

Планируй главное в своей жизни или



контрацепция
позволяет любить



Во все времена,
во всех странах
дети задают
родителям один и
тот же вопрос:

***Откуда берутся
дети?***



Ответы бывают разные:

- Малышей приносят аист**
- Детей находят в капусте**
- Младенцев покупают в магазине**





В один
прекрасный день
мы узнаем
правду:



**дети рождаются
от любви
между
мужчиной
и женщиной.**

Мы обычно узнаем
это, когда уже
ГОТОВЫ заняться
любовью,

НО

пока еще
НЕ ГОТОВЫ
ВОСПИТЫВАТЬ
детей



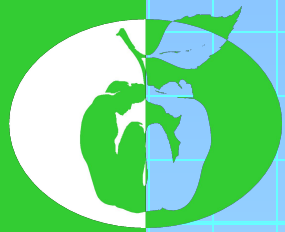
Почти
каждая
десятая
жительница
России
вступает
в сексуальную
жизнь
в возрасте до 14 лет.

**АБОРТ - ДЕТЯМ
НЕ ИГРУШКА**

Это часто заканчивается ранней беременностью. Средства плановой гормональной контрацепции, разработанные компанией Геден Рихтер, являются эффективным и надежным методом предотвращения нежелательной беременности.

**И тогда придется выбирать
одно из трех:**

- 1. Воздержание до брака;*
- 2. Предохранение (контрацепция);*
- 3. «Займемся любовью и будь, что будет!»*



Основная цель планирования семьи – помочь мужчинам и женщинам завоевать одну из своих основополагающих свобод и основное право человека – планировать семью, принимать свободное решение о количестве детей и промежутках между их рождением

**Спать или не спать:
вот в чем вопрос.**



1. Воздержание до брака

Одобрается
и религией,
и обществом,
но немногие следуют
этому методу



ВСЕ ВОВРЕМЯ

2. Контрацепция

Позволяет
заниматься любовью
и
не иметь проблем

**БЕРЕМЕННА... НЕ БЕРЕМЕННА...
БЕРЕМЕННА... НЕ БЕРЕМЕННА...**



3. «Займемся любовью и будь, что будет»

Обычно это заканчивается абортом!

К сожалению, многие молодые люди в Украине все еще выбирают этот экстремальный, самый опасный способ регулирования рождаемости

ДЕТИ - НЕ КУКЛЫ!

ТЫ - НЕ РЕБЕНОК



SCHERING
making medicine work

**В результате каждый
год
в мире беременеет
14 миллионов
девочек-подростков**

**60% всех
беременностей –
нежелательные!**

"контрацептивная таблетка"

Человечество с древнейших времен пыталось придумать способ предохранения от нежелательной беременности

нежелательная беременность теперь в прошлом





**Древний
Египет**

**Еще в Древнем Египте
женщины
использовали средства
для предохранения от
беременности**

**Они мололи зерна
граната и с помощью воска
формировали из них
небольшие конусы.**



1550 лет до н.э.
на папирусе
обнаружен, возможно,
первый рецепт
контрацептивного
средства.

Историки предполагают, что вещество,
которое использовали для
предохранения от беременности, было
создано на основе фекалий крокодилов

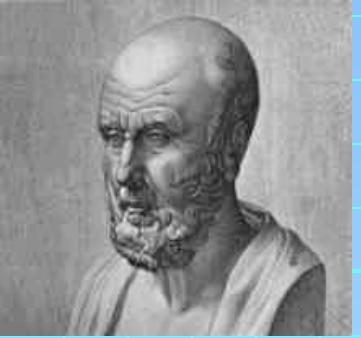


Средневековье

Средневековые документы свидетельствуют, что в Европе в целях предотвращения беременности применяли отвары из трав и использовали презервативы из кишок животных

Герой-любовник Казанова в своих мемуарах писал, что противодействовать беременности можно с помощью золотых шариков и корки лимона, используемых женщиной.

**Все эти методы приносили
мало пользы для
предохранения,
а варварское избавление от
беременности часто
заканчивалось трагедией**



Прерывание беременности никогда не считалось нормой!

Отец древней медицины Гиппократ относился к абортам крайне отрицательно и считал искусственное прерывание беременности безнравственным

В тексте «Клятвы Гиппократа», которую и по сей день произносят врачи всего мира, содержится фраза:

«...Я никогда не воспользуюсь своими знаниями, чтобы прервать беременность у женщины...»



Сегодня доказано, что
эмбрион - это уже
маленькая личность,
индивидуальность

Подтверждением являются результаты
клонирования, в процессе которого человека
воссоздают всего лишь из одной клетки

С помощью УЗИ уже на 7-й неделе
беременности можно услышать как бьется
сердечко ребенка

Аборт крайне вреден для здоровья женщины:



НЕ РИСКУЙТЕ

- Больше половины женщин после аборта рискуют **НИКОГДА НЕ ИМЕТЬ ДЕТЕЙ!**
- У каждой третьей женщины после аборта возникают осложнения, угрожающие жизни!
- У девочек-подростков частота осложнений после аборта в среднем в 2,5 раза выше, чем у взрослых женщин!

