

Физиологические и барьерные методы контрацепции

23.11.2018г.

врач-акушер-гинеколог
Поборцева А.А.

Естественные методы контрацепции

Календарный метод (метод Огино-Кнауса) - заключается в высчитывании предположительной даты овуляции и воздержание от половых контактов в фертильные дни.

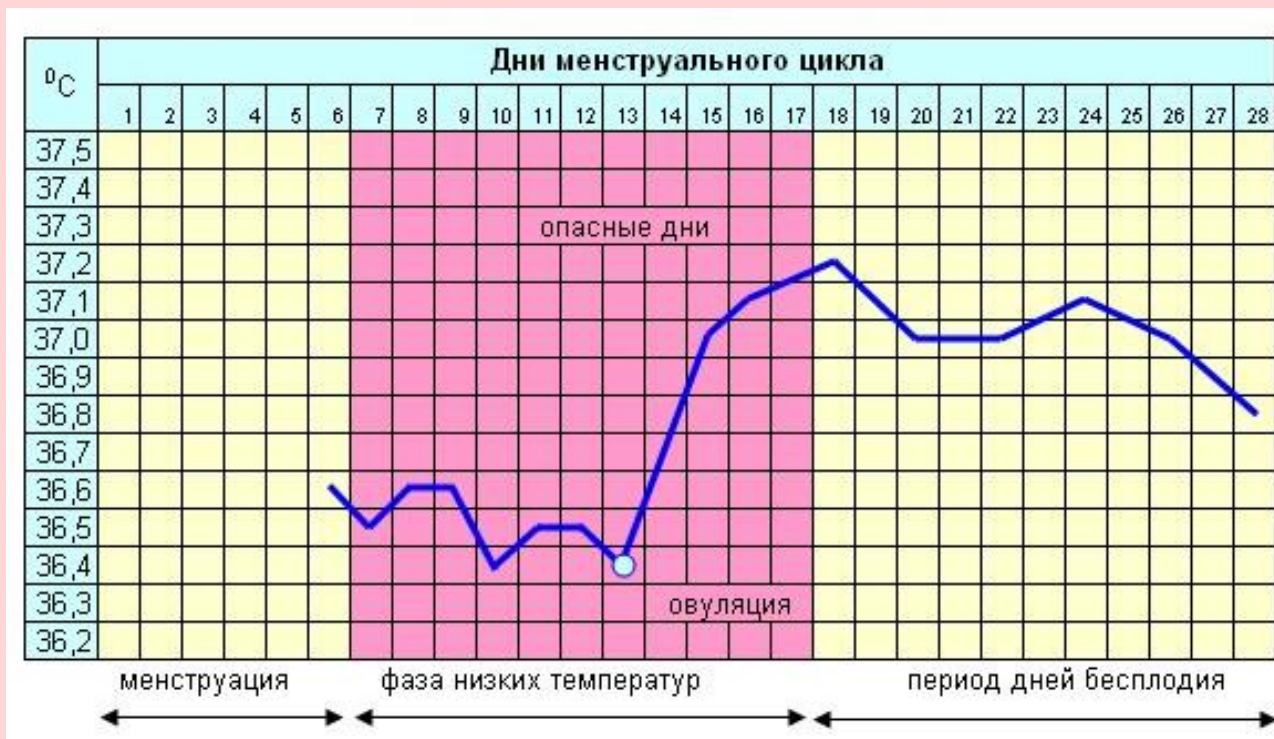
Можно рассчитать **по формуле:**

- начало фертильного периода = длительность самого короткого из циклов минус 18 дней,
- конец фертильного периода = длительность самого длинного из циклов минус 11 дней.

