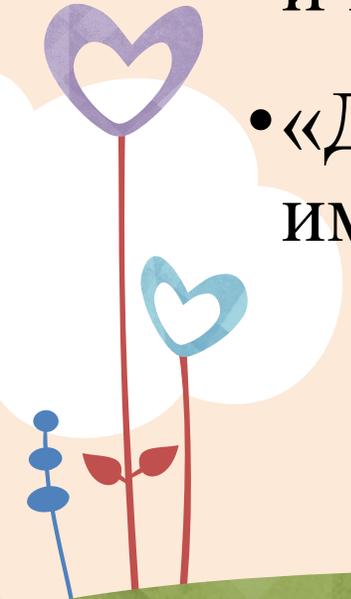
# Родители:

- **имеют право и обязаны** воспитывать своих детей, заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей.
- **родители не вправе** причинять вред физическому здоровью детей, их развитию.
- Способы воспитания детей должны исключать пренебрежительное, жестокое, грубое унижающее человеческое достоинство обращение, оскорбление или эксплуатацию детей. Родители, осуществляющие родительские права в ущерб правам и интересам детей, несут ответственность в установленном законом порядке.



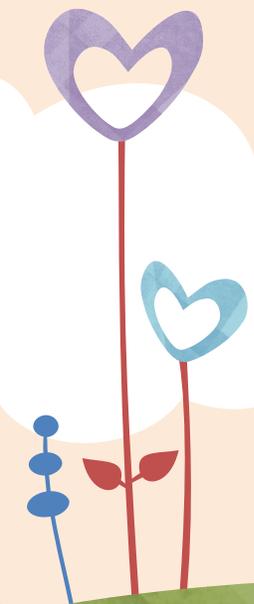
# Родители:

- Все вопросы, касающиеся воспитания и образования детей, решаются родителями по их взаимному согласию исходя из интересов детей и с учетом мнения детей. Родители (один из них) при наличии разногласий между ними вправе обратиться за разрешением этих разногласий в орган опеки и попечительства или в суд» (статья 65).
- «Дедушка, бабушка, братья, сестры и другие родственники имеют право на общение с ребенком» (статья 67).



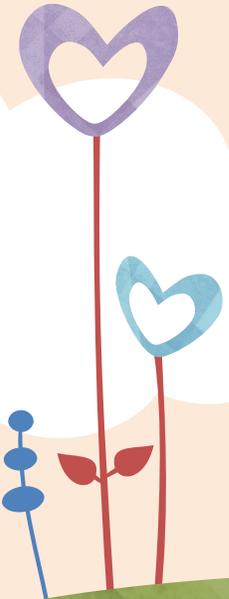
# Родители (один из них) могут быть лишены родительских прав, если они:

- уклоняются от выполнения обязанностей, в том числе при злостном уклонении от уплаты алиментов;
- отказываются без уважительных причин взять своего ребенка из родильного дома (отделения) либо иного лечебного учреждения, воспитательного учреждения, учреждения социальной защиты населения или из других аналогичных учреждений;
- злоупотребляют своими родительскими правами;



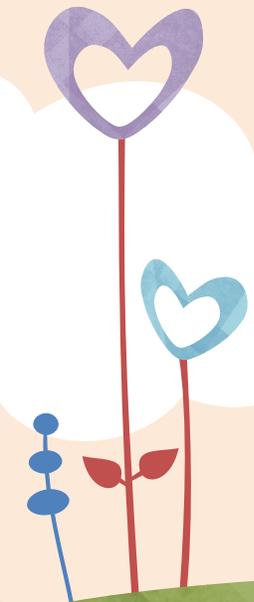
# Родители (один из них) могут быть лишены родительских прав, если они:

- жестоко обращаются с детьми, в том числе осуществляют физическое и психическое насилие над ними, покушаются на их половую неприкосновенность;
- являются больными хроническим алкоголизмом или наркоманией;
- совершили умышленное преступление против жизни или здоровья своих детей либо против жизни или здоровья супруга» (статья 69).



# Родители (один из них) могут быть лишены родительских прав, если они:

- «Лишение родительских прав производится в судебном порядке» (статья 70).
- «Родители (один из них) могут быть восстановлены в родительских правах в случаях, если они изменили поведение, образ жизни и (или) отношение к воспитанию ребенка» (статья 72).

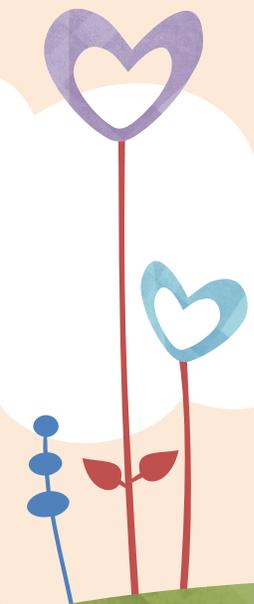


# Права несовершеннолетних детей

Ребенком признается лицо, не достигшее возраста восемнадцати лет (совершеннолетия).

**Каждый ребенок имеет право:**

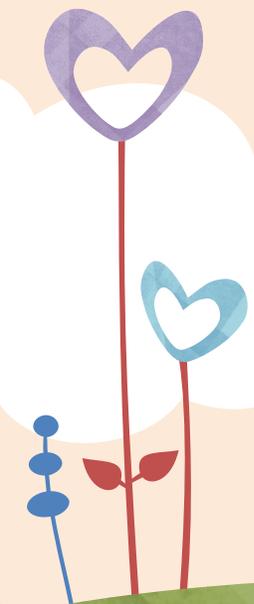
- ЖИТЬ И ВОСПИТЫВАТЬСЯ В СЕМЬЕ, НАСКОЛЬКО ЭТО, ВОЗМОЖНО,
- ЗНАТЬ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ, ПРАВО НА ИХ ЗАБОТУ, НА СОВМЕСТНОЕ С НИМИ ПРОЖИВАНИЕ, ЗА ИСКЛЮЧЕНИЕМ СЛУЧАЕВ, КОГДА ЭТО ПРОТИВОРЕЧИТ ЕГО ИНТЕРЕСАМ.



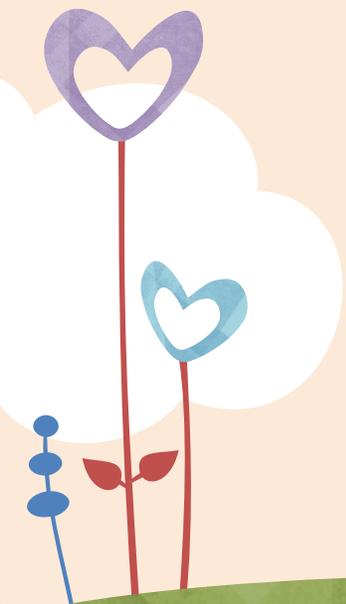
# Права несовершеннолетних детей

- на воспитание своими родителями, обеспечение его интересов, всестороннее развитие, уважение его человеческого достоинства (статья 54).
- на общение с обеими родителями, бабушкой, дедушкой, братьями, сестрами и другими родственниками.
- Расторжение брака родителей, признание его недействительным или раздельное проживание родителей не влияют на права ребенка.
- В случае раздельного проживания родителей ребенок имеет право на общение с каждым из них (статья 55).

