

Контрацепция – предотвращение нежелательной беременности при случайной или регулярной половой жизни. Контрацептивами называют средства, применяемые с целью предупреждения беременности. Основными задачами контрацепции у подростков являются: профилактика первого аборта, незапланированных родов и профилактика ИППП.

Главные требования к подростковой контрацепции – это высокая эффективность, безопасность для здоровья, удобство в применении, доступность приобретения.

Методы контрацепции у подростков:

- барьерный метод (презерватив, влагалищные диафрагмы, губки, колпачки и спермициды);
- гормональная контрацепция:

комбинированная оральная контрацепция (эстроген-гестагенная);

трансдермальная (накожный пластырь);

трансвагинальная (влагалищное кольцо);

прогестагенсодержащие таблетки (мини-пили);

- естественный метод (календарный и температурный).

Выбор средств контрацепции для подростка.

Для большинства подростков методом выбора контрацепции является презерватив. Его использование имеет большое значение в предупреждении и снижении риска заражения ИППП; кроме того, презерватив является эффективной мерой профилактики рака шейки матки, в развитии которого доказана роль вируса папилломы человека. Недостатком презерватива является более низкая контрацептивная эффективность по сравнению с комбинированной оральной контрацепцией, а также возможны аллергические реакции на латексную резину или смазку.

Существуют и другие методы барьерной контрацепции, обеспечивающие предохранение от нежелательной беременности путем препятствия попадания спермы во влагалище или шейку матки механическим (влагалищные диафрагмы, губки и колпачки) или химическим (спермициды) путем.

Наиболее эффективным методом предупреждения нежелательной беременности для сексуально активных подростков являются комбинированные оральные контрацептивы. Их эффективность при правильном приеме приближается к 100%. Гормональные противозачаточные таблетки назначаются только врачом, который учитывает все особенности организма девушки, ее перенесенные заболевания, возраст, противопоказания к данному методу контрацепции и т.д.

Существуют и недостатки в приеме комбинированной оральной контрацепции. Препарат необходимо принимать регулярно и ежедневно, а также, что очень важно, комбинированные оральные контрацептивы не защищают от ИППП.

В настоящее время в связи с распространением ИППП и СПИДа при беспорядочных половых связях наиболее предпочтительным является «двойной» метод, т.е. рекомендуется совместное применение гормонального орального контрацептива одновременно с презервативом.

Существует еще несколько методов гормональной контрацепции для подростков – это влагалищное кольцо НоваРинг и накожный пластырь ЕВРА. Эффективность этих средств контрацепции не уступает комбинированной оральной контрацепции, для ряда молодых женщин они являются более предпочтительными.

Пластырь ЕВРА – это средство нового поколения; представляет собой тонкий лейкопластырь небольших размеров. Наклеивают его один раз в неделю на ягодицу, плечо, лопатку или живот. Меняют на протяжении 3 недель, а на четвертой уже наступает менструация.

Кольцо НоваРинг относится к микродозированным гормональным препаратам. Кольцо вводится во влагалище и надевается на шейку матки, там оно находится в течение

3 недели. Затем кольцо удаляется, делается семидневный перерыв, а на восьмой день вводится новое кольцо. Одно кольцо рассчитывается на один менструальный цикл, не более. Механизм действия кольца такой же, как и у комбинированной оральной контрацепции.

Что касается прогестагенсодержащих таблеток (мини-пили), они применяются в подростковом возрасте, но высокая частота случаев неэффективности и побочных эффектов не позволяют рассматривать их как метод первого выбора для девочек-подростков и молодых женщин. Наиболее частым осложнением гестагенных контрацептивов является нарушение менструального цикла: межменструальные кровяные выделения, укорочение менструального цикла, редкие и скудные менструации, обильные менструации. Их можно принимать молодым девушкам, у кого существуют какие-либо противопоказания к приему комбинированной оральной контрацепции: нарушение свертываемости крови, сахарный диабет, артериальная гипертензия, заболевания печени, лактация и т.д.

Использование у подростков естественных методов контрацепции неэффективно, т.к. в большинстве случаев менструальный цикл у девушек нерегулярный, и определить овуляторные дни очень сложно. Данные методы в основном используются не для контрацепции, а для определения дней для зачатия.

Подростки должны быть информированы о том, как сохранить свое репродуктивное здоровье. В то же время некоторые молодые люди нуждаются в индивидуальной работе с ними несколько раньше. **Главная задача контрацепции – профилактика первого аборта, ИППП и СПИДа.**

Таким образом, существует огромный выбор средств и методов контрацепции. Назначая метод контрацепции, необходим индивидуальный его подбор с учетом характера и степени ответственности подростка, интенсивности его половой жизни, наличия или отсутствия патологии со стороны других органов, постоянного полового партнера и планов в отношении беременности, поскольку правильная и своевременная контрацепция позволит сохранить репродуктивное здоровье девушки-подростка и будущей матери.