

FOGAMZÁSGÁTLÁS

A fogamzásgátlás a gyermekáldás tervezésének szükséges kelléke; a nem kívánt terhesség megelőzése mind a férfi, mind a nő érdeke.

A fogamzásgátlási módszerek hatékonysága

Melyik a legjobb védekezési módszer?

Egyetlen fogamzásgátlási módszer sem jelent 100%-os védelmet. Éppen ezért ha biztosra akarunk menni, akkor érdemes kombinálni a lehetőségeket.

A fogamzásgátló eszközök közül az óvszer nem csak a nem kívánt terhességtől véd, de a nemi betegségek terjedésével szemben is védelmet nyújt. Megakadályozza, hogy a kórokozók átjussanak a partnerre.

Fontos tudni, hogy a nemi betegségekkel szemben csak az óvszer jelent védelmet, a hormonális és egyéb fogamzásgátló eszközöktől és módszerektől ne várjunk hasonló hatást! Az orális és anális közösüléssel ugyan elkerülhető a teherbeesés, de a nemi betegséget okozó mikroorganizmusok a szájon át és és végbélen keresztül is bejuthatnak a szervezetbe!

A Pearl-index

Az egyes fogamzásgátló eszközök hatékonyságát a Pearl-index segítségével hasonlíthatjuk össze, mely azt mutatja meg, hogy hány terhesség fogan meg, ha az adott módszert 100 nő egy éven keresztül alkalmazza.

Az index alapján a legmegbízhatóbb védekezési módszerek

- Fogamzásgátló tabletta
- Hormon tartalmú méhen belüli eszköz
- Pesszárrium spermiciddel bevonva
- Óvszer

Nem hormonális módszerek

Óvszer

Gumiból készült, megakadályozza, hogy az ondó a hüvelybe jusson. Előnye, hogy bármikor használható, olcsó és véd a nemi betegségek jelentős részétől is.

Merev állapotban kell a péniszre húzni, és merev állapotban is kell levenni, nehogy az ondó kifolyjon. Előfordulhat allergiás reakció és az óvszer szakadása. Az óvszer szakadása esetén sürgősségi fogamzásgátlót kell alkalmazni.

Méhszájsapka, pesszárrium

Nagy gyakorlatot igényel a helyes felhelyezés! Spermicid (spermaölő) anyaggal együtt célszerű alkalmazni, 20 perccel a nemi aktus előtt kell felhelyezni. Mindig ellenőrizni kell, hogy jól illeszkedik-e. A felhelyezés és a nemi aktus között maximum 2 óra telhet el, utána a spermicid anyagot pótolni kell.

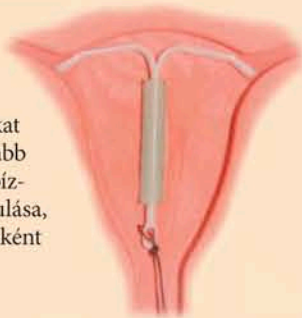
Spermicidek

A spermiumokat elpusztító hatóanyagokat tartalmazó krémek, zselék, habok, stb. Használatuk önmagukban nem javasolható, mert nem biztonságosak. Gyógyszertárban recept nélkül megvásárolhatóak.



Méhen belüli eszközök

A megtermékenyített petesejt beágyazódását akadályozzák meg. Fémről készültek, esetleg hormonokat is tartalmazhatnak. Leginkább szülés után javasolják. Megbízható, de gyulladások kialakulása, méhen kívüli terhesség időnként előfordulhat. Nőgyógyász helyezi fel.



Természetes módszerek

A lenti „házi módszerek” egyike sem megbízható, az esetek nagy részében nem nyújtanak védelmet a nem kívánt terhesség ellen.

Ide tartozik a **naptármódszer**, az ébredési **testhőmérséklet mérése** a hüvelyben, illetve a **hüvelyi nyálka vizsgálata**, vagy ezek kombinálása egymással.

Cél: a peteérés idejének, így a termékeny napoknak a kiszámítása.

Nem megbízható! Számos tényező befolyásolja az értékeket, ráadásul egy-egy korábbi vagy későbbi peteérés is lehetséges. Ritkán még a menstruáció alatt is előfordulhat peteérés!

Megszakításos közösülés

Cél: magömlés előtt a pénisz kihúzása a hüvelyből.

Nem megbízható! A magömlés előtt is kerülhet hímivarsejt a hüvelybe.

Hüvelyöblítés

Egyáltalán nem ajánlott, egyrészt segíthet az ondó magasabbra jutásában, másrészt sokszor a hímivarsejtek pár másodperc után a méhbe jutnak, és ilyenkor késő az aktus utáni öblítés.

Hormonális fogamzásgátló módszerek

A peteérést akadályozzák meg, így fejtik ki fogamzásgátló hatásukat.

Fogamzásgátló tabletták

Lehetnek csak progeszteront vagy progeszteront és ösztrogént tartalmazó kombinált tabletták is. Szedésük odafigyelést igényel, mindennap azonos időpontban kell őket beszédni. De ha valaki előírás szerint szedi, megbízhatóan véd a nem kívánt terhesség kialakulásával szemben. Orvosi vényre kapható. Amennyiben más gyógyszert szedsz, mindenképp jelezd nőgyógyásznak! A modern fogamzásgátló tabletták minimális mellékhatással járnak.

Sürgősségi fogamzásgátló tabletta

Amennyiben az aktus során nem alkalmaztak védekezést, vagy a védekezés során probléma lépett fel, például az óvszer elszakadt, sürgősségi fogamzásgátlást javasolt alkalmazni. Nagy mennyiségű hormont tartalmaz, tartósan védekezésre nem használható. Megbízhatósága kisebb, mint a hagyományos fogamzásgátló tablettáknak. Vényköteles!

Egyéb hormontartalmú eszközök

- Hormontartalmú, hüvelybe helyezhető gyűrű (hüvelygyűrű): Kombináltan tartalmazza a hormonokat, helyileg fejt ki a hatását a belső nemi szervekre. Orvosi vényre kapható.
- Hormontartalmú injekció: 3 havonta kell adni, sok a mellékhatása, többek között hízást okozhat. Orvosi vényre kapható.
- Hormontartalmú méhen belüli eszközök: Leírásukat lásd a méhen belüli eszközöknél.
- Hormontartalmú tapasz: Magyarországon nincs forgalomban.

