

Планирование семьи.

Основные методы контрацепции

Семья – основная ячейка общества.

Основной функцией семьи является:

- **удовлетворение половой потребности взрослого человека**
- **воспроизведение и воспитание детей**

- **нуклеарная (родители + дети)**
- **расширенная (состоит из членов семьи родителей)**

Роль женщины: преимущественно эмоциональное благополучие семьи

Роль мужчины: преимущественно экономическое благополучие семьи

Планирование семьи является составной частью здорового материнства и отцовства. Каждый ребенок должен быть желанным.

- **Планирование семьи – это государственная программа по охране репродуктивного здоровья населения.**
- **Центры планирования рассчитаны на все категории женщин и мужчин, подростков в периоде полового созревания.**

Основные направления работы службы планирования семьи:

- профилактика нежелательной беременности**
- борьба с абортами**
- профилактика инфекций, передающихся половым путем**
- пропаганда методов контрацепции**
- половое воспитание и просвещение подростков**
- пропаганда здорового образа жизни**

- **Основные методы работы: санитарно-просветительная и консультативная помощь. В центрах работают акушеры-гинекологи, сексологи, сексопатологи, андрологи.**
- **Центр решает проблемы семьи.**

- **В узком понимании, планирование семьи – это дети по желанию, а не по случаю, это ответственное родительство, это обеспечение здоровья женщины для рождения желанных и здоровых детей.**

- **Профилактика нежелательной беременности начинается с разъяснения оптимального возраста для рождения детей 20-35 лет,**
- **интервалы между родами должны быть не менее 2-2,5 лет,**
- **разъясняются осложнения, которые могут быть после аборта.**

- Аборт – это прерывание беременности в сроке до 22 недель.



Различают :

Самопроизвольный аборт – прерывание беременности помимо желания женщины

Искусственный аборт – является результатом искусственного вмешательства. Может быть медицинским – в рамках закона или криминальным.

По времени прерывания аборт делится:

- **мини-аборт** (прерывание беременности в сроке до 20 дней задержки)
- **ранний аборт** (прерывание беременности до 12 недель, проводится по желанию женщины)
- **поздний аборт** (прерывание беременности до 22 недель, проводится при наличии социальных или медицинских показаний)

Осложнения аборта

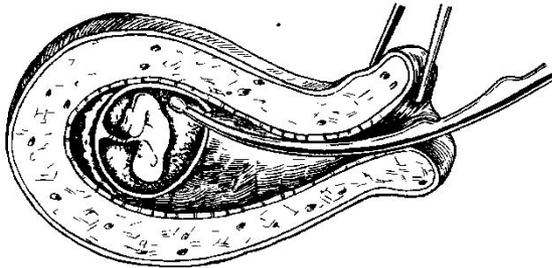
Непосредственно в момент производства аборта:

перфорация матки без повреждения внутренних органов

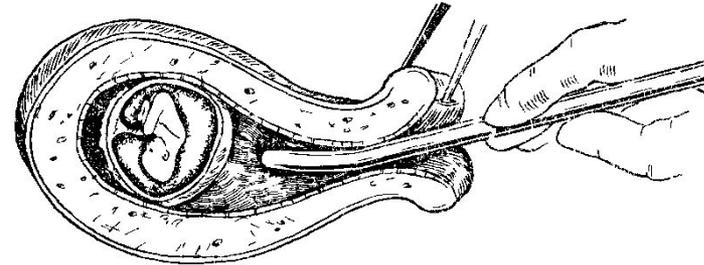
перфорация матки с повреждением внутренних органов

- кровотечение, связанное с гипотонией матки**
- разрывы шейки матки**

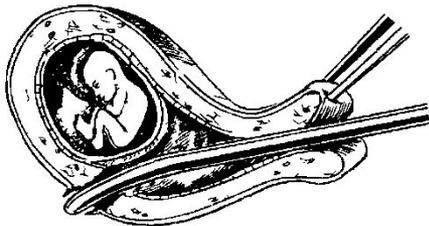
Зондирование матки



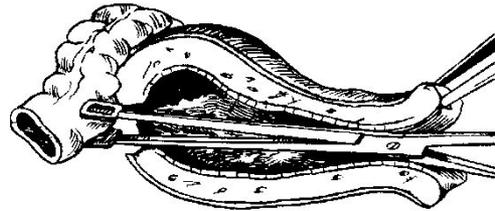
Расширение канала шейки матки расширителями Гегара



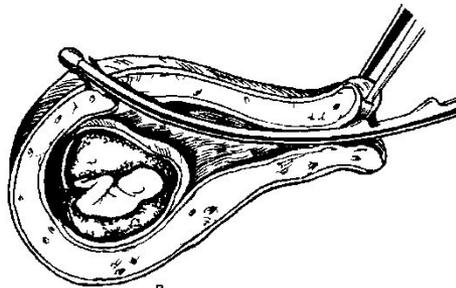
Перфорация матки



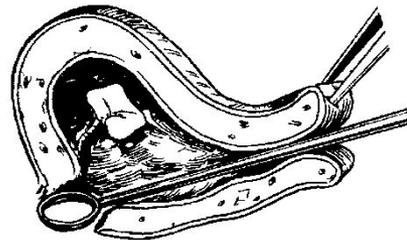
а



б



в



г

а - расширителем Гегара
б - абортцангом с захватом петли
кишечника
в - маточным зондом
г - кюреткой

Ранние осложнения:

- **неполный медицинский аборт**
- **маточное кровотечение**
- **острые воспалительные заболевания матки и придатков.**

Поздние осложнения:

- **нарушения менструального цикла**
- **хронические воспалительные заболевания матки и придатков**
- **невынашивание**
- **бесплодие**
- **психологическая травма**
- **Аборт не должен быть методом контрацепции.**

Контрацепция – это метод предупреждения нежелательной беременности у женщин репродуктивного возраста.