✓ *не подходит женщинам с нерегулярными менструальными циклами.*

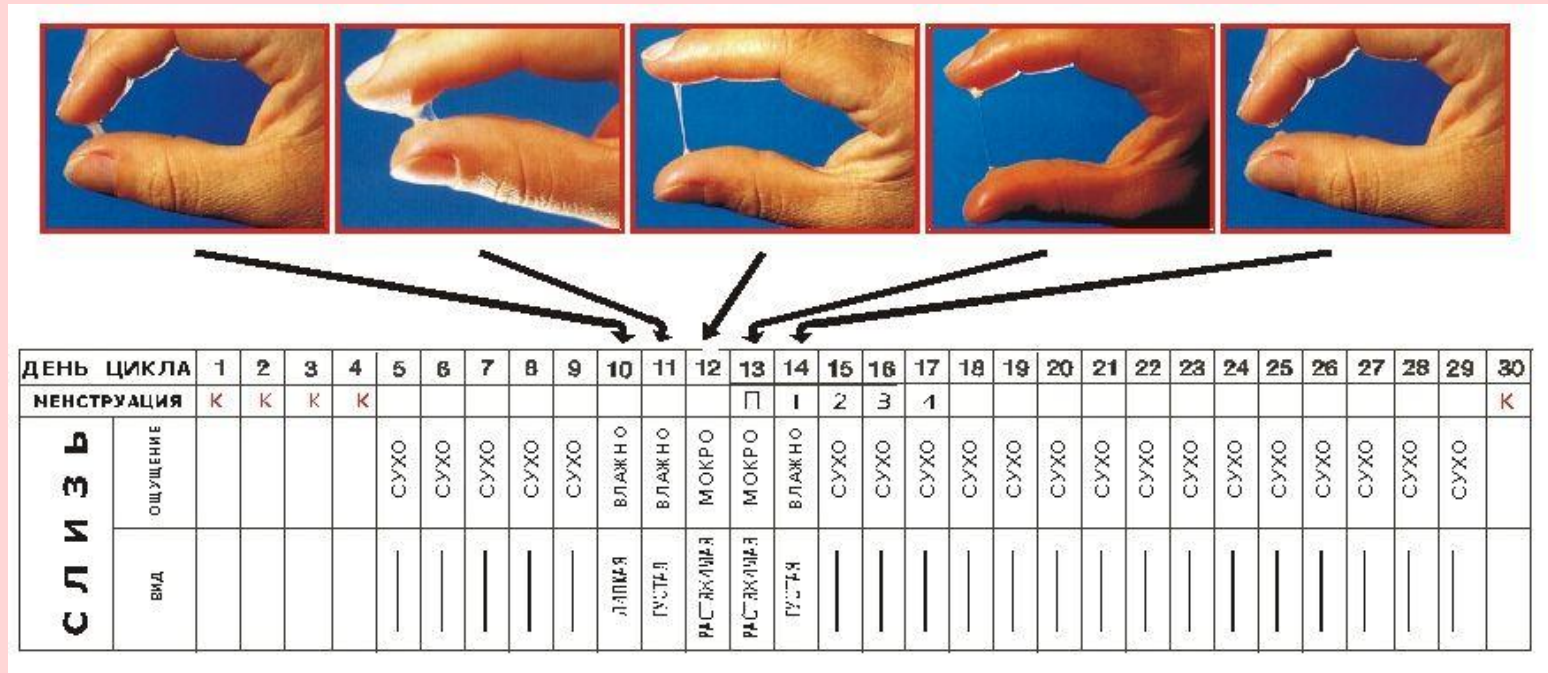


Температурный метод - это тест функциональной диагностики, позволяющий оценить состояние гормонального гомеостаза в организме и косвенно позволяет определить фертильную фазу менструального цикла женщины.



Предовуляторный день - максимальное падение температуры, фертильный период = ко дню овуляции отнимаем 6 - начало периода, прибавляем 3 - конец периода.

Цервикальный метод (метод Биллинга) - основан на изменении характера шейечной слизи в течение цикла под влиянием эстрогенов.



После менструации в период до наступления овуляции шейечная слизь отсутствует или наблюдается в незначительном количестве, по мере приближения овуляции слизь становится более светлой, обильной и эластичной, женщине необходимо научиться ощущать появление клейкости и влажности вульвы в этот период.

Прерванный половой акт — извлечение полового члена из влагалища до того, как происходит эякуляция.

Достоинство метода:

всеобщая доступность и легкость применения, бесплатность.

Недостатки:

ненадежный, требуют жесткого самоконтроля от мужчины, неполное удовлетворение во время полового сношения, может привести к сексуальным расстройствам у мужчин и женщин.



Метод лактационной аменореи — естественный способ контрацепции, основанный на использовании периода отсутствия овуляции в течение исключительно грудного вскармливания в течение первых 6 месяцев после рождения ребёнка.

- Женщина кормит малыша только грудью без докорма.
- Ребёнок берёт грудь каждые 3 часа днём и 1 раз ночью, причём промежуток между ночными кормлениями не должен превышать 6 часов.
- Чем чаще происходят кормления, тем более эффективен метод.
- Менструации ещё не появились.
- После родов прошло не более 6 месяцев.



Измерение уровня гормонов с помощью специального теста – тест на овуляцию.

Измерение концентрации лютеинизирующего гормона в утренней моче.

Недостатки:

- ✓ Дорогой;
- ✓ Требуется частое тестирование;
- ✓ Ненадежный.



Барьерные методы контрацепции

Презерватив или кондом - непроницаемый для спермы чехол, который надевается на эрегированный половой член. Предназначен для предотвращения зачатия и заболеваний, передающихся половым путём (ЗППП).

Недостатки - снижение сексуального ощущения у партнеров; необходимость применения презерватива в определенной стадии полового акта; частые разрывы презерватива.



Первый презерватив из кишечника овцы.



