

# МУЖСКАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ

Большинство мужчин считают заботу о предотвращении беременности чисто женской обязанностью. И все же принять посильное участие в защите своих партнерш от нежелательной беременности мужчины могут и должны. Приведем примеры всех, существующих на сегодняшний день методов мужской контрацепции.

---

***Прерванный половой акт*** – один из самых ненадежных. Считается, что эффективность метода не превышает 70%, почти каждый третий акт может быть опасным, поскольку небольшое количество спермы может выделиться в начале полового акта. Кроме того, такое «предохранение» может привести к сексуальным расстройствам у обоих партнеров.

***Искусственно затянутый половой акт*** – также относится к ненадежным методам. Конечно, он продлевает время сексуального наслаждения партнеров и, как правило, не приводит к семяизвержению, но не может гарантировать защищенность, так как сперма выделяется не только при оргазме, но и вместе со смазкой. Кроме того, если этот метод применять часто, это может привести к импотенции и проблемам со здоровьем у мужчины (повышение артериального давления и головная боль).

**Горячая мошонка** («яйцо самурая») – древний японский метод временной стерилизации мужчины путем повышения температуры в мошонке, которая достигается приемом ежедневной горячей ванны  $46,6^{\circ}\text{C}$  по 45 минут в течение месяца. При перегреве яичек нарушается выработка сперматозоидов. Кстати, такой же эффект получается, если сидеть за рулем автомобиля больше четырех часов в день. После этих процедур мужчина становится стерильным почти на полгода. Затем все вновь восстанавливается в том же объеме, но... появляется опасность раковых заболеваний.

**Презерватив** - идеальный вариант для мужчины. Современные технологии предлагают высокопрочные и сверхтонкие латексные презервативы различной длины, цветов и ароматов. Однако презерватив может порваться, а его применение требует определенного навыка.

Препараты содержащие «андрогены и антиандрогены» (большие дозы тестостерона), которые вызывают азоосперию (исчезает сперма) и временное бесплодие. Злоупотребление этими препаратами может быть чревато для мужчины развитием опухолевых процессов в яичках.

***Подкожный имплант для мужчин*** - ампулы содержащие «андрогены» вживляются хирургом под кожу, где рассасываются в течение 2-4 недель. При оргазме выбрасывается небольшое количество «обезвреженной» спермы. Эффект продолжается около предохраняет в течение 3-5 месяцев. Иногда бывают не совсем приятные побочные эффекты (головные боли, судороги половых органов и др.). Продолжаются разработки более совершенных инъекционных препаратов — 1 укол в руку ежегодно или ежемесячно.

***Препарат содержащий «ципротерон-ацетата»*** - это те же самые оральные контрацептивы, только для мужчин. Постоянное применение препарата ведет к временной стерилизации и уменьшению количества спермы. После прекращения приема таблеток, объемы спермы восстанавливаются, но пока не ясно, через какое время мужчина будет способен оплодотворять.

***Таблетки, содержащие «эстроген и андроген»*** вызывают увеличение полового влечения и одновременно снижают качество спермы. Употреблять можно в течение 1 месяца, а потом в течение 3-4 месяцев делать перерыв. При слишком длительном применении препарата могут возникнуть побочные эффекты: психические нарушения, снижение тонуса и интереса к жизни.

***Вазорезекция*** - перевязка семенного канатика, который при желании можно развязать. Идеальный метод при лечении половой слабости, профилактике воспалительных изменений после удаления опухоли простаты.

Вазэктомия - это самый высокоэффективный метод мужской контрацепции. Эта операция заключается в перерезании семявыносящих протоков, по которым сперма поступает из обоих яичек. Примерно через месяц после нее мужчина становится абсолютно бесплодным. Раньше основным недостатком вазэктомии было то, что мужчина лишался возможности зачать ребенка на всю оставшуюся жизнь. В настоящее время разработана операция «обратной вазэктомии», когда пересеченные семявыносящие протоки вновь сшиваются, и мужчина вновь становится способным к оплодотворению. Способность к зачатию ребенка восстанавливается в 90% случаев.

Существует также альтернативная методика, когда в семявыносящие протоки вставляют специально разработанные **миниатюрные клапаны**, которые можно по желанию открыть и вновь закрыть путем очень маленькой операции.

**Восстанавливаемая вазэктомия** с помощью мягких резиновых пробочек, которые препятствуют продвижению спермы. Вводятся хирургическим путем и могут быть удалены.

**Пробка из полиуретана.** Операция может быть не только хирургической, тогда в спермовыводящие протоки вводится вещество, которое затвердевает и дает контрацептивный эффект.

Существует также такой пока мало известный метод мужской контрацепции, как **мужская спираль**. Она похожа на миниатюрный зонтик, вводится через головку пениса в мошонку. На конце спирали находится гель, обладающий спермицидным действием.

Для решения вопроса о выборе контрацепции мужчина обязательно должен проконсультироваться с врачом-андрологом.

Конец.