

ОТБАСЫН ЖОСПАРЛАУ:
ЖОСПАРЛАНБАҒАН
ЖҮКТІЛІКТЕН САҚТАНУ.
КОНТРАЦЕПЦИЯ ТҮРЛЕРІ



«Акмарал» аурухана мекемесі



Отбасын жоспарлау – бұл кейбір жеке адамдармен ерлі-зайыптылардың қалаулы емес жүктіліктен сақтануына, дүниеге келетін сәбилердің уақытымен, санын реттеуде еркін және жауапты шешім қабылдап, осы таңдауды қадағалауға арнаған шаралар жиынтығы. Басқаша айтқанда отбасын жоспарлау баланы кездейсоқ емес, жоспарлы түрде өмірге әкелу деген сөз.

ОТБАСЫН ЖОСПАРЛАУДЫҢ ҚАЖЕТТІЛІГІ

- Қалаулы дені сау баланы туу үшін
- Әйелдердің денсаулығын сақтау үшін
- Отбасындағы психосексуалды қатынастардағы үйлесімділікке қол жеткізу үшін
- Өмірлік жоспарларды жүзеге асыру үшін
- Өмір сүру сапасын жақсарту үшін



- ⦿ Жасөспірімдердің репродуктивті денсаулығының қалыптасуына теріс ықпал ететін факторлар ретінде жыныстық қатынастардың ерте басталуы, олардың арасында жыныстық жолдар арқылы берілетін жұқпалы аурулардың көбеюі, сондай ақ темекі мен ішімдікке әуестілігі дені сау сәбидің туылуына тосқауыл болады.



- Бала туу үшін әйелдің жас мерзімін анықтау өте маңызды. Жүктілік кезіндегі, туу және туғаннан кейінгі мерзімде асқынудың пайда болуынан **жиырма жасқа дейінгі** бала туатын әйелдер қауіптілік тобын құрайды. **Отыз бес жастан асқан** әйелдер босанғанда баланың генетикалық “ауытқулармен” туу қаупі артады.



КОНТРАЦЕПЦИЯ

- ***Контрацепция*** – бұл үнемі және кездейсоқ жыныстық өмір барысында қалаулы емес жүктіліктен сақтану.



КОНТРАЦЕПЦИЯНЫҢ ТҮРЛЕРІ:

1. Ішілетін құрама контрацептивтер
2. Инъекциялық контрацептивтер
3. Имплантанттар
4. Әйелдің стерилизациясы
5. Вазэктомия (еркектердің стерилизациясы)
6. Презервативтер (мүшеқаптар)
7. Жатыршілік заттар
8. Қынаптық әдістер (диафрагмалар және жатыр мойны қақпақшасы)
9. Отбасын жоспарлаудың табиғи әдісі (физиологиялық)
10. Лактационды аменорея әдісі

ІШІЛЕТІН ҚҰРАМА КОНТРАЦЕПТИВТЕР

- Комбинерленген оральді таблеткалар құрамында эстрогеннің және прогестеронның құрамы әртүрлі мүшелерде болады. Оларды 21 күн ішінде цикл арасында апталық үзіліспен қабылдайды. Бірақ бұның да өзіндік зиянды әсерлері болуы мүмкін.



ЖЕДЕЛ КОНТРАЦЕПЦИЯ

ЖК жиі қолданылмауы тиіс. Жедел контрацепцияны қай кезде қолдануға болады:

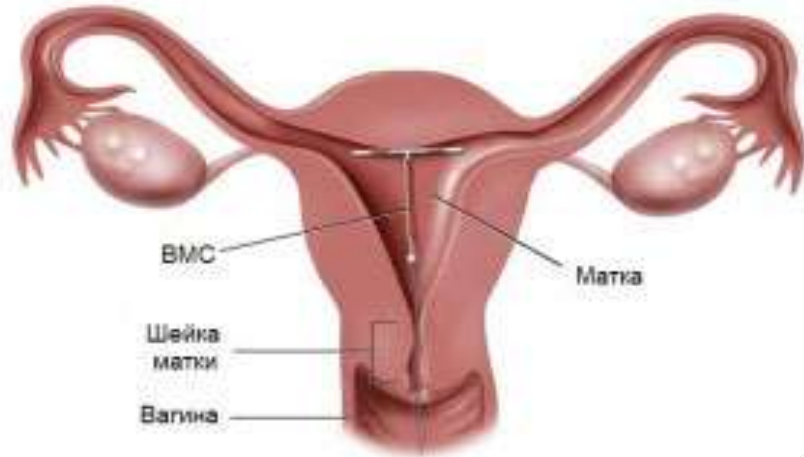
- Қорғанусыз жыныстық қатынас кезінде
- Мүшеқаптың бүтінгінің бұзылуында
- Сексуалдық зорлауда
- Фертильді күндері жыныстық қатынасқа түскенде



ЖАТЫР ІШІЛІК СПИРАЛЬ

Тиімділігі 97%, ұзақтығы 3-5 жыл. Өзге шаралардан айырмашылығы ол жұмыртқа жасушасының ұрықтануын болдырмайды. Ұрықтың жатыр қабырғасына бекуіне жол бермейді. Бірақ бала тумаған әйелдердің қолдануларына тыйым салынады.

Внутриматочная спираль (ВМС)



БАРЬЕРЛІК КОНТРАЦЕПЦИЯ ӘДІСІ

БК түрлері: **ерлердің** (мүшеқап сперманың қынапқа кіруінен сақтайды), **әйелдердің** (диафрагма, губка, спермицид) деп бөлінеді.

Мүшеқаптар тиімді, қауіпті емес және арзан. Бір қолданғаннан кейін қайта қолдануға болмайды.

Спермицидтер оған гельдер, аэрозольді көпіршіктер, көпіршікті және көпіршіксіз суппозиториелер жатады



Контрацептивные губки препятствуют проникновению сперматозоидов в канал шейки матки, задерживая сперму и одновременно выделяя спермицид.



