

Методы контрацепции

Эффективные для молодёжи

- **Воздержание (временное или длительное)-100% эффективности:**

Плюсы:

- ✓ Не требует затрат
- ✓ Не требует помощи врача
- ✓ Поддерживается всеми вероисповеданиями

Минусы:

- Необходимость ограничивать себя

• Презерватив- 85-99% эффективности:

Плюсы:

- ✓ Защита от инфекций, передаваемых половым путем и ВИЧ
- ✓ Простота применения
- ✓ Продается без рецепта
- ✓ Относительно низкая стоимость

Минусы:

- Вероятность разрыва и сползания презерватива
- Возможность появления местной аллергической реакции
- Важно правильно хранить и использовать презервативы
- Нужно использовать при каждом половом акте

• **Гормональная контрацепция- 99,9 % эффективности:**

Плюсы:

- ✓ Хорошая переносимость
- ✓ Простота применения
- ✓ Регуляция менструального цикла
- ✓ Быстрое восстановление способности к зачатию после прекращения приема
- ✓ Безопасность для большинства здоровых женщин
- ✓ Уменьшение боли при менструации
- ✓ Улучшение состояния кожи

Минусы:

- Ежедневный прием препарата
- Индивидуальная непереносимость
- Головная боль, тошнота, увеличение массы тела
- Не защищает от ВИЧ и ИППП

• Спермициды- 85% эффективности:

Плюсы:

- ✓ Можно использовать в любой период жизни женщины
- ✓ Можно применять в течение длительного времени и сочетать с другими видами контрацепции

Минусы:

- Необходимость соблюдения 10-15 минутного интервала перед каждым половым актом

Не подходят молодежи

• **Спираль- 99,2 % эффективности:**

Плюсы:

- ✓ Вводится однократно на длительный срок
- ✓ Не влияет на грудное вскармливание

Минусы:

- Должна устанавливаться врачом после определенного обследования
- Повышает опасность занесения инфекции, наступления внематочной беременности
- Возможны боли внизу живота, особенно в течение первого года
- Ограниченная возможность применения у молодых нерожавших женщин
- Не защищает от ВИЧ и ИППП

• **Стерилизация- 99,5% эффективности**

Плюсы:

✓ Долгосрочность

Минусы:

- Необратимость процесса
- Осложнения, связанные с самой операцией
- Не защищает от ВИЧ и ИППП

Неэффективные методы

- Прерванный половой акт – крайне низкая эффективность, т. к. сперматозоиды содержатся в смазке
- Календарный метод – неэффективен, т.к. у молодых девушек месячный цикл, как правило, нестабилен и легко нарушается

Опасный метод

□ Срочная контрацепция:

Плюсы:

- ✓ Предотвращение медицинского аборта

Минусы:

- Возможность маточного кровотечения
- Возможность возникновения бесплодия
- Нельзя использовать регулярно
- Не защищает от ВИЧ и ИППП