

# КОНТРАЦЕПЦИЯ

Зав.кафедрой:Кахиани  
Е.И

Доцент:Мельникова С.Е  
К/О Галечян А.Э

# ПОНЯТИЕ КОНТРАЦЕПЦИИ

**Контрацепция** — широкое понятие, которое включает средства предохранения от нежелательной (незапланированной) беременности.



# МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

Естественные  
методы

Барьерные  
методы

Гормональная  
контрацепция

Химические  
методы

Внутриматочные  
устройства

Хирургические  
методы

Для оценки эффективности метода контрацепции служит **индекс Перля**, который показывает сколько женщин из ста забеременели, используя тот или иной метод контрацепции на протяжении одного года. Без контрацепции индекс Перля составляет 80-85.



# ЕСТЕСТВЕННЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

Женщина определяет наиболее благоприятный для зачатия период и воздерживается от полового акта в эти «опасные» дни.

Метод	Описание	Индекс Перля
Температурный метод	Измерение базальной температуры и ведение графика	0,8 – 3
Цервикальный метод (метод Биллинга)	Наблюдения за изменением влагалищных выделений	15
Симпто-термальный метод	Сочетает в себе температурный и цервикальный методы	0,3
Календарный метод	Определение фертильного периода женщины и воздержание от секса в этот период	25 – 40
Измерение уровня гормонов с помощью специального теста	Измерение концентрации ЛГ и ФСГ в утренней моче	5 – 6
Прерванный половой акт	Мужчина извлекает половой член из влагалища прежде, чем у него произойдёт эякуляция	18 – 27
Метод лактационной аменореи (МЛА)	Контрацептивный эффект грудного вскармливания в течение 6 месяцев после рождения ребёнка	2 – 3

# БАРЬЕРНЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

Целью барьерных (механических) методов контрацепции является предотвращение встречи яйцеклетки со сперматозоидом.

Метод	Описание	Индекс Перля
<u>Для мужчины:</u>		
Презерватив	Чехол из тонкой резины (чаще латекса), надеваемый на пенис, в котором остаётся сперма после эякуляции	2 – 4
<u>Для женщины:</u>		
Женский презерватив (фемидом)	Вставляемая во влагалище трубка из полиуретана или латекса; защищает от ВИЧ и ЗППП	5 – 25
Диафрагма	Препятствует проникновению сперматозоидов в матку	6 – 20
Маточный колпачок	Колпачок из латекса или силикона, прикрывающий шейку матки	9 – 20

В данный момент презерватив и фемидом (женский презерватив) — единственные средства контрацепции, которые предохраняют от заболеваний, передающихся половым путём, в том числе ВИЧ-инфекции.

# ГОРМОНАЛЬНАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ

Гормональные препараты действуют по-разному, в зависимости от их состава.

Комбинированные оральные контрацептивы (КОК) подавляют овуляцию, сгущают цервикальную слизь, делая тем самым шейку матки непроходимой для сперматозоидов, изменяют слизистую оболочку матки так, что оплодотворённая яйцеклетка не может к ней прикрепиться. Мини-пили не подавляют овуляцию, а лишь воздействуют на цервикальную слизь и препятствуют закреплению оплодотворённой яйцеклетки в матке.

Метод	Описание	Индекс Перля
Комбинированные оральные контрацептивы	Содержат эстроген и прогестин	0,1 – 0,9
Мини-пили	Содержат только прогестин, не имеют побочных эффектов эстрогенов	0,5 – 3
Гормональные инъекции	Внутримышечные инъекции каждые 3 месяца; содержат прогестин	0,3 – 1,4
Норплант	Вставляемые под кожу имплантаты; содержат левоноргестрел	0,5 – 1,5
Гормональное кольцо НоваРинг	Гибкое контрацептивное кольцо; содержит небольшие дозы эстрогена и прогестагена	0,4 – 0,65
Гормональный пластырь Евра	Тонкий пластырь; подаёт гормоны в организм через кровоток	0,4 – 0,9
Гормональная внутриматочная спираль Мирена	Содержит левоноргестрел	0,1 – 0,5
Посткоитальная контрацепция	Контрацептивные мероприятия проводятся после unprotected полового акта	1 – 5 (метод Юзпе) 2 (Постинор)

# ХИМИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

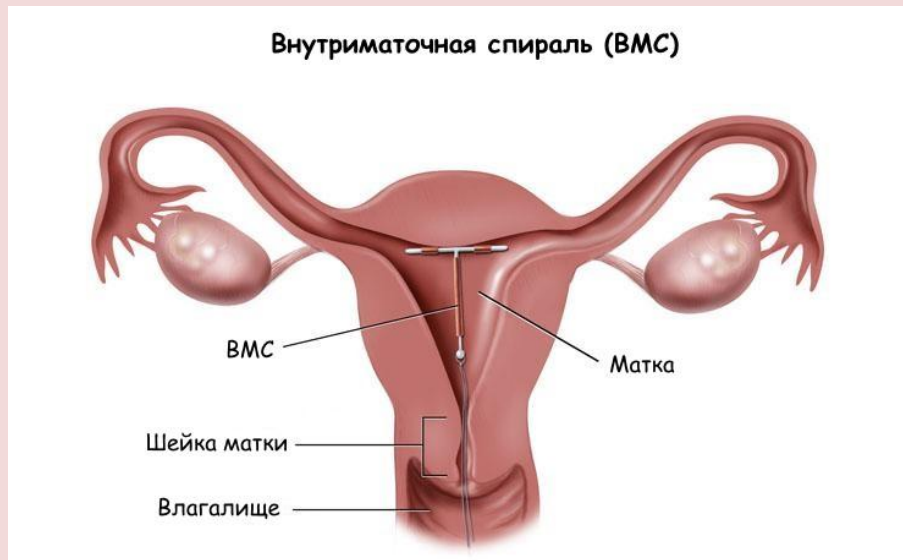
Действие химических препаратов заключается в создании барьера для сперматозоидов (изменение цервикальной слизи или создание пены во влагалище). Выпускаются в виде шариков, паст, мазей, таблеток, свечей, пены. Применяются местно непосредственно перед половым актом.

Метод	Описание	Индекс Перля
Аэрозоли, кремы, свечи и т.д.	Вводятся во влагалище непосредственно перед половым актом (таблетки и свечи — за 10-15 минут до него)	3 – 21
Медьсодержащая ВМС	Имплантат из меди; вставляется в матку	0,9 – 3



# ВНУТРИМАТОЧНЫЕ УСТРОЙСТВА

Внутриматочная спираль и другие устройства, размещаемые непосредственно в матке; в основном комбинируют механический эффект с длительным химическим действием. Замедляют сперматозоиды и уменьшают срок жизни яйцеклетки, в основном имеют abortивное действие, препятствуя зиготе закрепиться на стенке матки после зачатия.