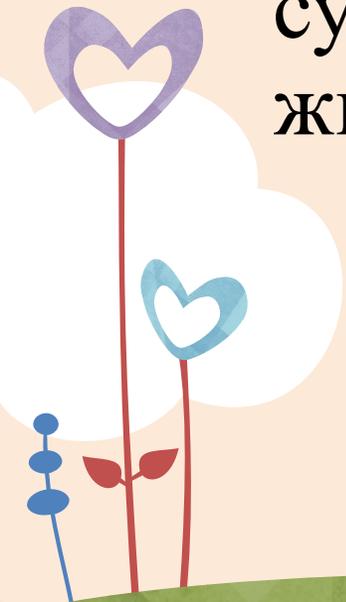
- на защиту своих прав и законных интересов. Защита прав и законных интересов ребенка осуществляется родителями ( их заменяющими) (статья 56).
- выражать свое мнение при решении в семье любого вопроса, затрагивающего его интересы, а также быть заслушанным в ходе любого судебного или административного разбирательства.
- Учет мнения ребенка, достигшего возраста десяти лет, обязателен, за исключением случаев, когда это противоречит его интересам (статья 57).



- право на имя, отчество и фамилию» (статья 59),
- «а также по достижении 10 лет на участие и решение вопроса об изменении имени и фамилии (см. ст. 59).
- на получение содержания от своих родителей и других членов семьи (статья 60).



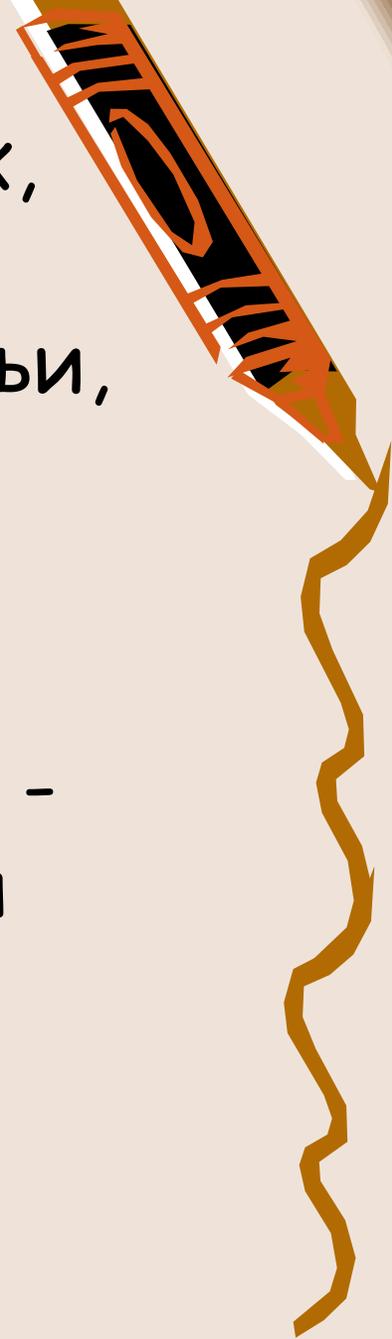
От нормального функционирования семьи во многом зависит личное счастье мужчин и женщин, психическое, физическое и духовное здоровье супругов и детей, удовлетворенность человека жизнью.



# Планирование семьи.

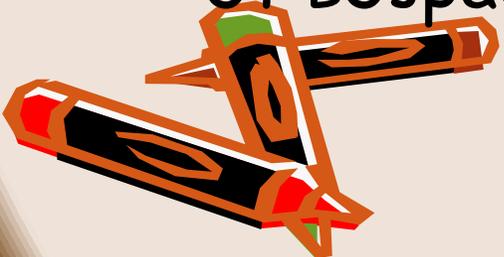


- *Планирование семьи* - комплекс медицинских, социальных и юридических мероприятий, направленных на рождение желанных для семьи, здоровых детей, на профилактику абортов, сохранение репродуктивного здоровья, достижения гармонии в браке.
- По определению ВОЗ «Планирование семьи» - это обеспечение репродуктивной функции для рождения здоровых и желанных детей.



# Планирование семьи включает в себя комплекс мероприятий, способствующих решению следующих задач:

1. Избежать нежелательных беременностей;
2. Иметь только желанных детей;
3. Регулировать интервалы между беременностями;
4. Контролировать выбор времени рождения ребенка в зависимости от возраста родителей



Каждый современный человек должен знать, как сохранить свое репродуктивное здоровье:

- оптимальный возраст для рождения детей 20-35 лет. Доказано что если беременность наступает раньше или позже, то она протекает с большим числом осложнений и вероятность нарушений здоровья у матери и ребенка выше;

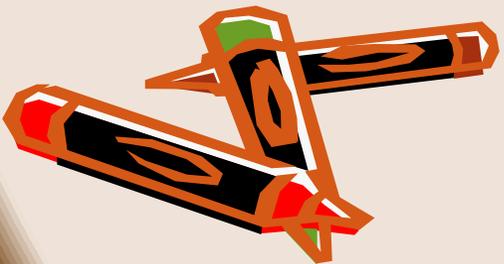
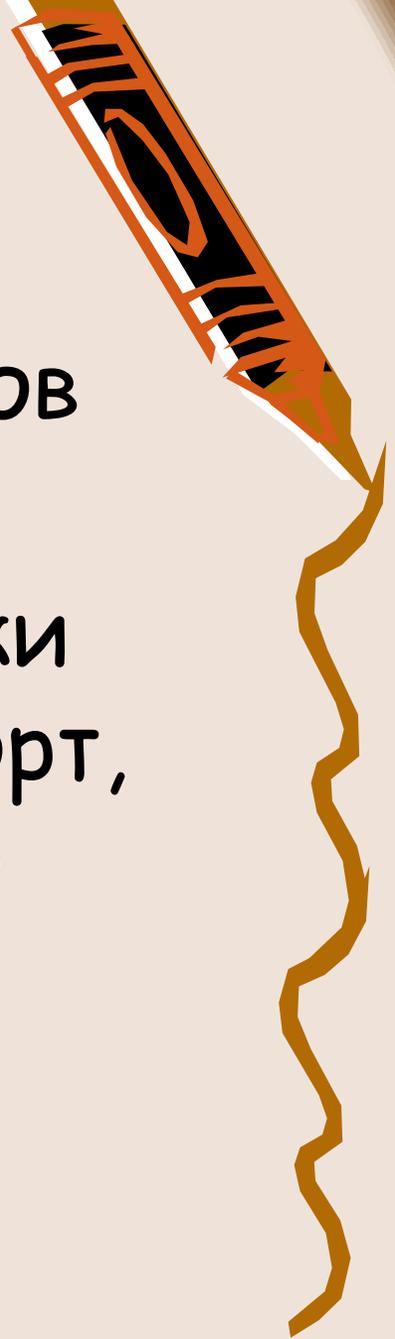


Каждый современный человек должен знать, как сохранить свое репродуктивное здоровье:

- интервалы между родами рекомендуются не менее 2-2,5 лет; что позволяет женщине восстановить силы для будущих родов, сохранить свое здоровье и здоровье будущих детей;