Применяемые с этой целью противозачаточные средства называются контрацептивами.

При назначении контрацептивных средств прежде всего учитывают их **эффективность, безопасность, обратимость, влияние на здоровье женщины.**

Классификация методов контрацепции:

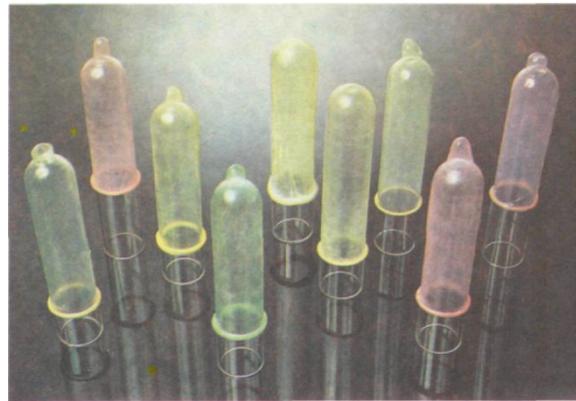
- барьерные**
- химические**
- гормональные**
- ВМС**
- добровольная хирургическая контрацепция**
- аварийная контрацепция**
- естественные**

Барьерные:

- **Презерватив – это тонкий чехол, изготовленный из латекса, винила или натурального материала.**



- Презервативы различают по форме, цвету, смазке, толщине, составу материала и добавлению спермицидов.



- **Механизм действия: предотвращает попадание спермы во влагалище.**

Преимущества презерватива:

- **быстрый назначении контрацептивных средств прежде всего учитывают их эффективность, безопасность, обратимость, влияние на здоровье женщины.**
- **эффект**
- **не влияет на грудное вскармливание**
- **нет побочного воздействия на организм**
- **широко доступен**

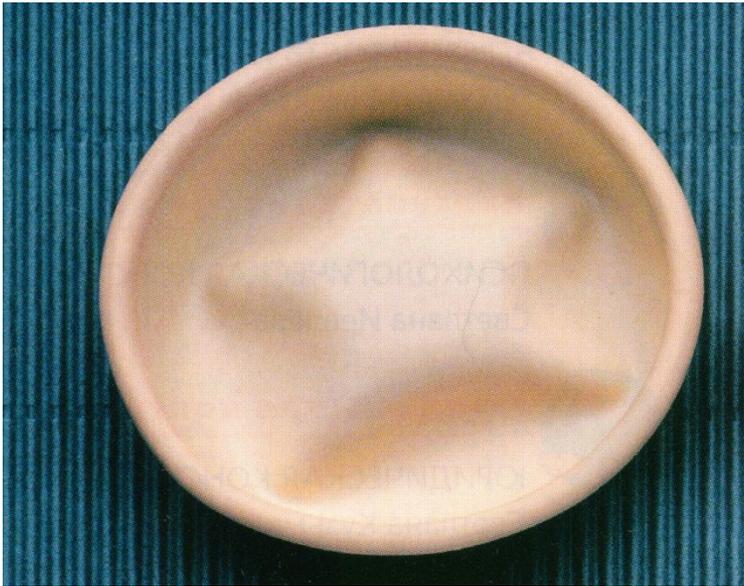
- **продается без рецепта**
- **нет противопоказаний**
- **вовлекает мужчину в планирование семьи**
- **защищает от заболеваний передающихся половым путем, в том числе от СПИДа**
- **способствует профилактике рака шейки матки**
- **эффективность латексных презервативов около 98%.**

Недостатки:

- ЗАВИСИТ ОТ ГОТОВНОСТИ ПАРЫ СЛЕДОВАТЬ ИНСТРУКЦИИ
- СВЯЗАН С ПОЛОВЫМ АКТОМ
- МОЖЕТ СНИЖАТЬ СЕКСУАЛЬНЫЕ ОЩУЩЕНИЯ

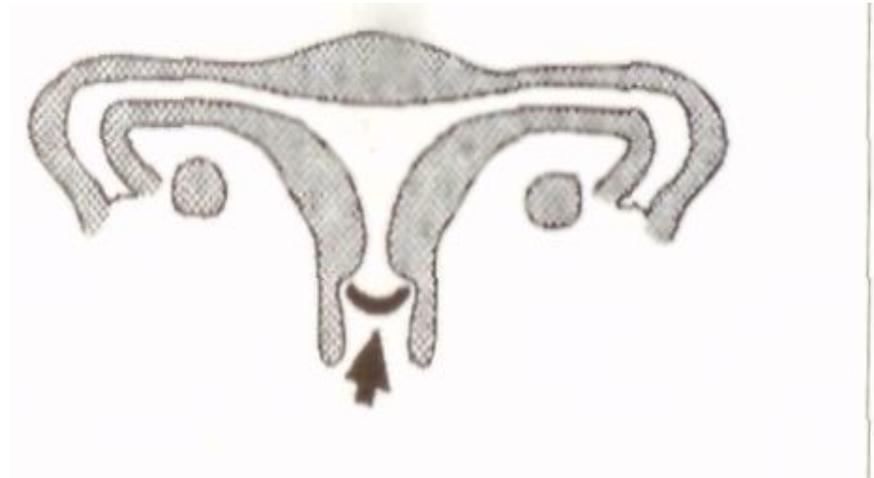


Диафрагма – это куполообразная чашечка из латекса, которая вводится во влагалище до полового акта и закрывает шейку матки.