## Механизм действия:

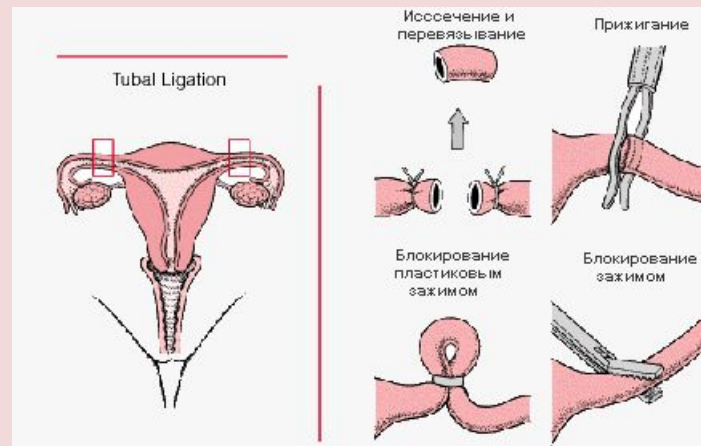
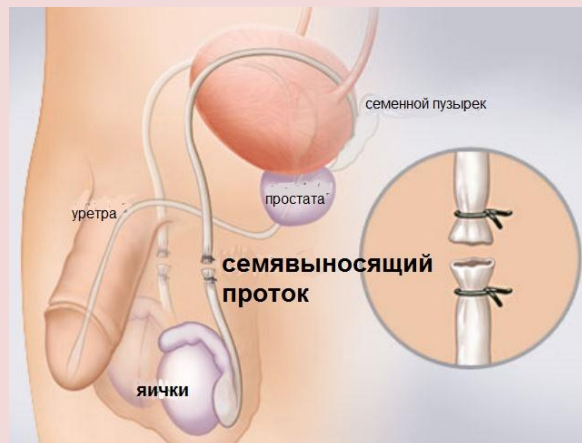
разрушение сперматозоидов и нарушение процесса прикрепления эмбриона в полости матки. Медь, входящая в состав многих ВМС, обладает сперматотоксическим действием, то есть убивает попавшие в матку сперматозоиды.



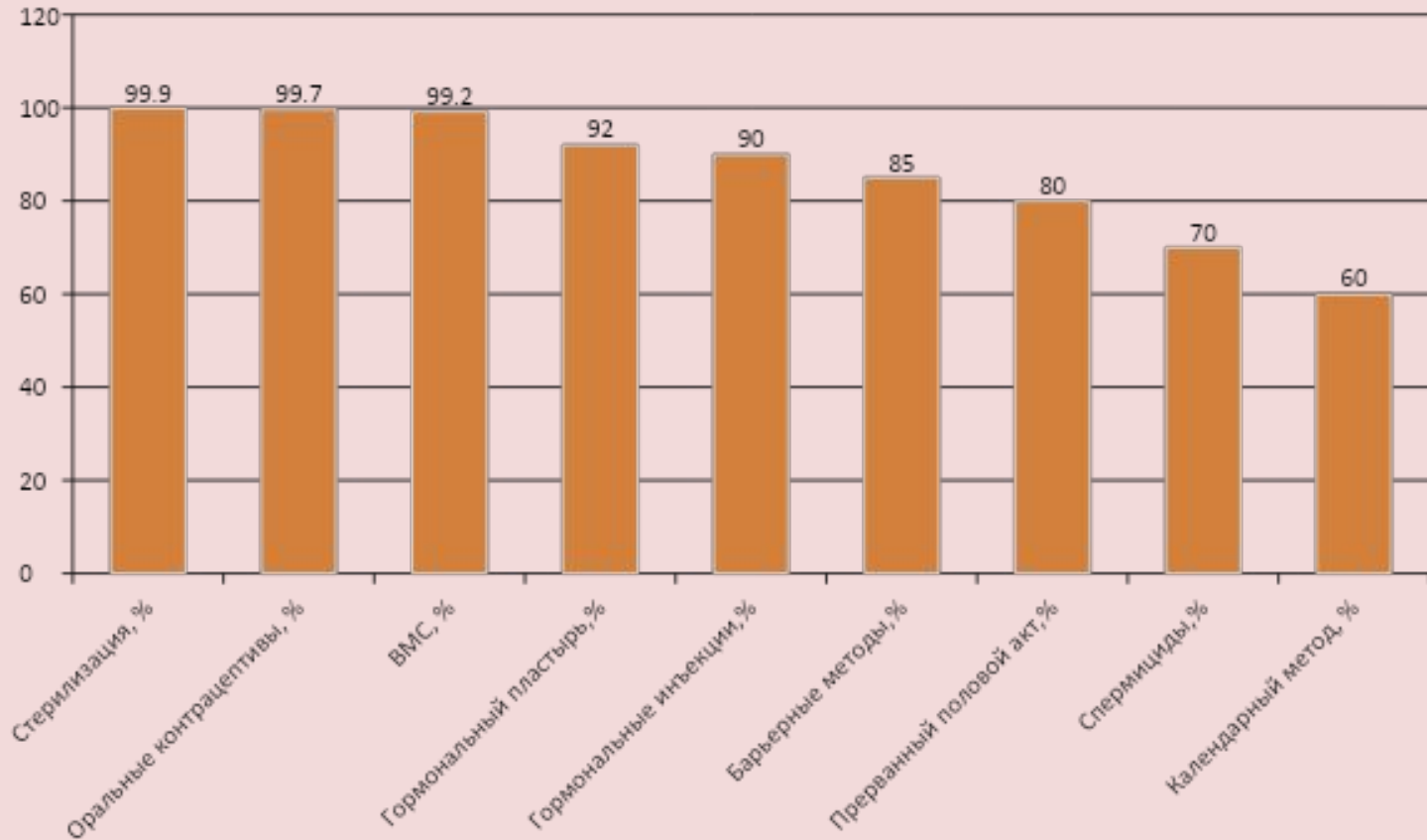
# ХИРУРГИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ

Стерилизация — лишение способности к деторождению путём хирургической операции.

Метод	Описание	Индекс Перля
Вазэктомия (стерилизация мужчины)	Несложная хирургическая процедура: 2 небольших разреза кожи и мышечного слоя мошонки, в итоге блокируется семявыносящий проток, что предотвращает попадание сперматозоидов в эякулят	0,4
Стерилизация женщины	Более сложная операция, «перевязывание труб»; блокируется проходимость фаллопиевых труб	0,01 – 0,1



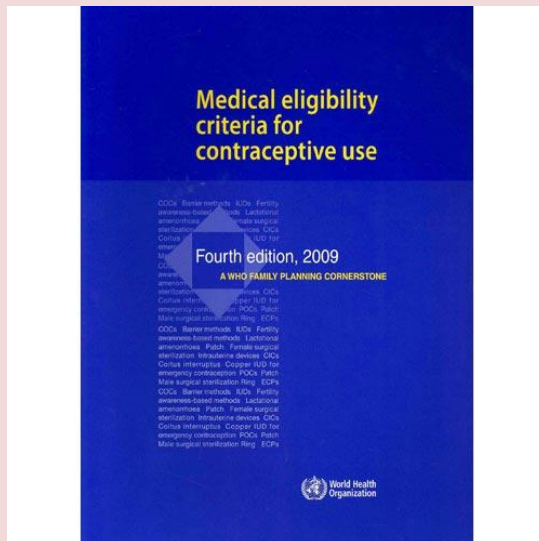
# УРОВЕНЬ НАДЕЖНОСТИ МЕТОДОВ КОНТРАЦЕПЦИИ



# МЕДИЦИНСКИЕ КРИТЕРИИ ПРИЕМЛЕМОСТИ МЕТОДОВ КОНТРАЦЕПЦИИ ВОЗ

С целью повышения качества медицинских услуг по репродуктивному выбору Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) был разработан комплекс критериев приемлемости методов контрацепции для мужчин и женщин с учетом медицинских противопоказаний, 4 издание, 2009 год. Россия стала третьей страной после США и Великобритании, которая адаптировала критерии ВОЗ для применения отечественными специалистами.

Медицинские эксперты ВОЗ разработали новый подход к классификации приемлемости использования различных методов контрацепции для женщин. Он заключается в том, что риски и преимущества метода оцениваются для каждого конкретного состояния или заболевания, и им присваивается категория приемлемости: от 1-й до 4-й.



# КРИТЕРИИ ПРИЕМЛЕМОСТИ

Категория	Соотношение преимущества и риска	Рекомендации для использования
1	Использование метода без ограничения	Да (можно использовать метод)
2	Возможно использование метода	
3	Использовать метод обычно не рекомендуется за исключением случаев, когда другие более подходящие методы не доступны и не приемлемы	Нет (не использовать метод)
4	Метод не может быть использован	

В документе перечислены все существующие методы современной контрацепции, и для каждого из методов рассматриваются все возможные категории состояний, которые могут ограничивать применение данного метода контрацепции, такие как: возраст, вес, риск ССЗ, риск онкологических заболеваний, риск метаболических нарушений, риск ИППП, признаки гиперандрогении, остеопороз, соблюдение режима питания, религиозные предпосылки, доступность, контрацептивный анамнез, история абортов.

# ТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

К традиционным методам контрацепции относятся естественные методы, барьерные методы, спермициды, внутриматочная контрацепция.

## Естественные методы контрацепции (методы фертильности)

Заключаются в воздержании от полового акта во время фертильной фазы менструального цикла (период, во время которого женщина может забеременеть). Такие методы используют пары, не желающие применять другие средства контрацепции, опасаящиеся побочных эффектов, а также по религиозным соображениям.

## Календарный метод

Календарный метод контрацепции. Вариант «опасного» периода при постоянном менструальном цикле, равном 28 дням

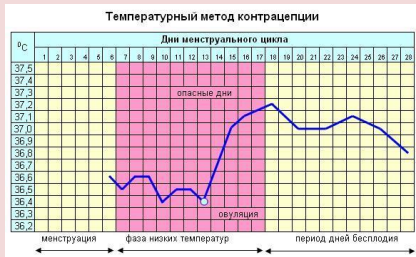
	Дни менструального цикла																											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
менструация	■	■	■	■																								
овуляция														●														
дни возможного оплодотворения																												
дни бесплодия																												

Внимание! «Опасный» период имеет продолжительность 10 дней. Ритмический метод не рекомендуется женщинам сразу после абортов и родов.

Применение календарного метода основано на определении средних сроков овуляции (в среднем на 14-й день  $\pm 2$  дня при 28-дневном цикле), продолжительности жизни сперматозоидов (в среднем 4 дня) и яйцеклетки (в среднем 24 часа). При 28-дневном цикле фертильный период продолжается с 8-го по 17-й день. Если продолжительность менструального цикла непостоянна (определяется продолжительность как минимум 6 последних циклов), то фертильный период определяют, вычитая из самого короткого 18 дней, из самого длинного — 11. При колебаниях длительности менструального цикла от 26 до 30 дней фертильным будет период с 8-го ( $26 - 18 = 8$ ) по 19-й ( $30 - 11 = 19$ ) день. Метод приемлем только у женщин с регулярным менструальным циклом.

# ЕСТЕСТВЕННЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

## Температурный метод



Основан на определении овуляции по ректальной температуре. Яйцеклетка выживает максимум в течение 3 дней после овуляции. Фертильным считается период от начала менструального цикла до истечения 3 дней с момента повышения ректальной температуры. Большая продолжительность фертильного периода делает метод неприемлемым для пар, ведущих активную половую жизнь.

## Исследование цервикальной слизи



В течение менструального цикла цервикальная слизь меняет свои свойства: в преовуляторной фазе ее количество увеличивается, она становится более растяжимой. Женщину обучают оценивать шейную слизь в течение нескольких циклов для определения времени овуляции. Зачатие вероятно в течение 2 дней до отхождения слизи и 4 дней после. Использовать этот метод нельзя при воспалительных процессах во влагалище.

## Симптоматермальный метод

Основан на контроле за изменением ректальной температуры и овуляторными болями. Сочетание всех способов позволяет более точно вычислить фертильный период. Симптоматермальный метод требует от пациентки скрупулезности и настойчивости.

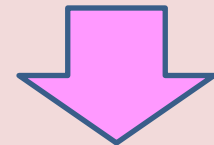
## Прерванный половой акт

Его достоинствами можно считать простоту и отсутствие материальных затрат. Однако контрацептивная эффективность метода низка. Это объясняется возможностью попадания предэякуляционной жидкости, содержащей сперматозоиды, во влагалище.

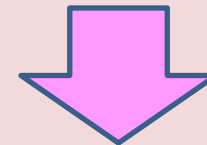
# БАРЬЕРНЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

К преимуществам барьерных средств контрацепции относятся: отсутствие системного влияния на организм, защита от инфекций, передающихся половым путем (для презервативов), к недостаткам — связь использования с половым актом, недостаточная контрацептивная эффективность.