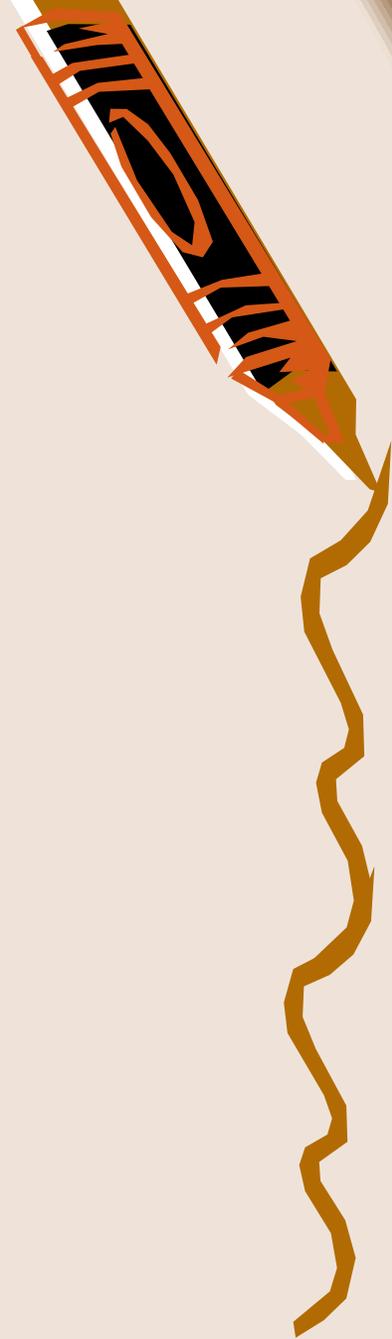
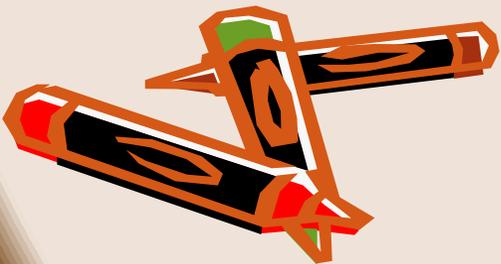
- аборт - самый небезопасный метод регулирования рождаемости, его можно избежать с помощью современных методов контрацепции;
- если нежелательная беременность все-таки наступила и женщина решила сделать аборт, необходимо обратиться к врачу как можно раньше - это снизит риск возможных осложнений во время и после аборта;



- после родов и аборта можно забеременеть до прихода первой менструации, поэтому необходимо подобрать надежный метод контрацепции до возобновления половой жизни;
- инфекции передаваемые половым путем часто являются причиной бесплодия у мужчин и женщин;
- контрацепция делает интимную жизнь более гармоничной, устраняет ненужные волнения и тревоги.



Планирование семьи, как и поиск противозачаточных средств, велись уже тысячи лет назад, ведь во все времена необходимость предупреждения беременности была так же сильна, как и потребность в материнстве.

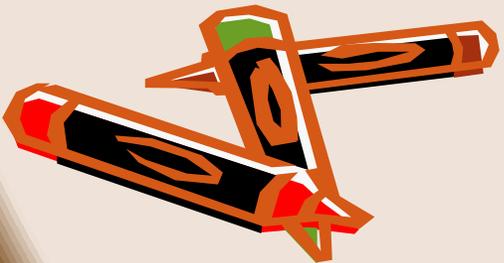


Чуть ли не самый древний след о попытках планирования семьи оставили египтяне в папирусах, написанных 3,5 тысячи лет назад.

Там был описан тампон, пропитанный средством, которое предотвращало зачатие.

Во времена Гиппократата уже было известно, что в зависимости от менструального цикла

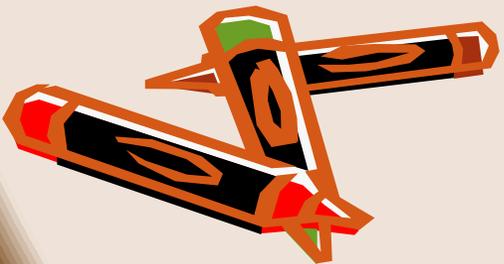
существуют благоприятные и неблагоприятные для зачатия дни.



Некоторые женщины этим методом регулирования беременности пользуются и сегодня, хотя надежность его весьма низка. Но возможность руководить способностью к зачатию осознанно человек получил только 60 лет назад, когда японец Огино и австриец Кнаус открыли, как происходит оплодотворение.



Первый метод регулирования способности к зачатию, основанный на научных наблюдениях, был назван методом Огино-Кнауса или физиологический метод и получил название супружеского календаря.

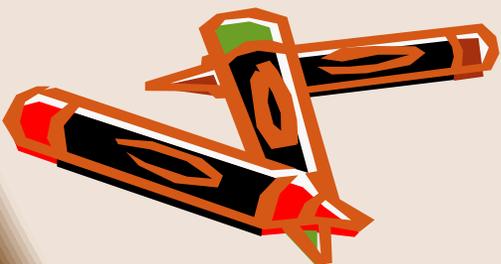
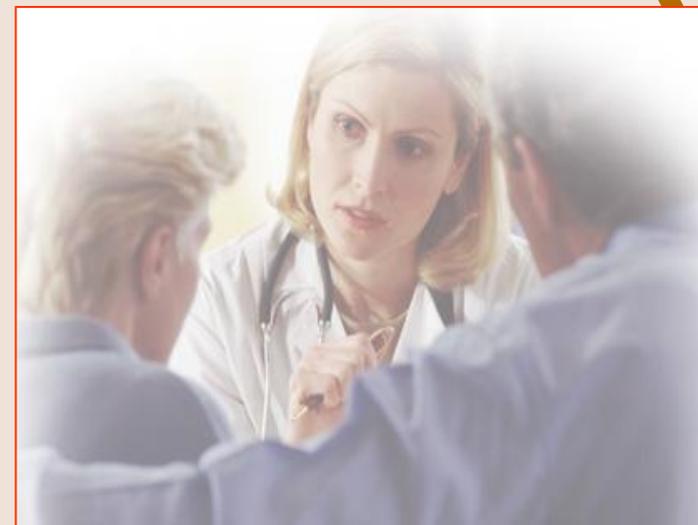


- ❖ Необходимо разумно планировать свою семейную жизнь, как женщине, так и мужчине.
- ❖ С молодых лет надо думать о своем здоровье и чаще обращаться по интимным вопросам к специалистам.
- ❖ В настоящее время в России созданы и функционируют центры планирования семьи и репродукции на федеральном и региональном уровнях.
- ❖ Структурными подразделениями являются кабинеты планирования семьи.



# Функции центра планирования семьи:

- консультирование по вопросам планирования семьи;
- подробное информирование пациенток о современных противозачаточных средствах, показаниях и противопоказаниях к их использованию;
- подбор методов контрацепции;



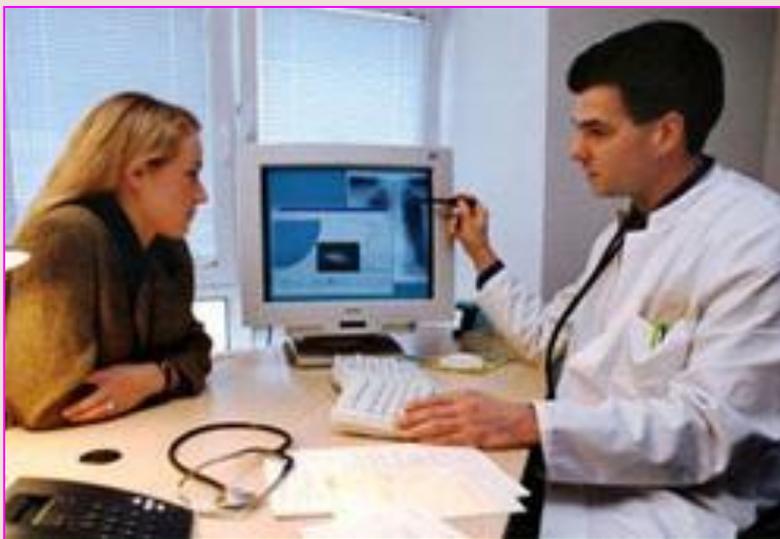
# Функции центра планирования семьи:

- проведение профилактических гигиенических осмотров и наблюдение за пациентками, применяющими контрацепцию;
- направление на консультацию при затруднении подбора контрацепции, выявлении заболевания или беременности;



# Функции центра планирования семьи:

- проведение бесед по контрацепции с женщинами после аборта и роженицами;
- проведение работы с подростками по половому воспитанию, пропаганда здорового образа жизни.



