

## Прерванный половой акт (эффективность 73 %)

+ Принцип действия данного метода заключается в извлечении пениса из влагалища до начала семяизвержения. Метод относится к низкоэффективным средствам контрацепции.

Не требует финансовых затрат.

- Не каждый мужчина способен контролировать себя в момент оргазма (особенно молодые мужчины). Некоторое количество сперматозоидов выделяется в самом начале полового акта вместе с естественной смазкой. При повторных половых актах во влагалище может попадать сперма, которая осталась после первого семяизвержения.

## Стерилизация (эффективность 99,5%)

+ Пожизненный эффект.

- Осложнения, связанные с операцией. Метод необратим, ведет к полному бесплодию.

## Экстренная контрацепция

В жизни каждого может возникнуть момент, вынуждающий задуматься об экстренной контрацепции. К примеру, во время секса порвался презерватив, или в нужный момент под рукой не оказалось никаких средств защиты.

Как быть в этой ситуации? Для решения подобных проблем существует препараты экстренной контрацепции, которые необходимо принять как можно скорее и не позднее 72 ч после незащищенного полового акта. Их можно приобрести в аптеке без рецепта. Частое применение подобных препаратов



#ТЫ СИЛЬНЕЕ  
МИНЗДРАВ  
УТВЕРЖДАЕТ.

! Создание приятных и гармоничных отношений в ваших руках, и выбор правильного метода контрацепции – один из важных шагов на пути к счастью.

Подобрать способ контрацепции вам помогут опытные специалисты женской консультации.

## Куда обратиться?

### Женские консультации г. Томска:

Женская консультация родильного дома №1  
г. Томск, ул. Советская, 105, т.: 46-70-20

Женские консультации родильного дома  
имени Н.А. Семашко

ЖК №1: г. Томск, ул. Тверская, 68/2, т.: 43-22-03

ЖК №2: г. Томск, пр. Ленина, 177а, т.: 40-03-01

Женская консультация родильного дома №4  
г. Томск, ул. Сергея Лазо, 5, т.: 99-40-90

ОГБУЗ «Поликлиника ТНЦ СО РАН»  
г. Томск, Академический проспект, 7, т.: 49-27-61

Если ты хочешь знать,  
как сохранить свое здоровье...

ОГБУЗ «Центр медицинской профилактики»  
г. Томск, ул. Красноармейская, 68, т.: 46-85-00  
profilaktika.tomsk.ru

- Циклы занятий по репродуктивному здоровью (старше 15 лет)
- Психологическое консультирование
- Интересные статьи и информационные материалы на сайте Центра

Присоединяйтесь к нашим группам  
«Будь здоров, Томск!»



# Поговорим о контрацепции...



Информация  
важная для двоих





Не секрет, что мужчины и женщины мыслят по-разному. Этот факт неизбежно ведет и к различному отношению к сексу. Для большинства мужчин секс и беременность – понятия, которые ассоциативно не связаны друг с другом. Однако женщина, если она пока не планирует стать матерью, боится нежелательной беременности. Во время секса без предохранения женщина будет думать не только о партнере, но и о том, как бы не забеременеть.

Современная медицина предлагает широкий спектр средств контрацепции. Ниже перечислены достоинства и недостатки разных методов. Вы можете сравнить их эффективность и выбрать подходящий для вашей пары.

Женщины смогут расслабиться и раскрепоститься, избавившись от страха нежелательной беременности. Мужчины могут продемонстрировать заботу о здоровье партнерши и защитить обоих от серьезных последствий нежелательной беременности.

### **Противозачаточные таблетки** (эффективность 99,7%)

**+** Высокая контрацептивная эффективность. Хорошая переносимость. Доступность и простота применения. Хороший контроль и регуляция менструального цикла. Быстрое восстановление способности к зачатию после прекращения

приема. Безопасность для большинства здоровых женщин. Уменьшение боли при менструациях. Снижение менструальной кровопотери. Улучшение состояния кожи.

**-** Необходимость ежедневного приема. Индивидуальная непереносимость. Могут возникать головные боли, тошнота, межменструальные кровянистые выделения. Нельзя принимать при кормлении ребенка грудью.

### **Спираль** (эффективность 99,8%)

**+** Высокая контрацептивная эффективность. Вводится однократно врачом гинекологом в женской консультации на длительный срок.

**-** Перед введением необходимо пройти обследование. Немного повышает опасность занесения инфекции и наступления внематочной беременности. Могут возникать боли внизу живота, межменструальные кровянистые выделения. Ограниченная возможность применения у молодых нерожавших женщин.

### **Влагалищное кольцо** (эффективность 99,7%)

**+** Высокая контрацептивная эффективность. Стабильное выделение малых доз гормонов и отсутствие эффекта первичного прохождения через желудочно-кишечный тракт – минимальный риск побочных эффектов. Смена контрацептива один раз в месяц. Возможность самостоятельного использования.

**-** Выпадения кольца. Дискомфорт. В некоторых случаях - ощущение партнером «инородного тела» при половом контакте.

### **Имплант, содержащий прогестаген** (эффективность 99,9%)

Высокая контрацептивная эффективность. Вводится подкожно, обеспечивает контрацептив-

ный эффект на длительный срок. Не влияет на грудное вскармливание.

**-** Процедура проводится врачом гинекологом в женской консультации. Имплант может быть замечен под кожей.

### **Мини-пили – таблетки с прогестагеном** (эффективность 89%)

**+** Могут применяться у кормящих женщин. Лечебный эффект при болезненных месячных, фиброзно-кистозной мастопатии, эндометриозе и т.п.

**-** Необходимость ежедневного приема. Высокая частота межменструальных кровотечений.

### **Презерватив** (эффективность 85%)

**+** Единственное средство, защищающее от инфекций, передаваемых половым путем.

Простота применения. Доступность. Относительно низкая стоимость.

**-** Есть вероятность разрыва («сползания») презерватива. Снижает чувствительность. В редких случаях – местная аллергическая реакция на латекс.

### **Спермициды** (эффективность 82%)

**+** Можно использовать в любой период жизни женщины и комбинировать с другими контрацептивными средствами.

**-** Раздражение слизистых оболочек влагалища. Аллергические реакции. Необходимость применения за 10-15 минут до полового акта.

При проведении туалета наружных половых органов нельзя использовать мыло в течении 6 часов после полового контакта.