Механизм действия:

**предотвращает попадание спермы в
матку и маточные трубы.**



Преимущество:

быстрый эффект

не влияет на грудное вскармливание

нет связи с половым актом, так как можно

ввести за 6 часов до полового акта

нет риска для здоровья

обеспечивает некоторую защиту от ЗППП

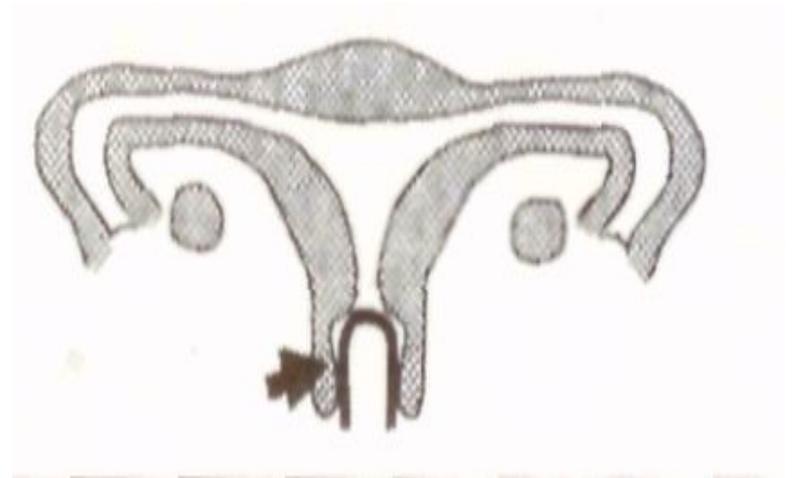
Недостатки:

- **контрацептивный эффект 96-94%**
- **метод требует гинекологического осмотра для подбора размера диафрагмы**
- **требует дополнительной обработки спермицидами**
- **не следует извлекать в течении 6 часов после полового акта**
- **может вызвать инфекцию мочевыводящих путей, так может сдавить мочеиспускательный канал**

- **Женский презерватив – латексный чехол, который имеет два кольца, одно одевается на шейку матки, другое закрепляется в области предверья влагалища.**



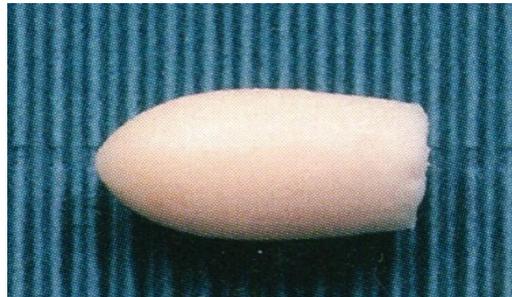
- **Надежный метод защиты не только от нежелательной беременности, но и от ИППП, в том числе ВИЧ-инфекции.**



Спермициды – это химические вещества инактивирующие или разрушающие сперматозоиды.

выпускаются в виде:

- **аэрозолей (пенки)**
- **вагинальных таблеток, суппозиториев, пленок**
- **крема, геля**
- **губки**



Механизм действия – разрушение мембраны сперматозоидов, что снижает их подвижность и способность оплодотворить яйцеклетку

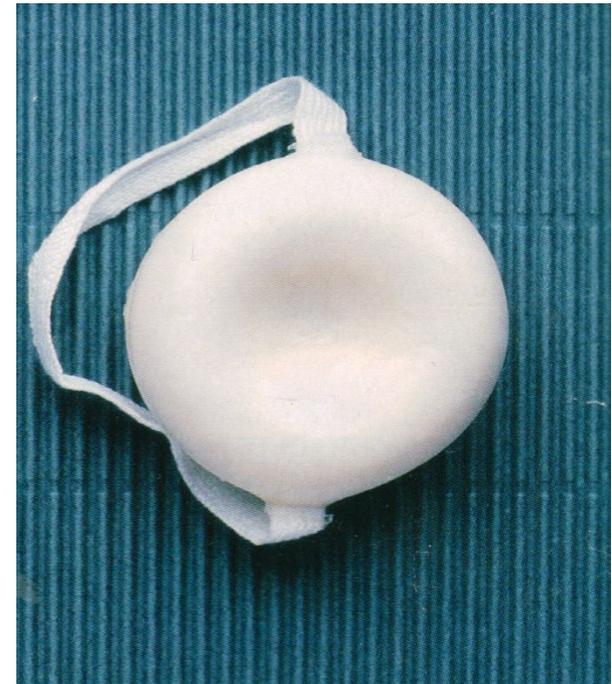
Преимущество спермицидов:

- **быстрый эффект**
- **не влияет на грудное вскармливание**
- **нет системного влияния на организм**
- **простота в применении**
- **дополнительное увлажнение во время полового акта**
- **обеспечивает некоторую защиту от ЗППП**

Недостатки спермицидов:

- **невысокая эффективность (94-96%)**
- **контрацептивный эффект зависит от готовности соблюдать требования инструкции**
- **необходимость введения средства до начала полового акта**
- **может вызвать местную аллергическую реакцию**

- **Вагинальные губки – имеют форму подушечки, изготовлены из полиуретана с углублением на цервикальной стороне для более тесного контакта с шейкой матки, и нейлоновой петлей с другой стороны.**



- **Губка пропитана спермицидами, выпускается одного размера.**
- **Вводится непосредственно перед половым актом, предварительно ее смачивают водой.**
- **Срок действия 24 часа, удаление в течении 6-24 часов**