# Рекомендации супругам:

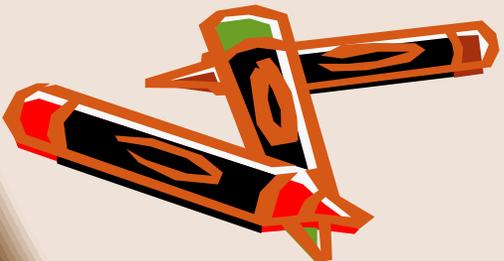
- благоприятный возраст для родов - 19 - 35 лет;
- интервалы между родами должны быть не менее 3 лет;
- зачатие допускается через 2 месяца после перенесенного инфекционного заболевания;



# Рекомендации супругам:



- рекомендовано зачатие осенью и зимой: снижается % спонтанных мутаций и риск иммунного конфликта;
- за 2 месяца до зачатия женщина должна быть выведена из зоны контакта с химическими веществами;
- за 2 месяца до зачатия обоим супругам необходимо отказаться от вредных привычек.





# Методы планирование семьи.

## Контрацепция.

- ❖ Это предупреждение нежелательной беременности с минимальным вредом для собственного здоровья.
- ❖ Контрацепция является важной составляющей программы планирования семьи.



В настоящее время существует достаточно много различных противозачаточных средств. Согласно требованиям ВОЗ современный контрацептив должен максимально отвечать следующим требованиям:

- быть высокоэффективными;
- не оказывать системного влияния на организм;
- обладать обратимым действием;
- быть простым в применении;
- быть доступным и экономически выгодным.



# Контрацептивные средства

## ДОЛЖНЫ:

- обладать высокой контрацептивной эффективностью,
- не оказывать патологического воздействия на организм женщины и полового партнера,
- не иметь тератогенного действия на последующее потомство,



# Контрацептивные средства

## ДОЛЖНЫ:

- быть простыми в употреблении,
- обладать обратимостью действия (т.е. обеспечивать временную стерильность),
- являться доступными и недорогими, а также эстетичными и конфиденциальными.



# Классификация

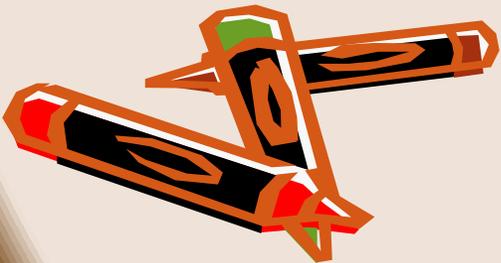
I. Гормональная контрацепция:

II. Внутриматочная контрацепция (ВМК).

III. Барьерная контрацепция:

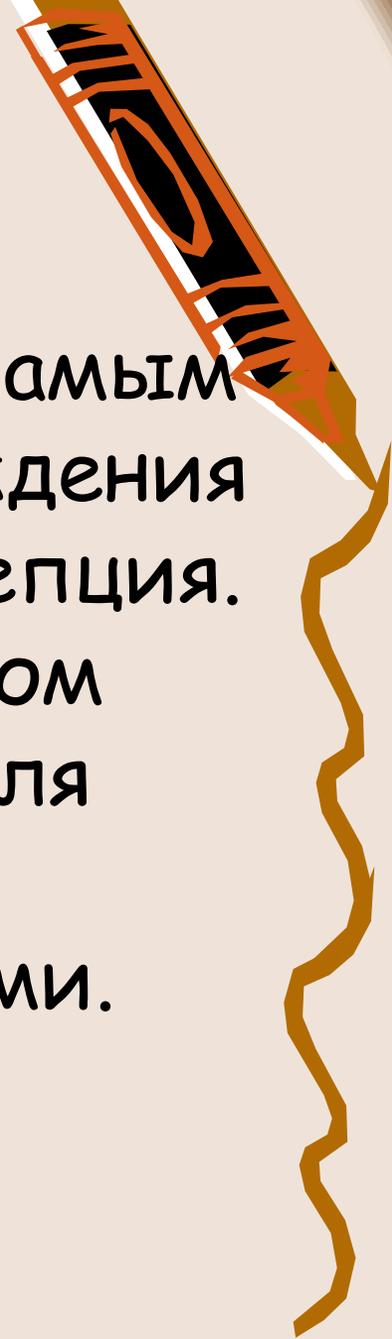
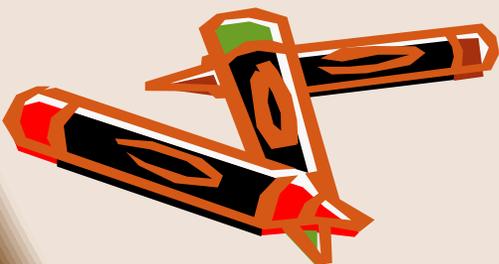
IV. Биологические методы контрацепции:

V. Хирургический метод:



# Гормональная контрацепция

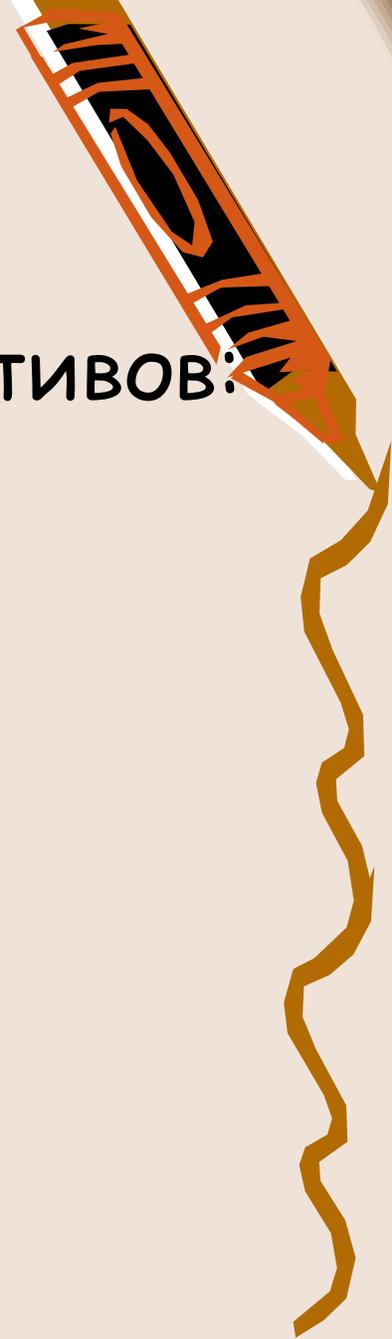
В последние годы наиболее эффективным и самым распространенным в мире методом предупреждения беременности является гормональная контрацепция. Сегодня доказано, что при дифференцированном подходе к назначению контрацептивов, риск для здоровья женщин в 10 и более раз ниже риска, связанного с абортами, беременностью и родами.



# Гормональная контрацепция

Механизм действия гормональных контрацептивов:

- блокада овуляции;
- нарушение функции желтого тела;
- нарушение имплантации;
- уплотнение и сгущение цервикальной слизи.