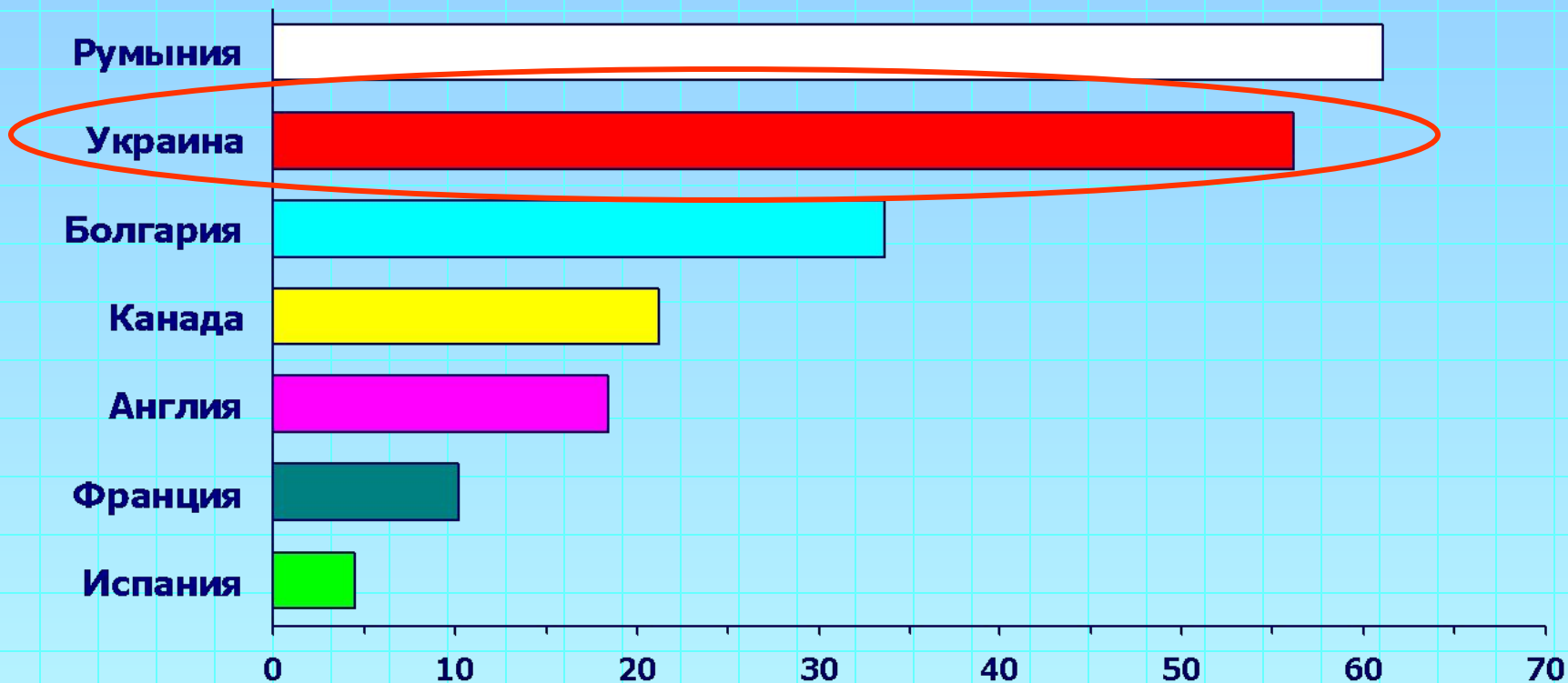


**НЕЖЕЛАННЫЙ РЕБЕНОК НИКОГДА НЕ СКАЖЕТ ВАМ,
ЧТО ВЫ НЕЖЕЛАННЫЙ РОДИТЕЛЬ.**

**В христианской
религии аборт
считается
убийством**

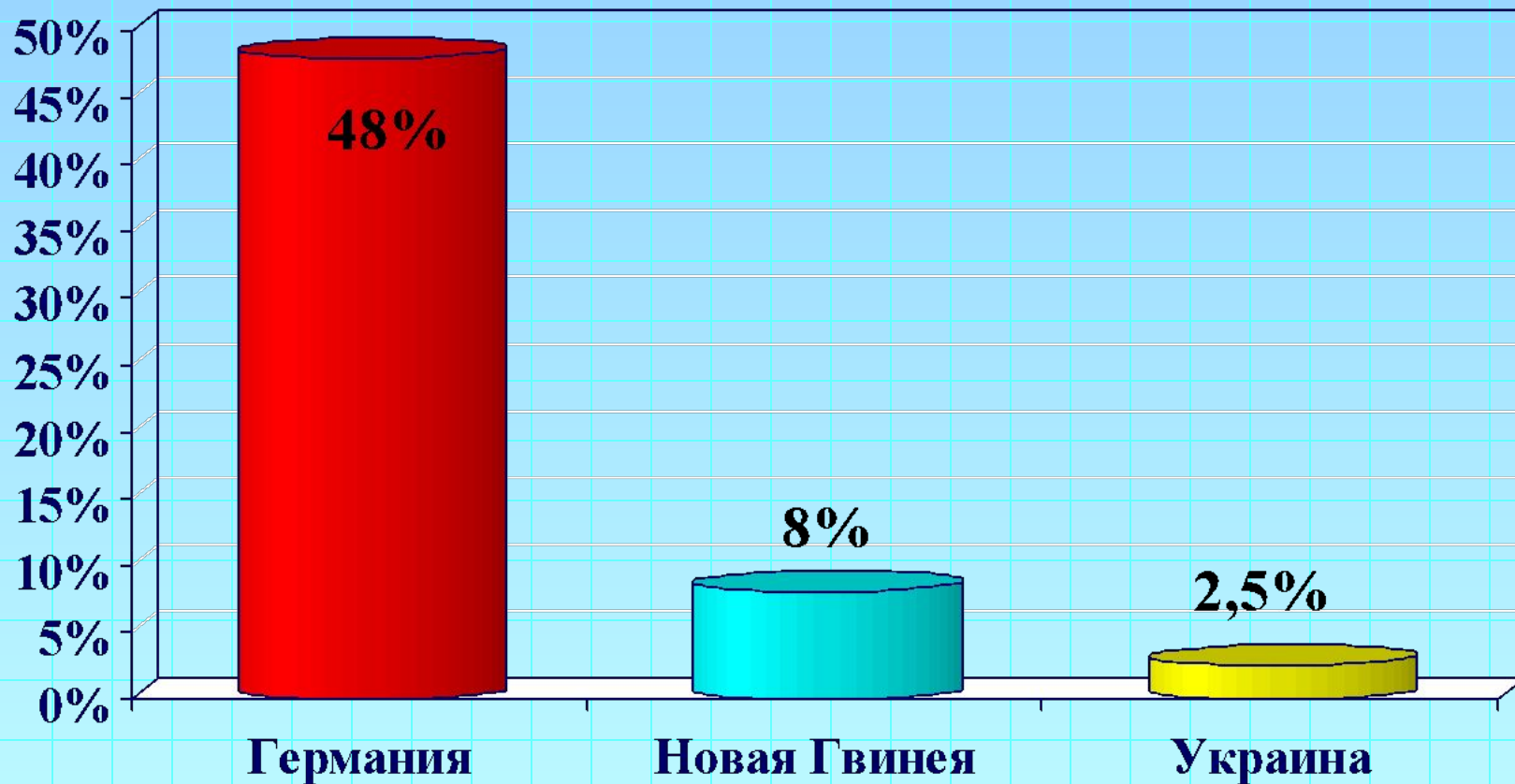
**Нельзя убивать своего
ребенка только за то,
что он появился в
неудобное время и
Вы с ним пока не
знакомы!**

Сравните уровень аборт в Украине и некоторых других странах



Количество абортов среди девушек
15-19 лет в различных странах мира (на 1000 девушек)

Какое место занимает Украина по уровню использования современных гормональных средств контрацепции?





Мы уже отказались от средневековых методов контрацепции - не используем травы для настоек и не отправляемся на поиск фекалий крокодилов.

Но еще не достигли уровня даже Новой Гвинеи в области применения гормональных контрацептивов...

**Чем меньше люди знают
о контрацепции и чем меньше
пользуются ей, тем выше уровень
абортов**

А это значит, что мы теряем здоровье,
не можем рожать детей в будущем и не
уважаем тех маленьких людей, жизнь