Презерватив



Мужской



Женский



Получил наибольшее распространение

Презервативы являются хорошей защитой от инфекций, передающихся половым путем. Достоинством презервативов является высокая эффективность при правильном применении (в противном случае они могут порваться).

К побочным эффектам относится аллергия на латекс.

# БАРЬЕРНЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

## Влагалищная диафрагма



Куполообразное приспособление из латекса с упругим ободком по краю. Диафрагму вводят во влагалище до полового акта так, чтобы купол прикрывал шейку матки, а ободок тесно прилегал к стенкам влагалища. Диафрагму обычно используют в сочетании со спермицидами. После полового акта нужно оставить диафрагму во влагалище в течение не менее 6 ч, но не более 24 ч. Не рекомендуется применять диафрагму при опущениях стенок влагалища, старых разрывах промежности, больших размерах влагалища, заболеваниях шейки матки, воспалительных процессах гениталий.

## Шеечные колпачки



Металлические или латексные чашечки для надевания на шейку матки. Колпачки используют также вместе со спермицидами, вводят до полового акта, удаляют через 6—8 ч, максимально через 24 ч. Противопоказаниями к предохранению от беременности этим способом служат заболевания и деформация шейки матки, воспалительные заболевания половых органов, опущение стенок влагалища, послеродовый период.



# СПЕРМИЦИДЫ

Спермициды выпускаются в следующих формах:



Вагинальные  
суппозитории  
(Эротекс,  
Фарматекс)

Пены, желе,  
кремы (Орто,  
Делфин)

Пенящиеся свечи  
(Контрацептин-  
Т, Патентекс Овал)

Пенящиеся  
таблетки  
(Фарматекс)

Растворимые  
пленки  
(Фарматекс)

Губки  
(Фарматекс)

В качестве активного ингредиента современных спермицидов применяют:  
ноноксинол-9, октоксинол, менфегол, хлорид бензалкония, ингибиторы активных ферментов.

## Преимущества спермицидов

- Простота и доступность метода.
- Не содержат гормонов и не нарушают гормональный фон женщины.
- Некоторый защитный эффект от заболеваний, передаваемых половым путём.

## Недостатки спермицидов

- Невысокая эффективность.
- Связь применения спермицидов с половым актом: при использовании свечей, таблеток и плёнок необходимо соблюдать 10-15 минутный интервал перед половым актом.
- Побочные эффекты: раздражение кожи, аллергия на спермицид.



# ВНУТРИМАТОЧНАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ

Внутриматочная спираль (ВМС) вводится в полость матки и препятствует прикреплению на слизистую матки оплодотворённой яйцеклетки. Её вводит врач на 3 – 4 день от начала менструации. В это время шейка матки слегка приоткрыта, что облегчает установку спирали.

После установки спирали половую жизнь можно возобновлять на 8 – 10 день. По истечении срока годности или в случае осложнений спираль легко удаляется врачом.

Преимущества ВМС	Недостатки ВМС
Высокая эффективность	Усиление менструальных болей и выделений в первые месяцы использования ВМС
Не требует ежедневного контроля	Увеличивается риск развития воспалительных заболеваний области малого таза у женщин
Длительность действия	Истощает эндометрий в матке, что может негативно повлиять на последующую беременность



## Индекс Перля без контрацептива:

- 1)70-75
- 2)80-85
- 3)90-95
- 4)50-55

# Наименьший уровень надежности контрацептива:

- 1)Стерилизация
- 2)ВМС
- 3)Барьерный метод
- 4)Календарный метод

# Сочетает в себе температурный и цервикальный метод:

- 1) Температурный
- 2) Симптоматермальный
- 3) Календарный
- 4) Цервикальный

# Установка ВМС:

- 1)3-4 день цикла
- 2)2-3 день цикла
- 3)1-2 день цикла
- 4)не имеет значения