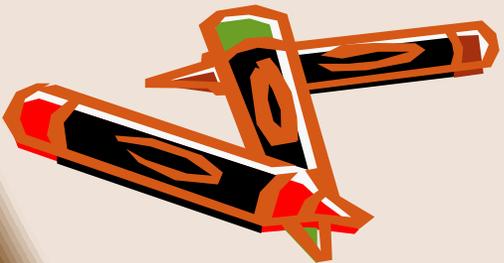


# Гормональная контрацепция

1. Комбинированные оральные контрацептивы (КОК):

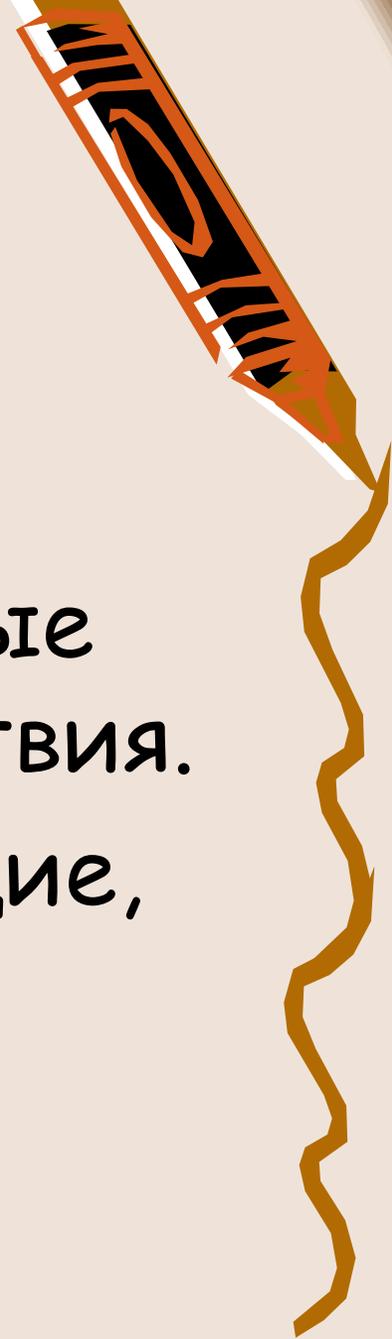
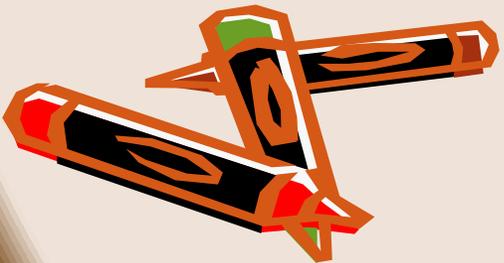
а) состоящие из комбинации эстрогенов и гестагенов (моно-, двух-, трехфазные);

б) низкодифференцированные монофазные препараты, содержащие гестагены последнего поколения.



# Гормональная контрацепция

2. Мини-пили, содержащие микродозы гестагенов.
3. Гестагенсодержащие нетаблетированные контрацептивы пролонгированного действия.
4. Посткоитальные препараты, содержащие, как правило, гестагены в больших дозах.



## Контрацептивные преимущества КОК:

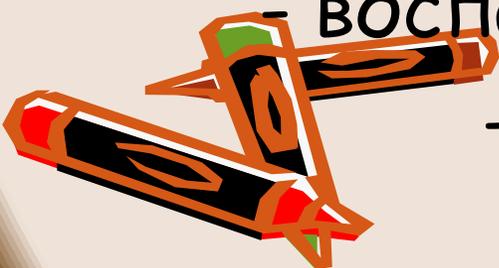
- высокая эффективность (около 99%) и безопасность;
- быстрая обратимость - овуляция восстанавливается через 2-3 месяца после отмены КОК;
- использование не связано с половым актом;
- снижает страх нежелательной беременности.

КОК снижает риск развития:

- доброкачественных и злокачественных новообразований женских половых органов и молочных желёз;

- воспалительных заболеваний органов малого таза;

- потерю костной массы в пременопаузе.



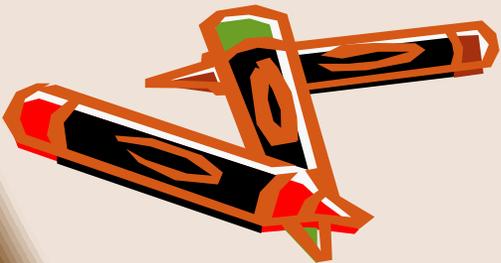
## Неконтрацептивные преимущества:

- регуляция менструального цикла;
- снижение объема менструальной кровопотери и, как следствие, уменьшение частоты анемий;
- уменьшение предменструального напряжения;
- возможность изменить срок начала очередной менструации.



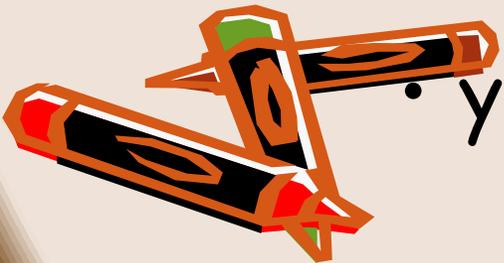
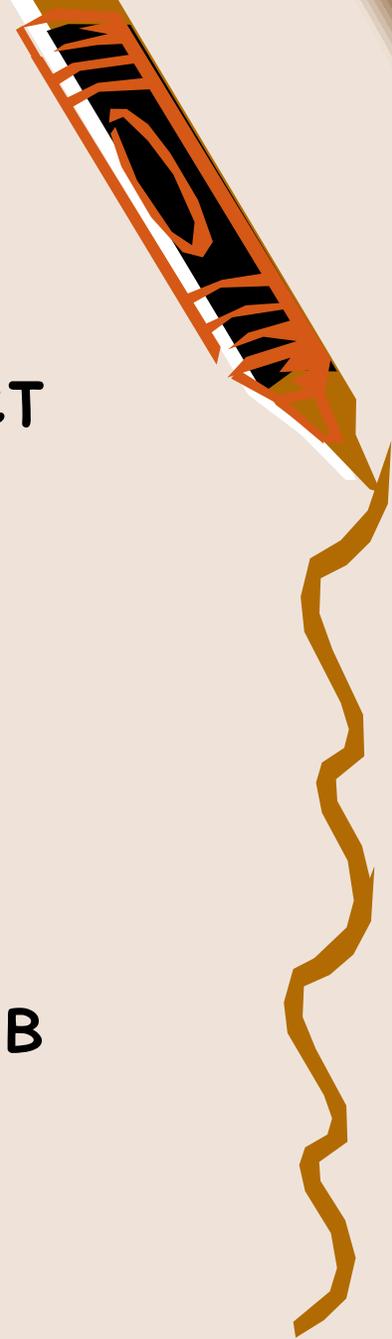
# ВНУТРИМАТОЧНЫЕ СРЕДСТВА

- метод предохранения от беременности с помощью устройств, введенных в матку, называемых внутриматочными контрацептивами (ВМК) или внутриматочными средствами (ВМС).