которых зависит только от нас

НОВОЕ ПОКОЛЕНИЕ
ПРОТИВ АБОРТОВ!



БЕЗЗАБОТНОСТЬ



БЕЗАБОРТНОСТЬ

**Теперь
Вы знаете,
что любая
контрацепция
лучше
нежелательной
беременности и
аборта!**

Современный арсенал контрацептивных технологий

- комбинированные оральные контрацептивы;
- чисто прогестиновые таблетки;
- имплантаты, инъекционные контрацептивы;
- добровольная женская стерилизация;
- добровольная мужская стерилизация (вазэктомия);
- презервативы;
- ВМС;
- спермициды и барьерные методы контрацепции;
диафрагмы и цервикальные колпачки;
- естественные методы планирования семьи;
- метод лактационной аменореи;
- прерванное половое сношение;
- абстиненция (периодическое половое воздержание);
- посткоитальная контрацепция;
- аборт.

Не все методы контрацепции одинаково надежны!



Не хочешь завтра детку,
Прими сейчас таблетку =)



Контрацептивная
таблетка Schering

fly Cards

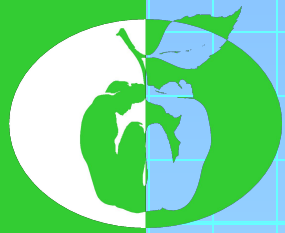
Самый современный и надежный из них - комбинированные оральные контрацептивы, проще говоря – противозачаточные таблетки!



