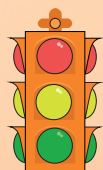


Если у женщины сахарный диабет, случайная беременность может закончиться внутриутробной гибелью плода или появлением у малыша дефектов развития – диабетической фетопатии. Самое большое влияние оказывает повышение сахара (глюкозы) в крови будущей матери в первые 6–8 недель беременности, когда идет формирование органов плода. Но, как правило, о беременности женщина узнает только через полтора-два месяца после незапланированного зачатия.

Опасна случайная беременность при болезнях почек, сердечно-сосудистой, нервной и других систем. Применение контрацепции позволяет отложить зачатие на период, когда заболевания будут находиться в состоянии стабильной ремиссии и врачи с большей вероятностью смогут спрогнозировать, как поведет себя организм женщины при вынашивании плода.

Использование противозачаточных средств позволяет контролировать жизнь и здоровье обоих партнеров: уберечься от инфекций, передающихся половым путем, и запланировать желанную беременность. Особенно важна контрацепция тем, кто имеет высокий риск медицинских и социальных проблем, связанных с беременностью: подросткам, женщинам, имеющим серьезные хронические заболевания или возраст старше 40 лет.



Помните! Прерывая беременность, особенно первую, вы рискуете своим здоровьем и женским счастьем!

Эффективность контрацепции

Определяется индексом Перля (коэффициент неудач) — это индекс, показывающий эффективность выбранного метода контрацепции. Чем ниже этот показатель, тем надежнее метод.

Метод контрацепции	Индекс Перля
Календарный	14,0–50,0
Температурный	0,3–6,6
Цервикальный	6,0–39,7
Симптоотермальный (сочетает в себе элементы календарного, цервикального и температурного, с учетом появления болей внизу живота и скудных кровянистых выделений во время овуляции)	15,0–30,0
Спермициды	20,0–25,0
Диафрагма	4,0–19,0
Шеечный колпачок	17,4–19,7
Контрацептивная губка	18,9–24,5
Прерванный половой акт	5,0–20,0
Презервативы	12,5–20,0
Внутриматочная контрацепция	1,0–3,0
Гормональные контрацептивы	
Мини-пили	0,3–9,6
Инъекционные	0,5–1,5
КОК (комбинированные оральные контрацептивы)	0–0,9
Подкожные имплантаты	0,5–1,5

НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА-СПЕЦИАЛИСТА!

ЧТО ТАКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ

- это планирование и рождение здоровых и желанных детей!
- соблюдение интервала между родами в 2-3 года.

ГОТОВЬТЕСЬ К БЕРЕМЕННОСТИ ЗАРАНЕЕ!

ПУСТЬ ВАШИ ДЕТИ БУДУТ ЖЕЛАННЫ И ЗДОРОВЫ!



Тиражировано в рамках государственной программы «Развитие здравоохранения Амурской области на 2014-2020 годы», подпрограммы «Профилактика заболеваний и формирование здорового образа жизни. Развитие первичной медико-санитарной помощи». Министерство здравоохранения Амурской области. ГБУЗ АО «Амурский областной центр медицинской профилактики». г. Благовещенск, ул. Шимановского, 45, тел. 33-33-53.

www.aocmp.ru [aocmp_blg](https://www.instagram.com/aocmp_blg)

Отпечатано ООО «Принт». Заказ № 14078. Тираж 500. 2019 год.

Министерство здравоохранения Амурской области
ГБУЗ АО «Амурский областной центр медицинской профилактики»

ПУСТЬ ВАШИ ДЕТИ БУДУТ ЗДОРОВЫ И ЖЕЛАННЫ!



ПЛАНИРОВАНИЕ СЕМЬИ

(почему нужна контрацепция)

Благовещенск, 2019

Беременность – прекрасное время в жизни женщины. Особенно в случае, если эта беременность действительно желанна и супружеская пара к ней подготовилась.



Для профилактики аборта и планирования беременности применяются различные противозачаточные средства, среди которых подбирается подходящее конкретной паре.

Выбор средств контрацепции обычно осуществляется врачом. Контрацепция – это методы и средства предупреждения нежелательной беременности. У каждого метода и средства предохранения есть свои преимущества и недостатки, индивидуальные показания и противопоказания, предусмотреть которые может только врач-специалист. От этого зависит здоровье обоих партнеров.

СУЩЕСТВУЕТ НЕСКОЛЬКО ВЕСКИХ ПРИЧИН ДЛЯ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОНТРАЦЕПЦИИ:

1. Избежать аборта и его осложнений

К сожалению, самым распространенным «методом контрацепции» в России до сих пор остается искусственное прерывание уже наступившей беременности – аборт. По статистике, ежегодно в нашей стране более миллиона женщин прерывают беременность путем аборта. Россия на протяжении многих лет занимает одно из ведущих мест в мире по числу аборт. Их последствия приводят не только к гинекологическим заболеваниям, но и

к материнской смертности, нарушению репродуктивного здоровья (осложнениям последующих беременностей и родов, а также к бесплодию). В первые месяцы после аборта часто развиваются осложнения: воспаления половых органов, заболевания шейки матки и другие. Они способны переходить в хроническую форму и становятся причиной **бесплодия**. По разным данным, после первого аборта бесплодие наступает у 20 % женщин. А осложнения после аборта могут привести и к смерти женщины.

Поэтому предотвращение аборт и их осложнений – одна из главных задач в сохранении репродуктивного здоровья женщины и залог рождения здоровых детей.

2. Избежать слишком ранней беременности

По некоторым данным, ежегодно матерями становятся более 50 тысяч несовершеннолетних девушек в возрасте от 13 до 17 лет. Более двух третей беременностей в этом возрасте заканчиваются **абортом** или **выкидышем**, негативно влияя на здоровье. Кроме того, слишком раннее появление ребенка отнимает время и силы, которые девушка могла бы использовать для получения образования, чтобы обрести самостоятельность. Поэтому подростковая беремен-



ность существенно сказывается на будущем благополучии молодой матери и ее семьи. При этом близкие люди не всегда оказывают девушке поддержку – как моральную, так и материальную. А груз неожиданных трудностей способен спровоцировать употребление алкоголя и наркотиков.

3. Избежать слишком поздней беременности

Распространенная проблема незапланированной беременности у женщины старше 40 лет – рождение ребенка с хромосомными отклонениями. В частности, с возрастом у женщины увеличивается риск появления на свет ребенка с синдромом Дауна. Генетическая патология приводит к умственной отсталости ребенка и нарушениям его физического развития. Если в 25 лет такая вероятность составляет 1 из 1250 беременностей, то в 45 лет она возрастает до 41 на такое же количество беременностей. Достижения современной медицины позволяют женщине родить ребенка после 40 и даже после 50 лет. Но все пройдет благополучно только при условии, если организм будущей мамы будет готов к беременности, и она с первых дней после зачатия находится под наблюдением врачей.



4. Не усугубить проблемы со здоровьем

Беременность может вызвать обострение хронических заболеваний. Если она не запланирована, то будущая мама и малыш оказываются в серьезной опасности.

Например, если женщина страдала гипертонией, беременность усугубляет проблемы с давлением и значительно повышает риск развития преэклампсии (характеризующейся повышением давления на фоне наличия белка в моче и отеков).