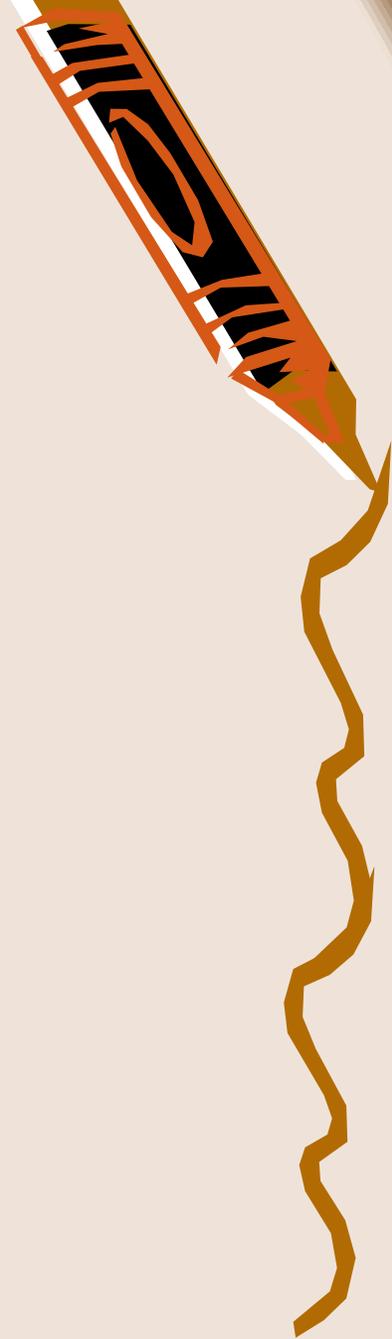
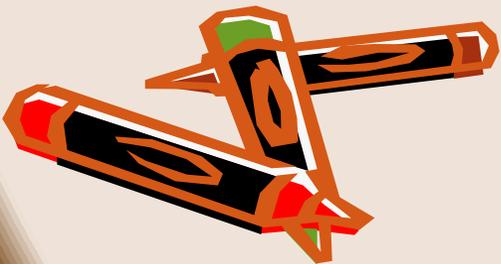
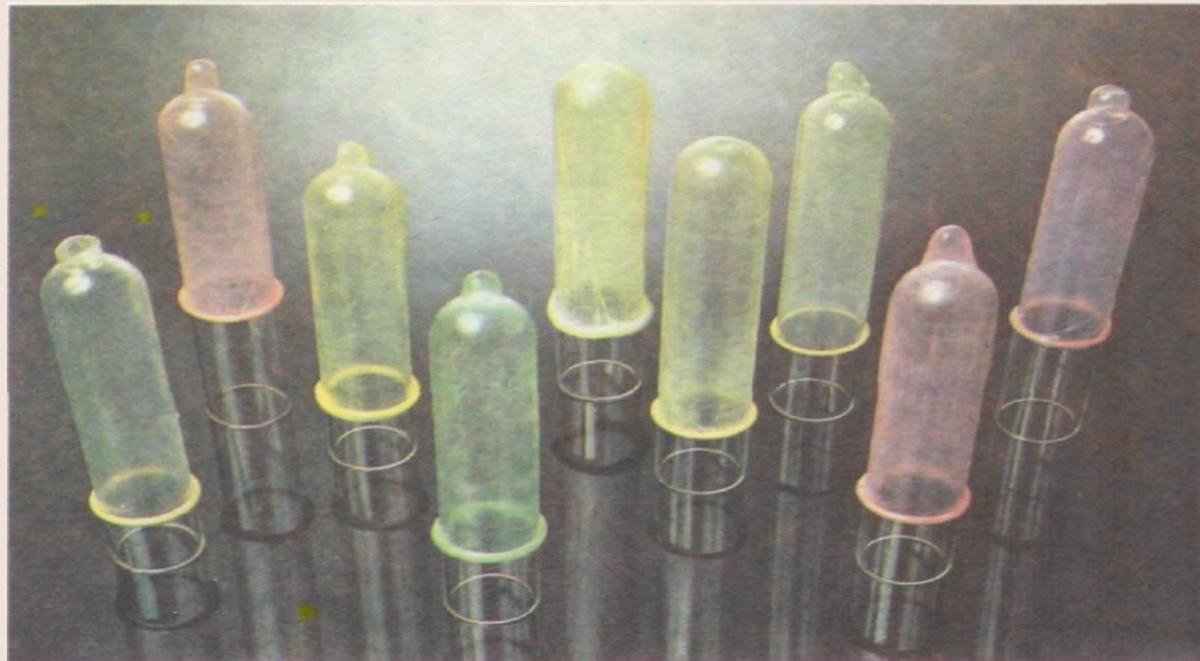
# Механизм действия ВМС

- уменьшение активности и выживаемости сперматозоидов (добавление меди усиливает сперматотоксический эффект);
- усиление спермицидного эффекта слизи эндометрия за счет увеличения количества лизоцима и продуктов его распада, обусловленного полиморфноядерной лейкоцитарной инфильтрацией эндометрия в ответ на инородное тело;
- уменьшение срока жизни яйцеклетки.



# Барьерная контрацепция

Барьерные методы контрацепции (БК) препятствуют попаданию спермы из влагалища в матку.

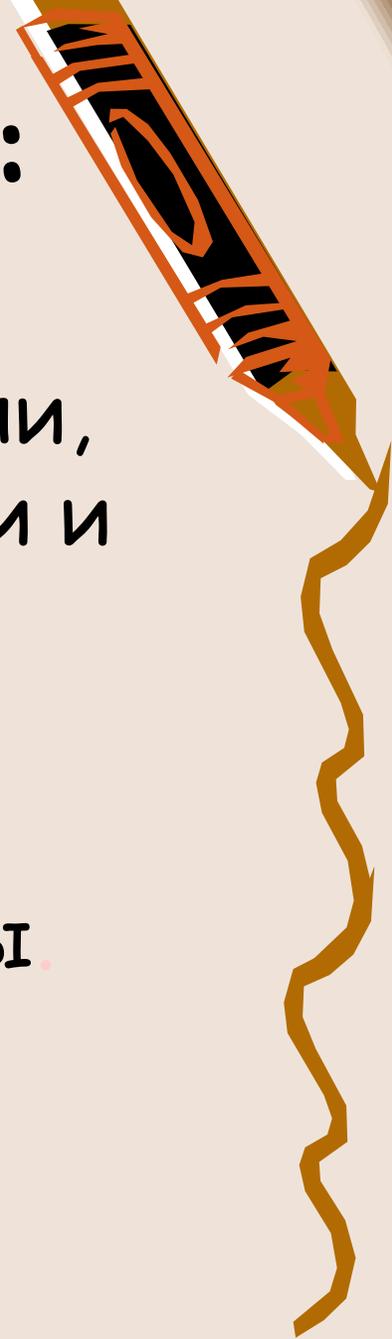
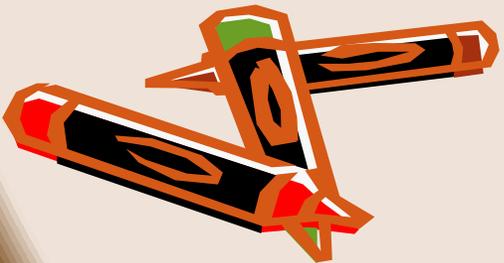


# Различают следующие типы БК:

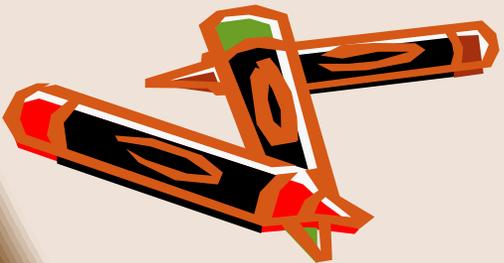
## 1. женские:

а) химические или спермициды (кремы, гели, аэрозольные пены, пенные и непенные свечи и таблетки).