Наш способ общения

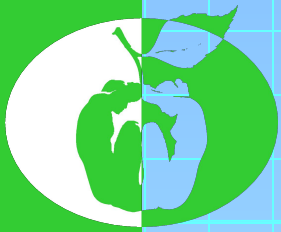
Обязательно проконсультируйтесь с врачом

**Комбинированные
противозачаточные
таблетки –
современный,
простой
и надежный метод
контрацепции!**



Комбинированные оральные контрацептивы (КОК):

- Способствуют уменьшению менструального кровотечения (более короткие и менее обильные менструации).
- Уменьшают менструальные боли.
- Способствуют снижению анемии.
- Способствуют установлению регулярного менструального цикла.
- Снижают риск развития рака яичников и эндометрия.
- Снижают риск развития доброкачественных опухолей молочной железы и кист яичников.
- Предохраняют от эктопической беременности.
- Снижают риск развития некоторых ВЗОТ.



Недостатки КОК:

- Требуется постоянное желание предохраняться (мотивация) и ежедневный прием
- Возможны некоторая тошнота, головокружение, незначительная болезненность молочных желез, головные боли, а также мажущие выделения или легкое кровотечение (обычно проходят через 2-3 цикла)
- Возможна задержка в возврате фертильности после прекращения приема
- Возможны, хотя и редко, серьезные осложнения (инфаркт, инсульт, тромбы в легких или мозгу, опухоль печени)
- Возможны кратковременные изменения психоэмоционального фона (настроение, либидо) и незначительное изменение массы тела.

В настоящее время широко используются оральные контрацептивы третьего поколения.

Новые прогестины не снижают риск нарушений мозгового кровообращения при равной дозировке эстрогенов.

рули сама



Есть девушки,
которые
всегда
выбирают
самое
лучшее

Они принимают
гормональные
таблетки
потому, что у
них есть
правило:

РУЛИ САМА!



Маленькая таблетка
Большая защита

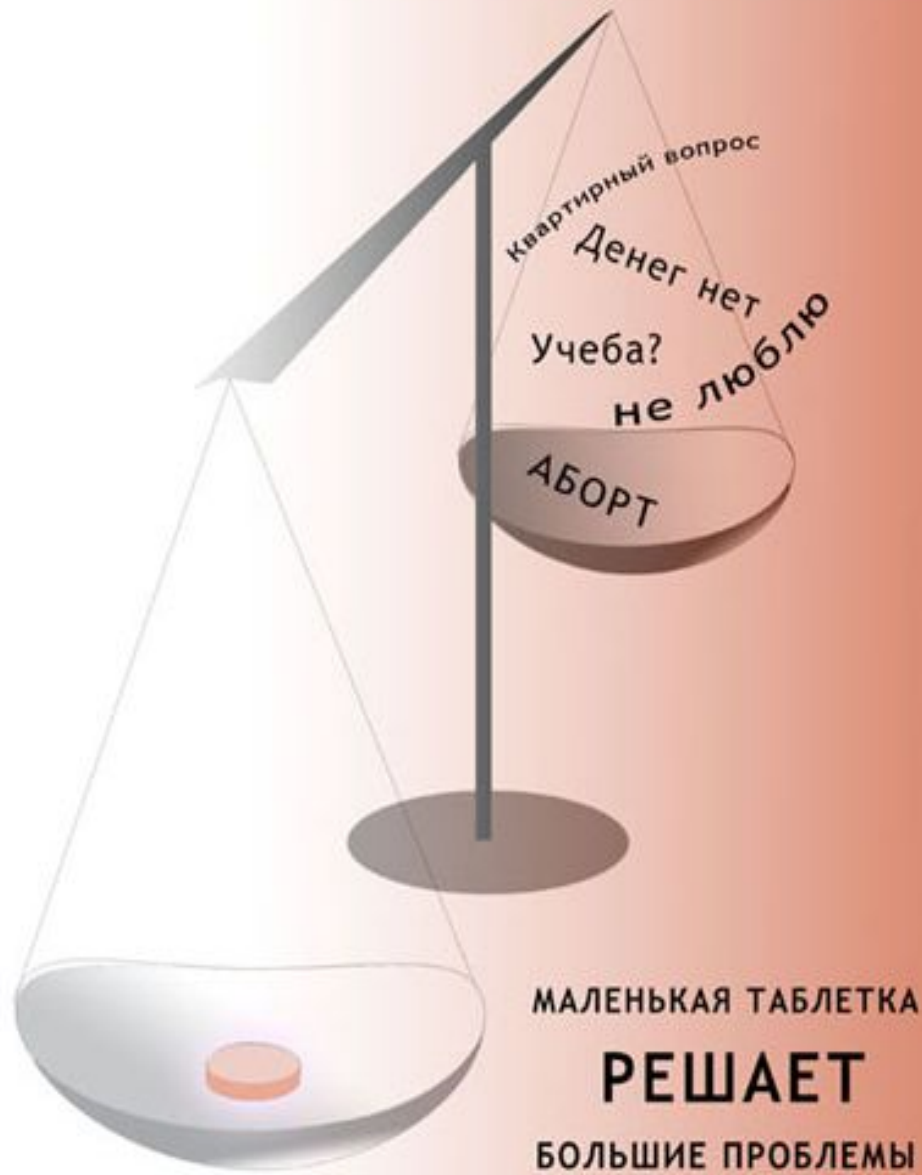
Существует много
ВИДОВ
комбинированных
оральных
контрацептивов

**Врач всегда
посоветует
таблетку,
подходящую
именно Вам**

Отправляясь в романтическое путешествие, не пропусти станцию «Таблетка».