Виды естественных методов контрацепции:

- **календарный метод**
- **метод базальной температуры**
- **метод цервикальной слизи**
- **смешанный**

Механизм действия – воздержание от полового акта на протяжении той фазы менструального, во время которой вероятность зачатия наиболее велика

Преимущества:

- **отсутствие риска для здоровья**
- **отсутствие побочных эффектов**
- **отсутствие материальных затрат**
- **вовлечение мужчины в планирование семьи**

Недостатки:

- **невысокая**
- **эффективность**
- **зависит от готовности следовать инструкциям**
- **требуется специальное обучение пациентов**
- **необходимость воздержания**

- **требует ведения специальных записей**
- **не защищает от ЗППП в т. ч. от ВИЧ-инфекции**
- **не применим при нерегулярном менструальном цикле, в послеродовом периоде**
- **менструальный цикл может меняться при перемене климата, острых заболеваниях, приеме некоторых лекарственных препаратов**

Календарный метод:

- С целью контрацепции следует рассчитать фертильный период, для этого:
- необходимо проследить за продолжительностью минимум 6 менструальных циклов.
- Затем от количества дней в самом длинном менструальном отнять 11, это последний фертильный день
- От количества дней самого короткого вычесть 18 ($28-18=10$) – первый фертильный день
- Согласно расчетам фертильным



Метод базальной температуры: определение фертильной фазы менструального цикла, измеряя ректальную температуру.

Правила измерения ректальной температуры:

- **измеряется в прямой кишке в одно и тоже время, каждое утро, не вставая с постели**
- **температура записывается в специальную карту и на основании этого строится график**
- **измерение температуры желательно производить одним и тем же термометром, в течение 3-5 минут.**

Интерпретация:

- **определяется в течение первых 10-12 дней, самая высокая из «нормальных» низких температур.**
- **Проводиться линия на уровне самой высокой из этих температур**
- **Нефертильная фаза начинается вечером 3-го дня подъема температуры выше прикрывающей линии.**

Метод цервикальной слизи:

- **сухие дни-** после окончания менструального кровотечения у большинства женщин в течение одного или нескольких дней наблюдается отсутствие слизи и область влагалища на ощупь сухая
- **фертильные дни** – если перед любой тип слизи – женщина с
- **«день пик»** - последний день т называется «днем пик овуляц произошла.



***Метод прерванного полового акта* - это традиционный метод планирования семьи, который заключается в том, что мужчина полностью извлекает половой член из влагалища женщины прежде, чем у него произойдет эякуляция, в результате чего сперма не попадает во влагалище.**

Преимущество:

- **быстрый эффект**
- **не оказывает влияния на грудное вскармливание**
- **отсутствуют побочные эффекты**
- **отсутствуют денежные затраты**
- **способствует вовлечению мужчины в планирование семьи**

Недостатки:

- **довольно низкая эффективность 81-96%**
- **зависит от готовности и дисциплины половых партнеров**
- **возможно снижение сексуальной ощущений**
- **не защищает от ЗППП**

Добровольная стерилизация – необратимый метод контрацепции.

Трубная окклюзия – это добровольная хирургическая процедура необратимого прекращения репродуктивной функции

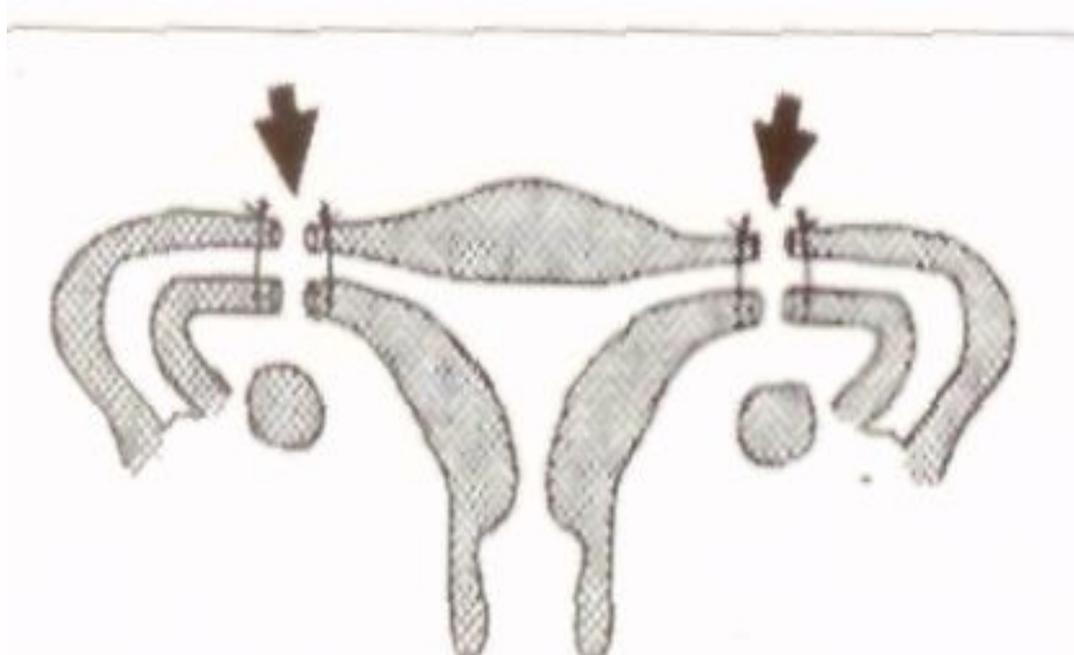
Механизм действия – блокируется проходимость маточных труб, что предотвращает оплодотворение яйцеклетки сперматозоидами.