Основное требование, предъявленное к спермицидам - их способность разрушать сперматозоиды не более, чем за 1-2 минуты.



- ❖ К числу осложнений следует отнести аллергию, зуд и жжение во влагалище.
- ❖ Данный способ контрацепции нашел широкое применение среди молодых женщин, живущих нерегулярной половой жизнью.



б) немедикаментозные механические барьеры (диафрагмы, шейные колпачки, женские презервативы).

Применяются изолированно или в сочетании со спермицидами.

К достоинствам этого способа относятся простота, безвредность и возможность повторного использования.

В то же время, механические контрацептивы могут вызвать дискомфорт у женщин и иногда мешать совершению полового акта.



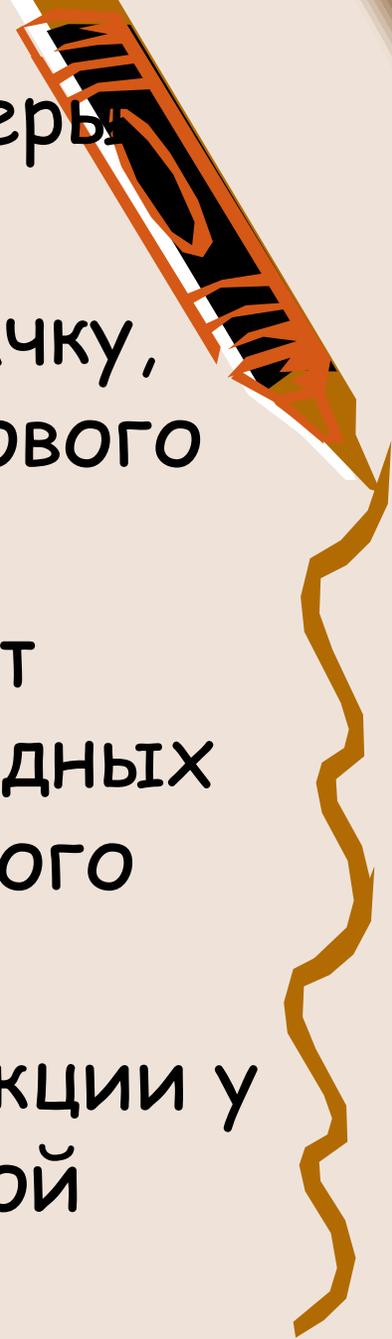
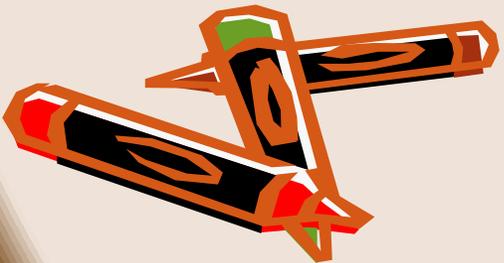


в) медикаментозные механические барьеры  
(вагинальные губки).

❖ Подобно диафрагме и шейчному колпачку, губка вводится заблаговременно до полового акта.

❖ Так как она содержит спермицид, нет необходимости в применении спермицидных препаратов во время использования этого метода.

❖ Губка может вызывать аллергические реакции у партнеров, отличающихся повышенной чувствительностью к спермицидам.



## 2. мужские (презервативы).

Презервативы, как мужские, так и женские, при правильном их применении - относительно высокоэффективный метод контрацепции.

Неповрежденный презерватив непроницаем для микроорганизмов и вирусов.

Данный вид контрацепции является предпочтительным для подростков, как средство профилактики инфекций, передающихся половым путем.



Эффективность различных методов БК во многом зависит от правильности их применения и составляет от 85 до 95%.

**Барьерная контрацепция показана:**

- кормящим женщинам;
- партнерам, использующим естественные методы контрацепции;
- женщинам, находящимся в позднем репродуктивном возрасте (старше 35-40 лет);
- партнерам, подверженным высокому риску развития инфекций, передаваемых половым путем;

-

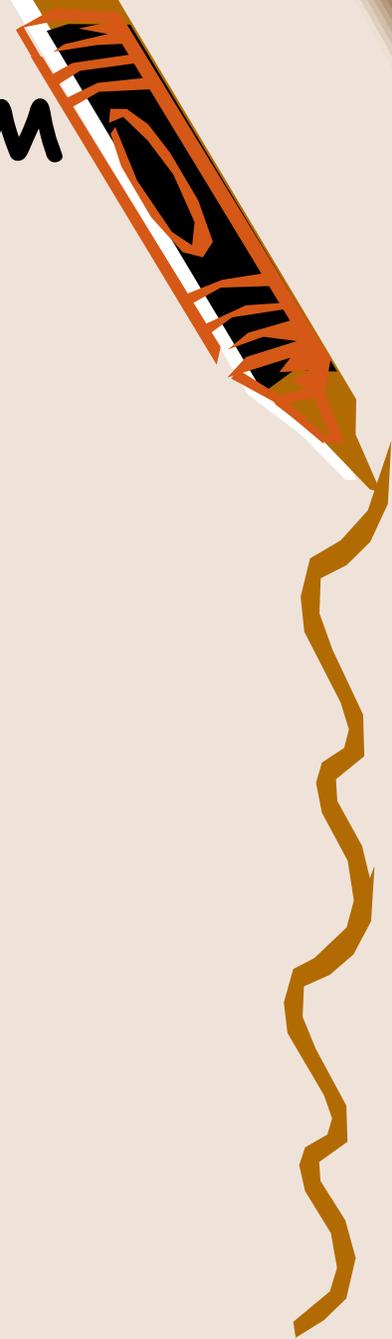
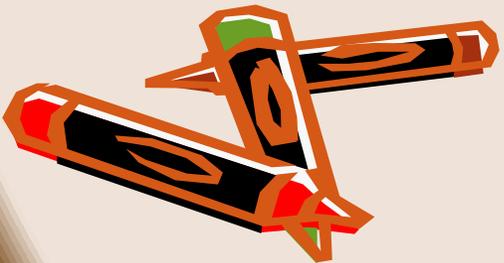
# Биологические методы контрацепции

Точное знание момента, когда происходит овуляция, позволяет вычислить так называемые «опасные» и «безопасные» дни для интимной жизни, исходя из менструального цикла каждой женщины.



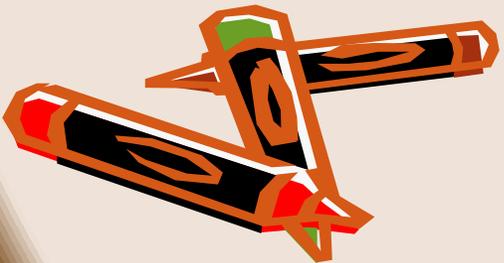
# К биологическим или естественным методам относятся:

- ритмический;
- температурный.



Ритмический метод (периодическое воздержание или календарный метод) основан на определении времени овуляции (на 14-ый день цикла при 28-мидневной его продолжительности) и ограничении количества половых контактов в перiovуляторный период.

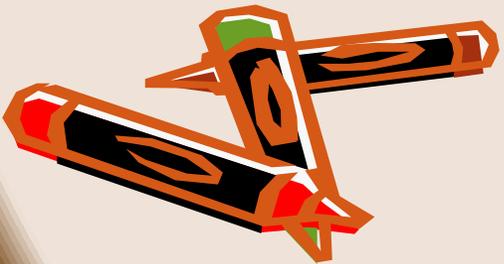
Учитывая жизнеспособность яйцеклетки и сперматозоида (48-72 часа), следует избегать половых контактов с 11-го по 17-й день цикла.