Подумай о контрацепции до того, а не после ...



**Принять таблетку –
пара секунд!**

**И потом не плачешь в
подушку ночи
напролет, не
переживаешь, как
быть дальше, с кем
посоветоваться и
куда бежать**

**ПРИМИ РЕШЕНИЕ
ВОВРЕМЯ**

Он будет уже спать.
Но я не готова к этим проблемам.
Что делать, что делать?

"контрацептивная таблетка"

Мне поможет
только чудо.

Я жду тебя, любимый.

Чудо?

Да, чудо!

Не волнуйся.
Вот види.
Это чудесное средство
от твоих проблем.

SCHERING
making medicine work

Маленькое решение
больших проблем

Правила приема
очень просты:

1 таблетка, 1 раз в день

Таблетки принимаются
21 день, потом 7 дней
перерыв и так далее



Если по какой-то
причине 1 или 2
таблетки
пропущены,
существуют
«Правила забытых
таблеток»

«Правила забытых таблеток»

Если пропущена **ОДНА** таблетка:

1. Опоздание в приеме менее, чем на 12 часов - примите пропущенную таблетку, как только вспомните и продолжите обычный прием таблеток из упаковки до конца цикла
2. Прошло более 12 часов и таблетка пропущена:
 - На 1 неделе цикла - правило то же + используйте презерватив в течение 7-ми дней
 - На 2 неделе - примите пропущенную таблетку, как только вспомните и продолжите обычный прием таблеток из упаковки до конца цикла
 - На 3 неделе – 1) можно прекратить прием таблеток на 7 дней и затем начать следующую упаковку, или 2) примите пропущенную таблетку, как только вспомните и продолжите обычный прием таблеток из упаковки до конца цикла и без перерыва начните следующую упаковку

Современные гормональные таблетки не только защищают от нежелательной беременности, а ещё и...



- Регулируют и нормализуют менструальный цикл
- Уменьшают менструальные боли;
- Улучшают состояние кожи и волос;

Иногда недостаток сведений о механизме действия порождает мифы о возможных негативных последствиях приема противозачаточных таблеток:

- *«от таблеток толстеют»;*
- *«прием таблеток помешают забеременеть впоследствии»;*
- *«от таблеток растут волосы на лице и теле»*





Это всего лишь МИФЫ

Весь цивилизованный
мир принимает
комбинированные
оральные
контрацептивы уже
более 40 лет!


БЕРЕМЕННОСТЬ БЕЗ БРЕМЕНИ



Желанная беременность - это всегда счастье. Время ожидания рождения вашего ребенка должно быть наполнено радостью, теплотой и любовью. На протяжении уже более 150 лет компания Шеринг заботится о вас, разрабатывая, тестируя и производя высокоэффективные препараты плановой контрацепции. Гормональная контрацептивная таблетка немецкого качества, является надежным, безопасным и самым распространенным способом предохранения от нежелательной беременности.



**Их действие
проверено
миллионами
женщин в тех
странах, где люди
традиционно
внимательны к
своему здоровью**



РАСЛАБЬСЯ -
ВСЕ ПОД КОНТРОЛЕМ

**Мои маленькие тайны:
КОНТРАЦЕПТИВНЫЕ ТАБЛЕТКИ!**

Почему некоторые
девушки более
самостоятельны,
уверены в себе и
свободны?

**Таблетка –
вот секрет
самостоятельны
х девушек!**



**Противозачаточные
таблетки –
это контрацепция,
разрешающая
любить!**



**На самом деле
существует гораздо больше
методов предохранения
от нежелательной беременности!**



Наверняка, эти методы знакомы всем:

**Технический
перерыв**

**Прерванный
половой акт**



**Презервативы,
спермициды**



**Календарный
метод**



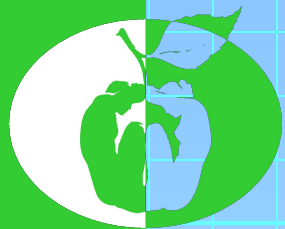
**Половое
воздержание**



**Хирургическое
прерывание
беременности**



**Внутриматочная
спираль**



Чисто прогестиновые таблетки (ЧПТ)

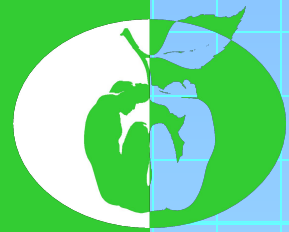
Экслютон

Механизм действия

- Сгущают цервикальную слизь, препятствуя проникновению сперматозоидов
- Изменяют эндометрий, затрудняя имплантацию
- Уменьшают движение сперматозоидов в верхнем половом тракте (фаллопиевых трубах)
- Подавляют овуляцию