Преимущества:

- **высокая эффективность почти 100%**
- **быстрый эффект**
- **постоянный метод**
- **не влияет на грудное вскармливание**
- **подходит пациентам, для здоровья которых беременность представляет серьезную опасность**
- **не влияет на половую функцию**

Недостатки:

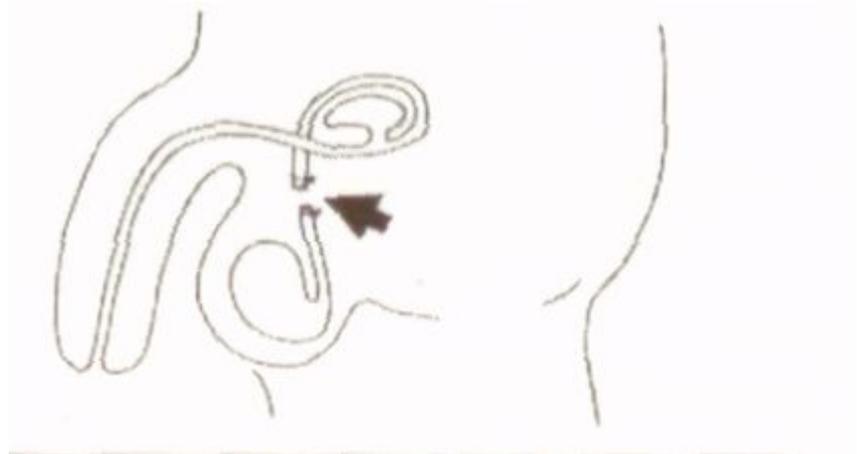
- метод является необратимым
- риск, связанный с оперативным вмешательством
- не защищает от ЗППП



Кто может использовать стерилизацию:

- **женщины старше 35 лет, имеющих 2 и более детей**
- **женщины, у которых беременность представляет угрозу для здоровья и жизни**
- **Пациентку нельзя принуждать к соглашению на добровольную стерилизацию, перед стерилизацией необходимо заполнить стандартное соглашение**
- **Стерилизацию проводят с 6-го по 13-ый день менструального цикла. Можно провести минилапаротомию в первые 2 дня после родов или через 42 дня.**

- ***Вазэктомия*** – это добровольная хирургическая процедура необратимого прекращения мужской репродуктивной функции, в результате которой происходит блокирование семявыносящего протока



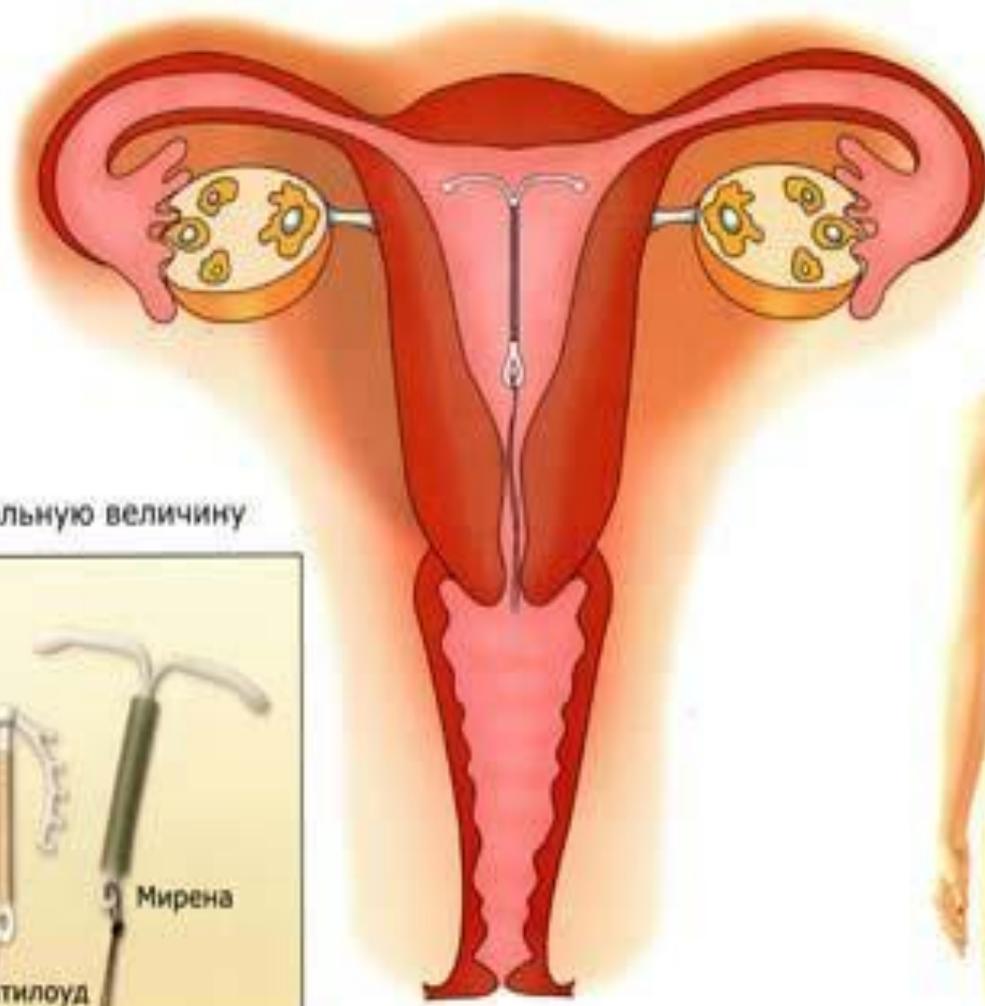
Преимущества:

- **высокая эффективность**
- **не связан с половым актом**
- **не изменяет половую функцию**
- **не оказывает влияние на грудное вскармливание**
- **подходит для пар , когда беременность или трубная окклюзия создает повышенный риск для здоровья женщины**

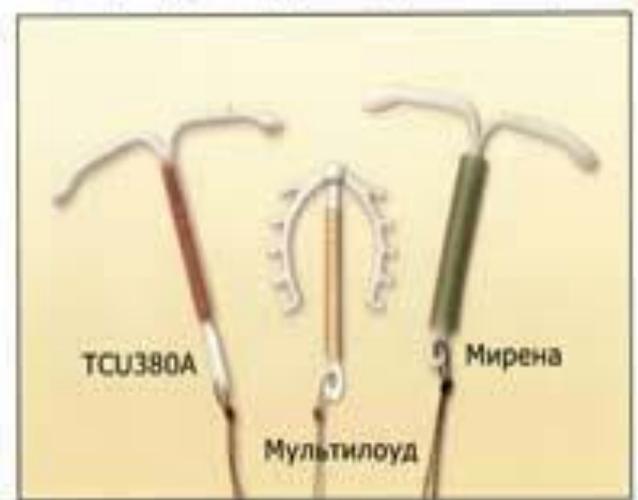
Недостатки:

- метод необратим
- в течение 3 месяцев после операции необходимо использовать дополнительные методы контрацепции
- риск и побочные эффекты связанные с оперативным вмешательством
- не защищает от ЗППП, в. т. числе от ВИЧ-инфекции.

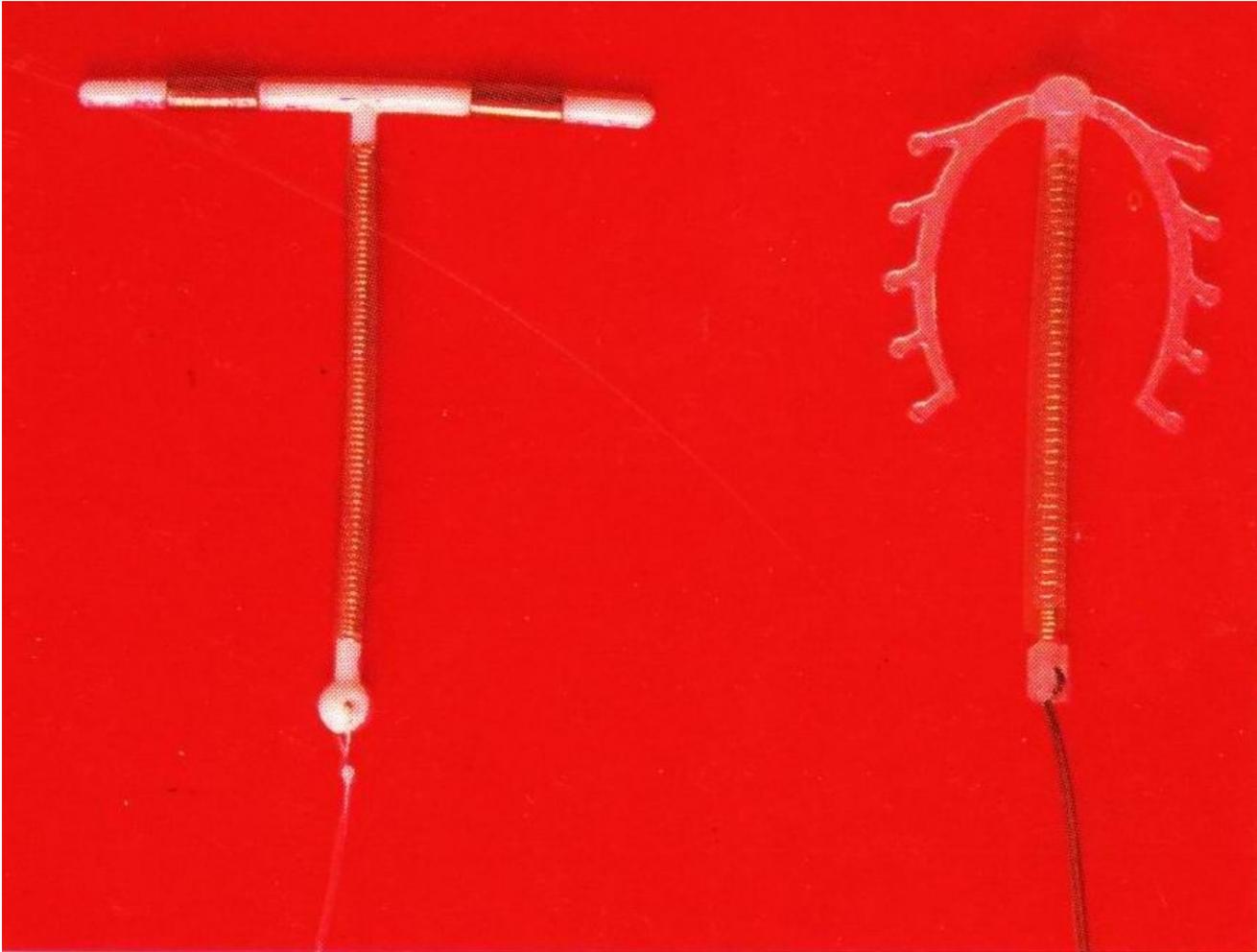
- **ВМС – это инородное тело введенное в полость матки с целью контрацепции.**
- **Впервые, как метод был предложен в Германии в 1909 году, когда было предложено введение скрученной шелковой в матку, затем немецкий гинеколог видоизменил это кольцо, введя в него проволоку из меди.**
- **И только в 60-х годах, благодаря развитию химии и открытию инертной пластмассы, была создана полиэтиленовая ВМС – названная по имени автора – «петля» Липсса.**