ЛАКТАЦИОНДЫ АМЕНОРЕЯ

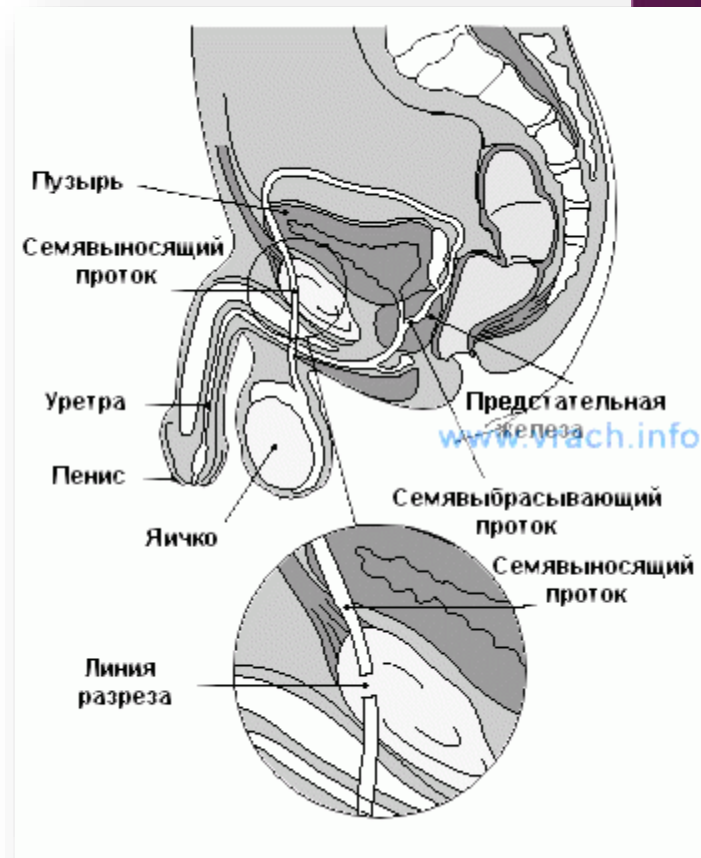
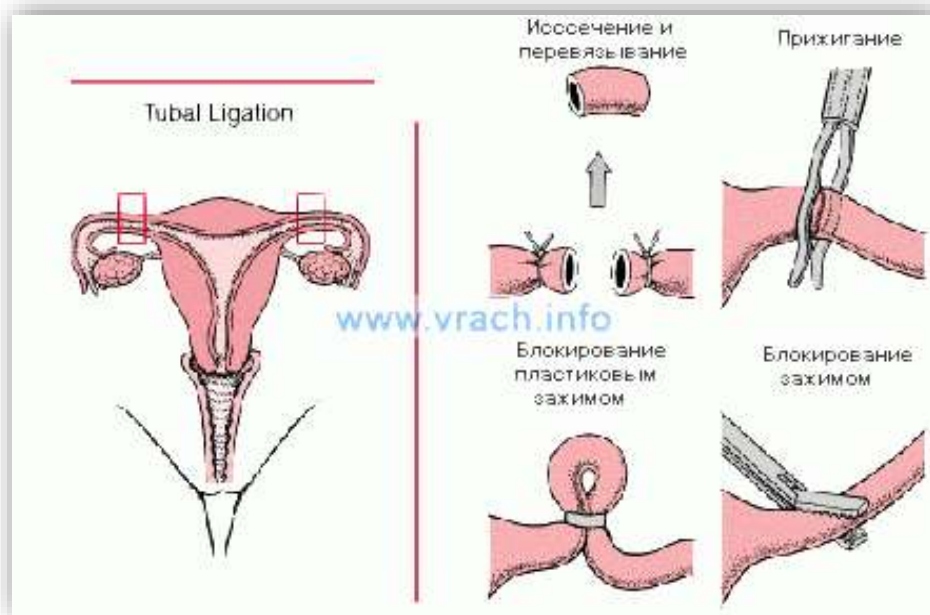
Бұл ана сүтімен емізуге негізделген. Бірақ уақытша контрацептивті әдіс деп есептелінеді. ЛА қолдану критерийлері:

1. Босанғаннан кейінгі алғашқы байға дейін
2. Әйелде аменорея болса
3. Әйел балаға тек емшек сүтін берсе
4. Ана сүтті баланың қажетінше емізіп, басқа тамақ бермеу керек. Күніне 6 реттен аз емес (түңгі емізуді қоспағанда)



ХИРУРГИЯЛЫҚ КОНТРАЦЕПЦИЯ

Бұл контрацепцияның екі түрі бар: әйелдердің және ерлердің. Тиімділігі 100% . Бұл әдіс **қайтымсыз әдіс** болып табылады. Көбінесе жүкті болуға мүлдем қарсы көрсеткіштері бар кезде немесе жатырдың асқынған патологиялық формаларында жүзеге асатын әдіс.



ТАБИҒИ КОНТРАЦЕПЦИЯ

Жыныстық қатынастың үзілуін қалай түсінуге болады, ол дегеніміз ер адам сперманы қынаптың сыртына және әйелдің сыртқы жыныс мүшелеріне шығаруды айтады. Жыныстық қатынастың толық үзілуі болу үшін, ер адам еркектік жыныс мүшесін қынаптан толық шығару керек. Бірақ бұл әдіс тиімділігі төмен көрсеткіш көрсетеді.

Ұтымдылығы:

- Қаражатпен байланысы жоқ
- Қосымша әсерлері жоқ



НАЗАРЛАРЫҢЫЗГА РАХМЕТ!!!