Преимущества

- Эффективны, если принимаются в одно и то же время каждый день (0,5 беременностей на 100 женщин в течение первого года использования)
- Метод не влияет на грудное вскармливание (не влияет на количество и качество молока)
- Немедленный возврат фертильности после прекращения приема
- Мало побочных эффектов
- Срок применения не ограничен

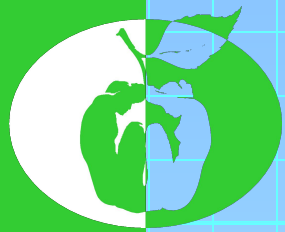


Инъекционные контрацептивы (ИК, КИК)

Инъекционный метод контрацепции применяют более 18 миллионов женщин во всем мире. В состав ИК входят прогестагены пролонгированного действия — депо-медроксипрогестерона ацетат (ДМПА) - **Депо-Провера** и комбинированные — эстроген-прогестагенные **инъекционные контрацептивы (КИК)** - **Cyclofem** и **Mesigyna**

Механизм действия ИК и КИК

- Подавляют овуляцию (ингибирующее влияние на гипоталамо-гипофизарную систему)
- Изменяют физико-химические свойства слизи цервикального канала (повышается ее вязкость и волокнистость), препятствующие пенетрации сперматозоидов
- Нарушают уровень ферментов, "отвечающих" за процесс оплодотворения
- Способствуют преобразованиям в эндометрии, препятствующим имплантации
- Уменьшают движение сперматозоидов в верхнем половом тракте.

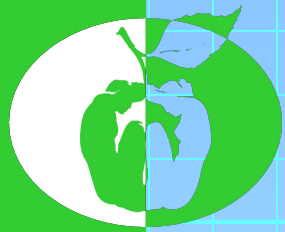


Имплантанты

Чисто прогестиновые имплантанты — **Норплант®** – шесть тонких гнувшихся капсул, наполненных левоноргестрелом (ЛНГ), которые имплантируются женщине под кожу предплечья.

Механизм действия

- Сгущают цервикальную слизь, препятствуя проникновению сперматозоидов
- Изменяют эндометрий, затрудняя имплантацию
- Уменьшают движение сперматозоидов в верхнем половом тракте (фаллопиевых трубах).



Внутриматочные средства (ВМС)

Выделяющие медь **Copper T 380A, Nova T, Multiload 375**

Выделяющие прогестин **Progestasert[®], Mirena[®]**

Механизм действия

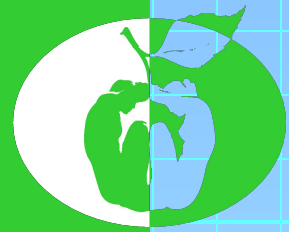
- Влияют на способность сперматозоидов проходить через полость матки (медные)
- Влияют на репродуктивный процесс, прежде чем яйцеклетка достигнет полости матки (медные)
- Сгущают цервикальную слизь (прогестиновые)
- Изменяют состояние эндометрия (прогестиновые)

МИРЕНА

внутриматочная гормональная контрацептивная система

- ❑ Контрацепция, надежная как стерилизация, но обратимая как противозачаточные таблетки
- ❑ Действие в течение 5 лет по принципу «поставила и забыла»
- ❑ Лечебно-профилактические эффекты
- ❑ Препарат выбора для кормящих мам





Барьерные методы контрацепции и спермициды

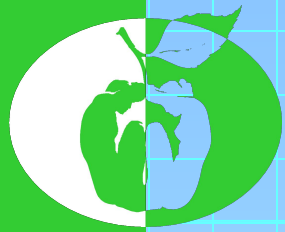
Барьерные методы контрацепции можно определить как предохранение от нежелательной беременности путем препятствия попаданию спермы во влагалище или в шейку матки химическим или механическим путем, или сочетанием того и другого.

«Мужской» метод:

- презерватив

«Женские» методы:

- диафрагма;
- шейный противозачаточный колпачок;
- женский презерватив;
- спермицидная пена;
- спермицидные суппозитории и пенящиеся таблетки;
- спермицидные пасты и гели
- губки.



Механизм действия

- Предотвращают попадание спермы в женский репродуктивный тракт
- Предотвращают передачу микроорганизмов вызывающих ИПП и другие ЗППП, включая ВГВ и ВИЧ/СПИД, от одного партнера к другому (только латексные и виниловые презервативы)

Преимущества - 1

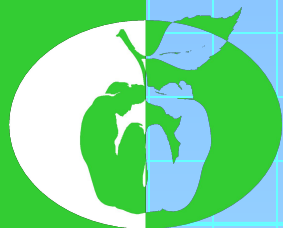
Контрацептивные

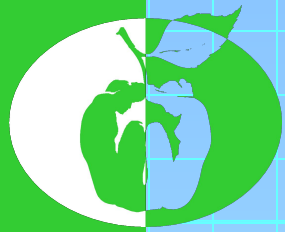
- Немедленный эффект
- Не влияют на грудное вскармливание
- Могут использоваться в качестве страховочного метода параллельно с другими контрацептивами
- Отсутствует связанный с методом риск для здоровья
- Отсутствуют системные побочные явления
- Широко доступны (в аптеках и немедицинских учреждениях)
- Продаются без рецепта
- Не требуется медицинского осмотра перед началом использования
- Недорогой метод (на короткий срок)