● Размер в натуральную величину

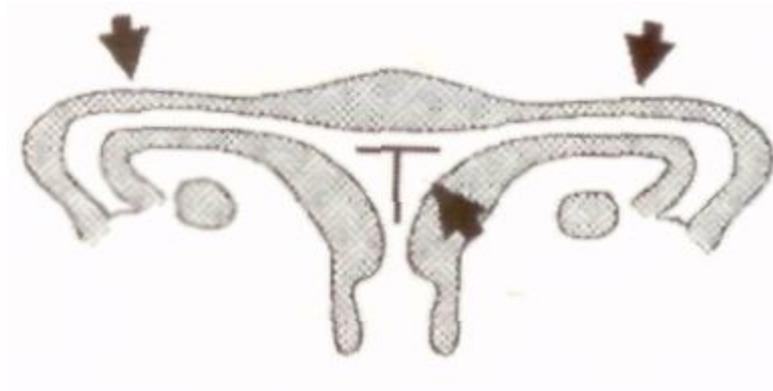


- **В настоящее время в России это самый популярный метод контрацепции. Современная ВМС – это небольшое эластичное устройство сделанное из металла и пластика.**



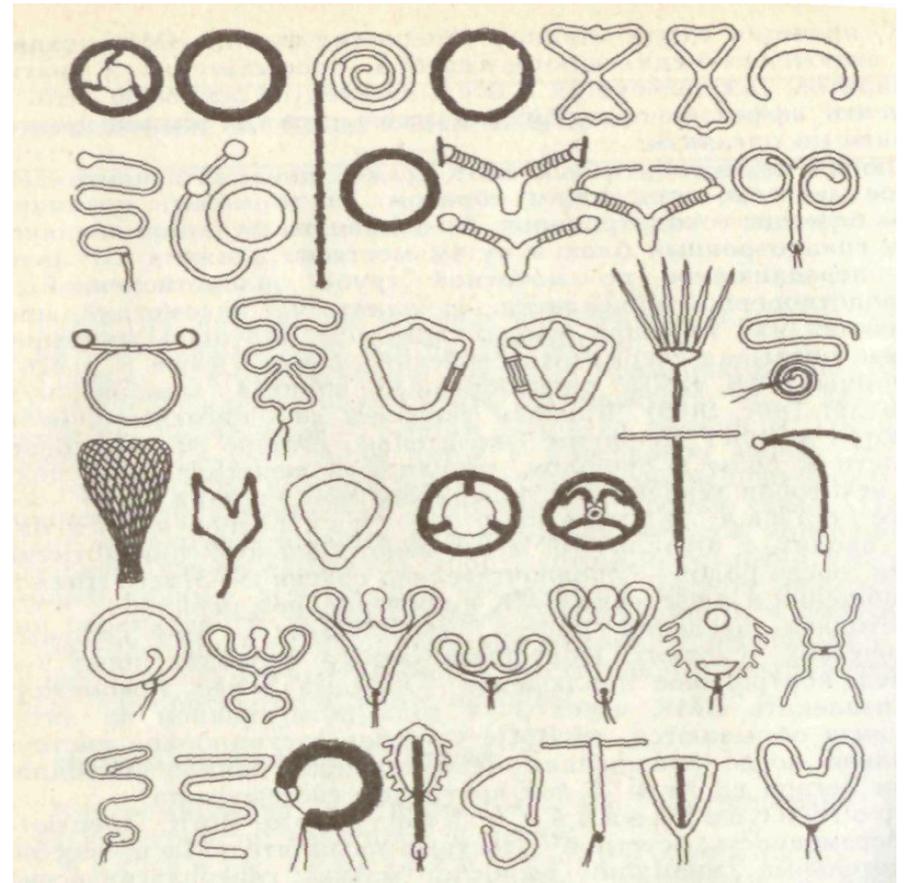
Механизм действия:

- Ускоряет продвижение оплодотворенной яйцеклетки в полость матки и препятствует ее имплантации за счет повышения тонуса матки, изменяя структуру эндометрия, то есть обладает abortивным эффектом.
- Си – содержащие ВМС оказывают влияние на подвижность сперматозоидов.



- Типы ВМС:
- нейтральные
- медикаментозные (содержащие медь, серебро, золото, прогестерон)

- Формы: петля, зонтик, кольцо и т.д. Независимо от формы все содержат приспособление в виде одного-двух тонких нейлоновых «хвостиков», которые выходятся за пределы шейки матки.