- ❖ Температурный метод основан на определении времени подъема базальной (ректальной) температуры путем ежедневного измерения утром, не вставая с постели в течение 10 мин. (минимум - 3 менструальных цикла), и воздержания в дальнейшем от полового сношения за 3 дня до подъема и 3 дня после подъема температуры.
- ❖ Температурный метод абсолютно безвреден для здоровья женщин.
- ❖ Однако он подходит только тем, у кого стабильный и достаточно длинный менструальный цикл.

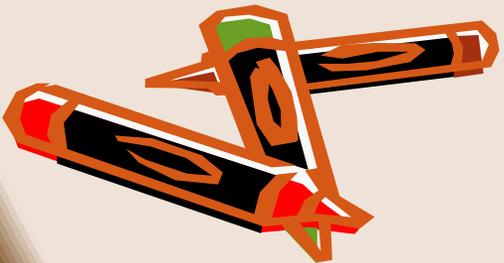


Биологический метод контрацепции является самым безопасным для здоровья женщины, но эффективность его низка, всего 35%.



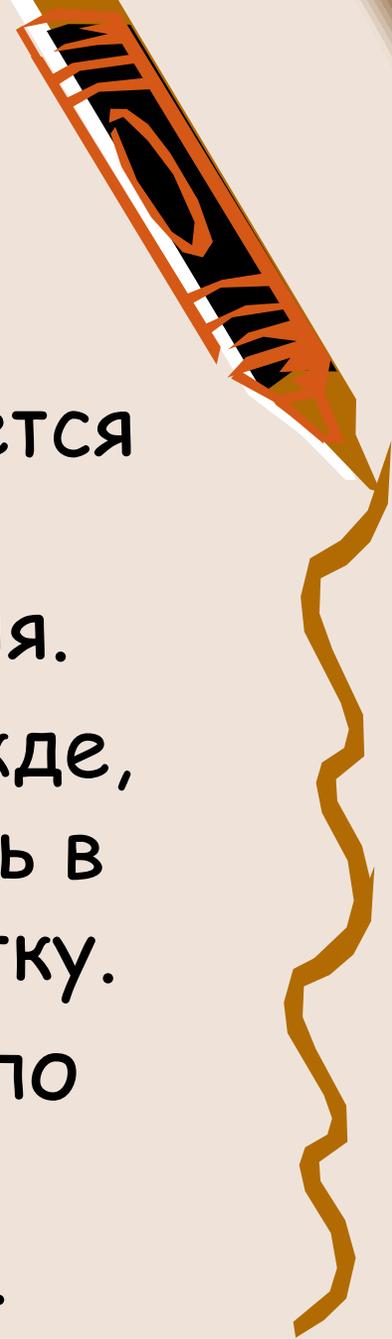
# Хирургическая стерилизация

- ❖ Относится к необратимым методам контрацепции.
- ❖ При ее проведении создаются изменения половых органов, исключая наступление беременности.
- ❖ В ряде случаев возможно восстановление фертильности после применения микрохирургической операции.



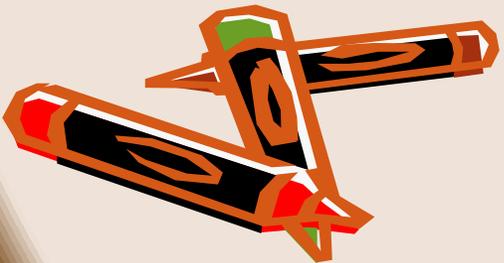
# 1. Стерилизация женщин

- ❖ Операция, цель которой - сделать непроходимыми маточные трубы. Достигается это с помощью перевязки, пересечения, электрокоагуляции, лазерного воздействия.
- ❖ Овуляция происходит у женщин, как и прежде, но сперматозоиды уже не могут проникнуть в маточные трубы и оплодотворить яйцеклетку.
- ❖ Хирургическая стерилизация проводится по желанию женщин при определенных показаниях, предусмотренных приказом.

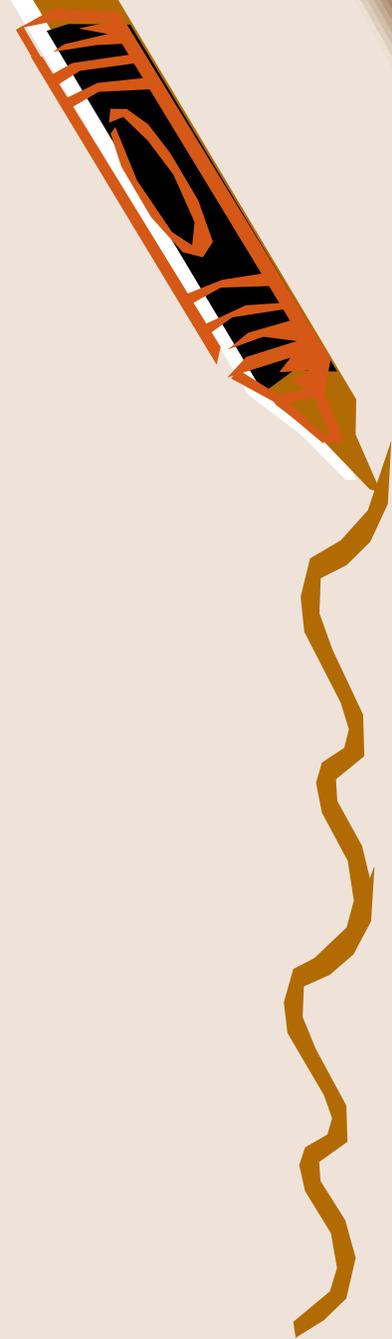
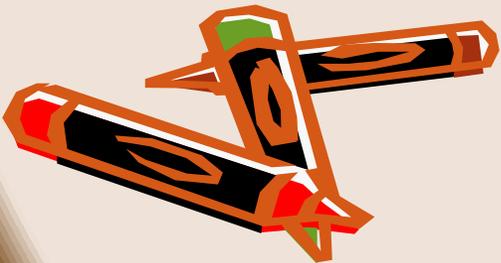


# Стерилизация мужчин

- ❖ Состоит в пересечении, перевязке или удалении небольшого участка семявыносящего протока.
- ❖ Эта операция не лишает мужчину его «мужских возможностей и достоинств».
- ❖ Проводится в урологических стационарах.



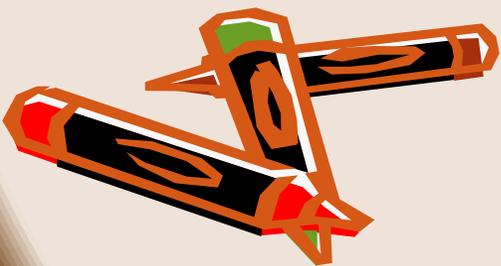
Выбирая метод  
контрацепции  
необходимо  
учитывать:



- желание партнеров применять контрацепцию и их отношение к конкретному контрацептиву;
  - эффективность метода;
  - возможность возникновения осложнений;
    - возраст женщины;
    - состояние половой системы;
- сопутствующую экстрагенитальную патологию;
  - репродуктивный анамнез;
  - сексуальное поведение женщины.



Метод контрацепции в каждом конкретном случае рекомендуется и подбирается индивидуально с учетом желания женщины, медицинских показаний и противопоказаний.



**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ!**