Преимущества - 2

Неконтрацептивные

- Способствуют вовлечению мужчины в планирование семьи
- Единственный метод планирования семьи, обеспечивающий защиту от ИПП и других ЗППП (**только латексные и виниловые презервативы**)
- Могут удлинять период до эякуляции
- Могут способствовать снижению риска развития рака шейки матки
- Могут использоваться при лечении иммунологических форм бесплодия (в течение 3-6 мес.) для предотвращения попадания антигенов спермы во влагалище
- Могут использоваться при возникновении у женщины аллергических реакций на семенную жидкость и/или сперматозоиды
- Могут использоваться для улучшения эрекции у больных после операций на органах брюшной полости (кольцо презерватива выполняет роль слабого жгута).





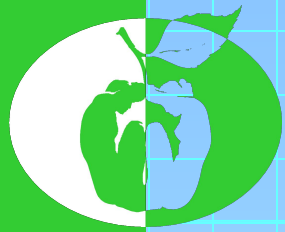
Диафрагмы

Контрацептивное действие диафрагмы определяется частично ее барьерной функцией, препятствующей попаданию спермы в шейку матки, и частично ее функцией как резервуара спермицида. Присутствие спермицидного средства в куполе диафрагмы имеет важное значение для достижения максимального контрацептивного действия.

Типы

Диафрагмы различаются между собой по размеру, который определяется диаметром ободка в миллиметрах, и бывают четырех основных видов в зависимости от особенностей строения ободка:

- Диафрагма с ободком с плоской пружиной;
- Диафрагма со спиральной пружиной;
- Диафрагма с дугообразной пружиной;
- Диафрагма с ободком в виде перемычки.



Спермициды

Спермициды — это химические вещества, инактивирующие или убивающие сперматозоиды во влагалище до того, как они успевают проникнуть в верхние отделы полового тракта.

В состав современных спермицидов входит, как правило, два компонента: спермоповреждающие химические вещества и основание (носитель).

Механизм действия

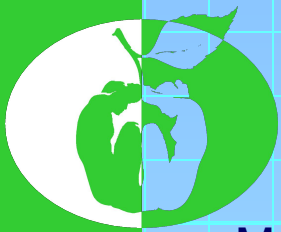
- Спермицидные вещества, используемые почти во всех имеющихся в настоящее время спермицидах, представляют собой сурфактанты — поверхностно активные вещества, которые разрушают клеточные мембраны сперматозоидов.
- Роль носителя, входящего в спермицидные средства — обеспечить дисперсию химического агента во влагалище путем обволакивания шейки матки и удерживания его на месте так, чтобы ни один сперматозоид не избежал контакта со спермицидным ингредиентом.

Как правило, спермициды различаются по типу входящего в их состав носителя и выпускаются в виде:

- аэрозолей (пены)
- паст
- гелей (крема)
- вагинальных пенящихся таблеток
- вагинальных пенящихся суппозиториев
- растворимых суппозиториев
- растворимых пленок
- вещества, употребляемого для смазки презервативов
- губки

Спринцевание спермицидами после коитуса не является надежным контрацептивным методом, так как не исключает возможности проникновения сперматозоидов в цервикальный канал (в промежутке времени между семяизвержением и спринцеванием)

Метод лактационной аменореи (МЛА)

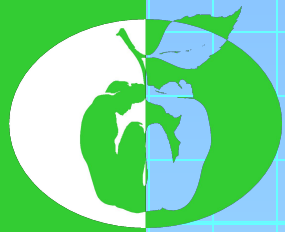


Методом лактационной аменореи (МЛА) называется использование грудного вскармливания в качестве метода предохранения от беременности. Он основывается на физиологическом эффекте, который оказывает сосание ребенком груди матери на подавление овуляции.

Продолжительность ановуляции варьирует от 4 до 24 месяцев после родов, хотя у некоторых женщин овуляция восстанавливается на втором месяце послеродового периода. Данные научных исследований показывают, что даже после восстановления менструальноподобных выделений частота наступления беременности у кормящих женщин ниже, чем среди женщин, прекративших грудное кормление.

Для обеспечения эффективной защиты от нежелательной беременности необходимо:

- исключительно грудное вскармливание;
- аменорея;
- после родов прошло не более 6 месяцев.



Естественное планирование семьи (ЕПС)

Естественные методы планирования семьи основаны на наблюдении за физиологическими признаками фертильности (возможность оплодотворения) и инфертильности (когда оплодотворение маловероятно) на протяжении фаз менструального цикла.

Эффективность метода

В настоящее время естественным методом контрацепции пользуется около 5-8% пар. Показатель «контрацептивной неудачи» (частота наступления беременности при регулярном использовании метода) оставляет желать лучшего. В действительности беременность наступает в 20% случаев типичного применения метода. Среди идеальных пользователей этот показатель может составлять 2% только при постовуляторном применении метода, при использовании симптотермального метода показатель «неудач» достигает 6%, овуляторного метода — 8%, а применение календарного метода приводит к беременности в 10% случаев.