Преимущества:

- эффективность медикаментозных ВМС достигает 98%
- быстрый эффект
- отсутствует связь с половым актом
- не оказывает влияние на грудное вскармливание
- длительный срок действия (5-10 лет)
- метод не требует ежедневного контроля
- быстрое восстановление фертильности после удаления

Недостатки:

- **перед введением необходим медицинский осмотр**
- **вводится специально обученным персоналом**
- **женщина не может прервать данный метод контрацепции**
- **возможно нарушение менструального цикла**
- **обострение хронических воспалительных заболеваний ЖПО или возникновение новых**
- **экспульсия ВМС**
- **перфорация матки во время введения ВМС**
- **Данный метод не защищает от ЗППП и даже является фактором риска**

Противопоказания:

- **беременность**
- **нарушение менструального цикла**
- **инфекция половых органов**
- **наличие в анамнезе септических заболеваний**
- **аномалия женских половых органов**
- **злокачественные новообразование женских половых органов**

- **доброкачественные опухоли матки с деформацией полости**
- **генитальный туберкулез**
- **не рожавшие женщины**
- **женщинам, подвергающимся риску заражения ЗППП (то есть имеющим более одного полового партнера)**
- **внематочная беременность в анамнезе**

Правила введения:

- вводится с 1-го по 7-ой день менструального цикла, или в любой день менструального цикла, если исключена беременность**
- возможно введение сразу после отделения последа во время родов или через 42 дня после родов**
- после введения ВМС рекомендуется осмотр через 10 дней, 1 месяц и далее 1 раз в 0,5 года**

- **удаление ВМС производится в самый обильный день месячных подтягиванием за усики или специальным крючком**
- **если на фоне ВМС наступила беременность, ее можно сохранить, предварительно удалив ВМС.**

- **Метод лактационной аменореи – это использование грудного вскармливания в качестве метода предохранения от беременности.**
- **Он основан на физиологическом эффекте подавления овуляции раздражением сосков матери при кормлении ребенка.**

Преимущества:

- **эффективен до 98-99% при соблюдении следующих условий (только грудное вскармливание обоими молочными железами, не реже 6 раз в сутки с обязательным ночным вскармливанием, ребенку должно быть не более 6 месяцев и у женщины не должно быть месячным)**
- **нет связи с половым актом**
- **нет побочных эффектов**
- **отсутствуют денежные затраты**

Недостатки:

- **зависит от матери и может быть трудновыполним в силу социальных обстоятельств (работа, учеба)**
- **не защищает от ЗППП**
- **ограничен во времени, можно применять только в течении 6 месяцев после родов**

Преимущества грудного вскармливания для ребенка:

- **наилучший источник питания**
- **пассивная иммунизация**
- **уменьшает контакт с источником инфекции**
- **Преимущество грудного вскармливания для матери:**
- **ускоряет инволюцию половых органов**
- **профилактика мастита**
- **профилактика рака молочной железы**
- **психологический комфорт**

Гормональная контрацепция.

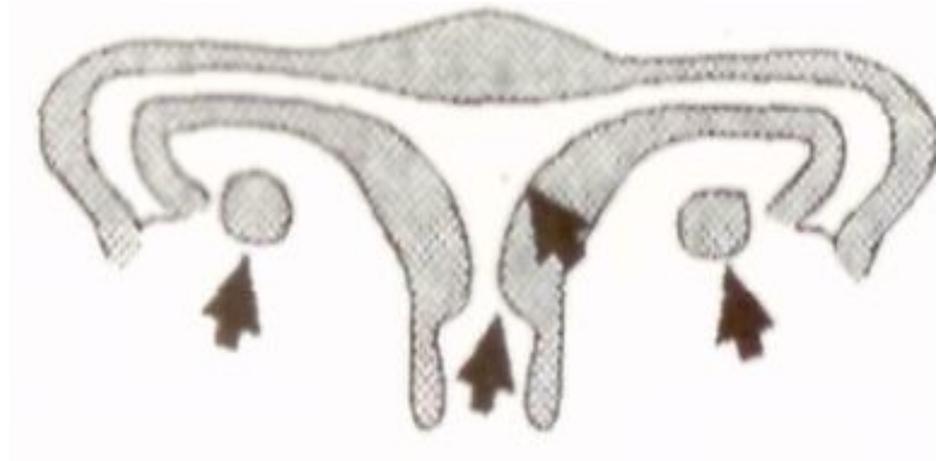


Классификация:

- **Комбинированные оральные контрацептивы.**
- **комбинированные инъекционные контрацептивы.**
- **чисто прогестиновые оральные контрацептивы.**
- **чисто прогестиновые инъекционные контрацептивы.**
- **инплантаты.**
- **посткоитальные контрацептивы.**

Механизм действия:

- подавление овуляции за счет блокирования выработки гонадотропных гормонов.
- сгущение цервикальной слизи.
- изменение структуры эндометрия, что затрудняет имплантацию.
- снижение сократительной активности маточных труб.



Комбинированные (эстроген-прогестиновые) оральные контрацептивы.

- **монофазные - 21 таблетка с одинаковым количеством эстрогенов и прогестинов (Диана-35, марвелон, мерсилон, микрогенон, ригеведон, фемоден и т.д.)**
- **Двухфазные – 21 таблетка с двумя различными комбинациями эстрагенов и прогестерона. (антеовин,)**
- **Трехфазные – 21 таблетка с тремя различными комбинациями эстрагенов и прогестинов 6/5/10 (тризистон, тринквилар, три-регол и т.д.)**

Преимущества КОК:

- **высокая эффективность при ежедневном приеме до 99,9%.**
- **быстрый эффект.**
- **отсутствие связи с половым актом.**
- **удобен в применении..**
- **можно самостоятельно прервать прием препарата.**

Недостатки КОК:

- **зависит от дисциплины пациента, так как требует ежедневного приема.**
- **возможны побочные явления в виде тошноты, рвоты, болезненности молочных желез, нарушения менструального цикла, изменения настроения.**
- **снижается эффективность при одновременном приеме с противосудорожными препаратами, с антибиотиками.**
- **не защищает от ИППП и ВИЧ-инфекции.**
- **высокая стоимость.**
- **повышается риск заболевания печени.**