Женский презерватив или **фемидом** представляет собой вставляемую во влагалище трубку из полиуретана или подобного эластичного материала диаметром около 8 см и длиной около 18 см с более жёсткими кольцами на обоих концах презерватива. Защищает от ИППП.

Недостатки:

- ✓ Согласно проведённым в США исследованиям, у 48 % женщин использование женского презерватива вызывало неприятные ощущения и даже боль.
- ✓ У 30 % женщин - вызывает раздражение, зуд и жжение.
- ✓ Также может вносить в процесс психологический дискомфорт.
- ✓ В РФ не продается.



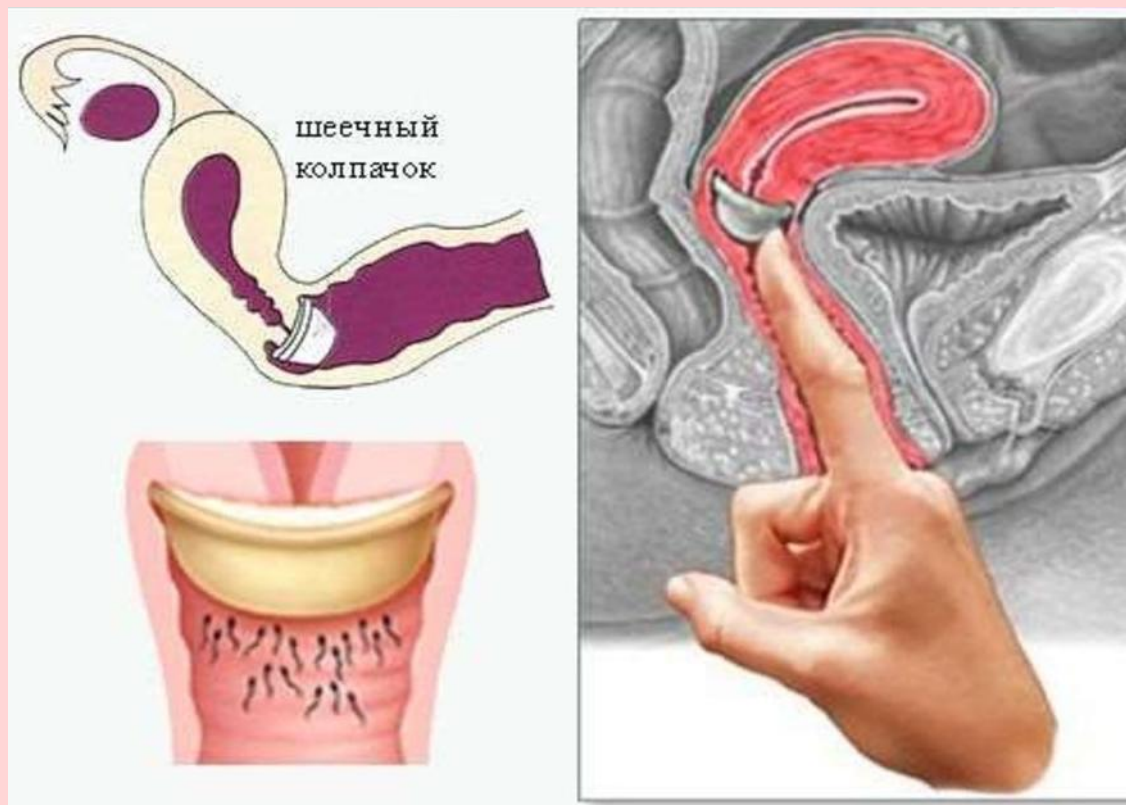
Влагалищная диафрагма - представляет собой резиновый или изготовленный из латекса куполообразный колпачок с гибким ободком. Купол диафрагмы прикрывает шейку матки.

- Возможно проявление аллергических реакций.
- Подбор размера диафрагмы осуществляется врачом-гинекологом.
- Возможно инфицирование мочевых путей вследствие давления диафрагмы на уретру.
- Извлекать диафрагму или колпачок следует не ранее, чем через 6 часов после полового акта и не позднее чем через 24 часа после введения, так как их более длительное нахождение во влагалище может привести к инфицированию влагалища.
- Не предотвращает заражение ИППП.
- **Противопоказана** нерожавшим женщинам, а также страдающим эрозией шейки матки, воспалительными заболеваниями органов малого таза, женщинам с загибом матки, опущением стенок влагалища.
- Необходимо заранее планировать половой акт.
- Нельзя использовать во время месячных.



В РФ не продаётся.

Шеечный колпачок - это латексное изделие в форме шапочки, вдвое меньше диафрагмы, устанавливаемое на шейку матки.



Устанавливаются врачом не ранее чем через 2-3 дня после менструации, колпачок можно носить, не снимая, 2-3 недели, после чего его удаляют за 2-3 дня до предполагаемой менструации. Противопоказания такие же, как и у диафрагмы. В РБ не продается.