Факторы, определяющие эффективность :

- желание пары применять данный метод контрацепции;
- правильное использование метода периодической абстиненции или других способов контрацепции в дни фертильного периода;
- соответствующее обучение и знание данного метода контрацепции;
- регулярность менструального цикла.

Добровольная стерилизация

Добровольная хирургическая стерилизация женщин

Большинство данных из разных стран указывают, что смертность при проведении хирургической стерилизации составляет приблизительно 10 случаев на 100 000 процедур, что говорит о ее относительной безопасности. ДХС значительно безопаснее, чем нежеланная или представляющая угрозу для здоровья беременность.

Процедуру стерилизации должен проводить опытный хирург и медицинский персонал. Для нее необходимо наличие соответствующего оборудования и медицинского обеспечения.

Трубная окклюзия

Трубная окклюзия — это хирургическое блокирование проходимости труб с целью воспрепятствования слиянию сперматозоида и яйцеклетки, т.е. оплодотворению. Трубная окклюзия является методом перманентного прекращения женской воспроизводительной функции

Добровольная хирургическая стерилизация мужчин (вазэктомия)

Вазэктомия — это мужская добровольная стерилизация (ДС), выполняемая стандартным методом (один или два небольших разреза) или бескальпельной технологией (предпочтительный метод).

Механизм действия

- После блокирования семявыносящего протока (vas deferens) сперматозоиды в эякуляте отсутствуют.

Преимущества

Контрацептивные

- Высокая эффективность (0,1 -0,15 беременностей на 100 женщин в течение первого года использования)
- Постоянный метод

Неотложная (посткоитальная) контрацепция

должна использоваться после незащищенного полового акта в том случае, если беременность **не планируется** или **нежелательна**.

Эффективность метода

достаточно высока и достигает 96%, если с момента «незащищенного» полового акта прошло не более 72 часов.

Типы

- Комбинированные эстроген-прогестагенные ОК
- Гестагены
- Даназол
- Мифепристон (Ru-486)
- Внутриматочные средства (ВМС)

Преимущества

- Все типы очень эффективны (менее 3% неудач).
- ВМС также обеспечивает длительную контрацептивную защиту.

Недостатки

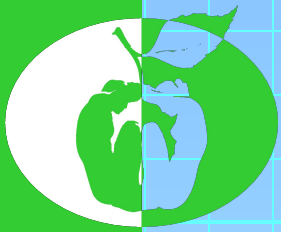
- КОК эффективны только в том случае, если первая доза принята в течение 72 часов после незащищенного полового акта.
- КОК могут вызывать тошноту, рвоту или болезненность молочных желез.
- Первая доза ЧПТ должна быть принята в течение 48 часов после полового акта, однако они в меньшей степени вызывают тошноту и болезненность молочных желез.
- Антипрогестины эффективны только в том случае, если приняты в течение 72 часов после незащищенного полового акта. В настоящее время они дорого стоят и имеются в продаже лишь в некоторых странах.
- ВМС эффективно только тогда, когда вводится в течение 5 дней после незащищенного полового акта.
- Введение ВМС является небольшой процедурой, которая выполняется обученным медработником и не должна проводиться женщинам, подверженным риску заражения ИПП и другими ЗППП (такими как ВПГ и ВИЧ/СПИД).

Кто может использовать неотложную контрацепцию

- Пациентки, которым требуется немедленная защита от беременности (например, после незапланированного, незащищенного полового акта, если презерватив порвался или протек, после изнасилования)

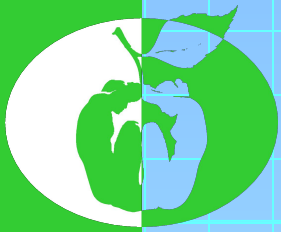
Кто не должен использовать неотложную контрацепцию

- Женщины, которые беременны или у которых подозревается наличие беременности



Медикаментозное прерывание беременности

- Прерывание беременности до 6 недель: мифепристон 600мг назначается в один прием в присутствии врача (наблюдение 2 часа). При отсутствии эффекта от приема мифепристона через 24-36 час. назначили мизопростол в условиях ДС.
- Прерывание беременности происходит через 22-25 часов.
- После медикаментозного прерывания, восстановление эндометрия происходит на 21-й день.



Подросткам следует рекомендовать следующие методы контрацепции:

- Календарный – воздержание 3 дня до и в течение 3-4 дней после овуляции.
- Барьерный метод – мужские и женские презервативы, влагалищные диафрагмы, цервикальные колпачк, спермициды.
- Гормональный контрацептивы можно рекомендовать только если:
 - гинекологический возраст 12 лет (возраст менархе + 2 года);
 - регулярные месячные;
 - рост 160 см;
 - отсутствие избыточной массы тела;
- Предположительно – Жанин, Ярина.
- Спермициды
- Суппозитории – Патентене Овал Н – пенообразующие свечи (ноноксинол -9) за 10 минут.