ჩვენ გაწვდით ინფორმაციას არაჰორმონული კონტრაცეფციის შესახებ ხოლო გადაწყვეტილებას

იღებ შენ!

ოჯახის დაგეგმვა გაძლევს შანსს

- თავიდან აიცილო არასასურველი ორსულობა;
- თავად განსაზღვრო შვილების სასურველი რაოდენობა;
- არეგულირო ორსულობებს შორის ინტერვალი;
- შეინარჩუნო ქალის ჯანმრთელობა;
- ოჯახში დაამკვიდრო სიმყუდროვე და ჰარმონიული ურთიერთობები;
- განახორციელო ცხოვრების მომავალი გეგმები (განათლება, ფინანსური სტაბილურობა, კარიერული წინსვლა).

როდის მივმართოთ რჩევისთვის:

- თუ თქვენ ახლახანს დაიწყეთ სქესობრივი ცხოვრება;
- იმშობიარეთ, ჩაიტარეთ საკეისრო კვეთა;
- გაიკეთეთ აბორტი;
- დაქორწინდით, მაგრამ შვილების ყოლა ჯერჯერობით არ გსურთ;
- გყავთ შვილები და აღარ გსურთ მეტი შვილის გაჩენა;
- არ იცით, გამოიყენოთ თუ არა კონტრაცეფცია თქვენს ასაკში, ან ეჭვობთ, თუ რამდენად მისაღები იქნება თქვენთვის ესა თუ ის მეთოდი.

კალენდარული მეთოდი

მოქმედების მექანიზმი

დაორსულების თვალსაზრისით სარისკო-დღეების განსაზღვრა, (არაფერტილური და ფერტილური დღეები) და ფერტილურ დღეებში სქესობრივ კონტაქტზე უარის თქმა, ეხმარება ქალს განახორციელოს სქესობრივი კავშირი დაორსულების რისკს გარეშე.

ეფექტურობა

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 75-80%–ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 ქალიდან 20-25 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

უპირატესობები

- ოჯახის დაგეგმვის ბუნებრივი მეთოდია;
- არ აღენიშნება გვერდითი მოვლენები.

ნაკლოვანებები

- არ არის მაღალეფექტური;
- საჭიროა სქესობრივი კავშირისგან თავის შეკავება;
- არ იცავს სქესობრივი გზით გადამდები (სგგი) ინფექციებისგან.

მითი

ერთ-ერთი ყველაზე ეფექტური მეთოდია.

შეწყვეტილი სქესობრივი აქტი მოქმედების მექანიზმი

შეწყვეტილი სქესობრივი აქტი ხელს უშლის სპერმატოზოიდისა და კვერცხუჯრედის შეხვედრას და განაყოფიერებას. ამ მეთოდის გამოყენებისას საშოდან ასოს გამოღება უნდა მოხდეს ეაკულაციამდე (სპერმის გამონთავისუფლება).

ეფექტურობა

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 80%-ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 ქალიდან 20 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

უპირატესობები

- ოჯახის დაგეგმვის ბუნებრივი მეთოდია;
- არ მოითხოვს ფინანსურ დანახარჯებს;
- ოჯახის დაგეგმვაში მამაკაცი უშუალოდ არის ჩართული;
- არ აღინიშნება გვერდითი მოვლენები.

ნაკლოვანებები

- არ არის მაღალეფექტური;
- არ იცავს სქესობრივი გზით გადამდები (სგგი) ინფექციებისგან.

მითი

სპერმა არც ერთ შემთხვევაში არ ხვდება საშოში.

ლაქტაციური ამენორეის მეთოდი

მოქმედების მექანიზმი

ჩვილის სწორად მუძუთი კვების დროს ჭირველი 6 თვის განმავლობაში წყდება კვერცხუჯრედის მომწიფების გამომწვევი ჰორმონების გამომუშავება, რაც იცავს დაორსულებისგან.

ეფექტურობა

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 98 %-ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 დან 2 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

უპირატესობები

- ოჯახის დაგეგმვის ბუნებრივი მეთოდია;
- არ მოითხოვს ფინანსურ დანახარჯებს;
- არ აღინიშნება გვერდითი მოვლენები;
- მშობიარობის შემდგომ დაუყონებლივ იწყება.

ნაკლოვანებები

- ვერ გამოიყენებენ ქალები, რომლებიც შვილს ძუძუთი არ კვებავენ;
- დამოკიდებულია ლაქტაციური ამენორეის მეთოდის კრიტერიუმების და ჩვილის სწორ კვებაზე ანუ კვების ინტერვალების დაცვაზე;
- მეთოდის გამოყენების ხანგძლივობა შეზღუდულია;
- არ იცავს სქესობრივი გზით გადამდები (სგგი) ინფექციებისგან.

მითი

იცავს დაორსულებისგან შერეული კვების შემთხვევაშიც.

ᲛᲐᲛᲐᲙᲐᲪᲘᲡᲐ ᲓᲐ ᲥᲐᲚᲘᲡ ᲙᲝᲜᲓᲝᲛᲘ (ᲞᲠᲔᲖᲔᲠᲕᲐᲢᲘᲕᲔᲑᲘ)

ᲛᲝᲥᲛᲔᲓᲔᲑᲘᲡ ᲛᲔᲥᲐᲜᲘᲖᲛᲘ

მამაკაცისა და ქალის კონდომები ბარიერული საშუალებაა. ისინი ხელს უშლიან კვერცხუჯრედისა და სპერმატოზოიდის შეხვედრას.

ᲔᲤᲔᲥᲢᲣᲠᲝᲑᲐ

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 88-95 %-ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 დან 5-12 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

ᲣᲞᲘᲠᲐᲢᲔᲡᲝᲑᲔᲑᲘ

- არ არის აუცილებელი მიმართოს ექიმს;
- იცავს როგორც სგგდ, აივ/შიდსისგან ასევე არასასურველი ორსულობისგან;
- ამცირებს საშვილოსნოს ყელის კიბოს რისკს.

ნაკლოვანებები

- კავშირი აქვს სქესობრივ აქტთან;
- არასწორი მორგების შემთხვევაში შესაძლოა დაზიანდეს (გაიხეს).

მითი

შეიძლება განმეორებით გამოყენება.

საშოს დიაფრაგმა, საშვილოსნოს ყელის ჩაჩი

მოქმედების მექანიზმი

დიაფრაგმა ბარიერული დრეკადი რეზინის საშუალებაა, იგი თავსდება საშოში და ფარავს საშვილოსნოს ყელს, იცავს მასში სპერმატოზოიდების მოხვედრისგან.

ეფექტურობა

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 92-96 %-ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 დან 4-8 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

უპირატესობა

იცავს საშვილოსნოს ყელის კიბოსგან, ზოგიერთი სგგდ-სგან.

ნაკლოვანებები

- კავშირი აქვს სქესობრივ აქტთან;
- იცავს ზოგიერთი სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციისაგან;

მითი

შეიძლება განმეორებით გამოყენება.

სად არის ხელმისაწვდომი

აფთიაქებში

სპერმიციდები

მოქმედების მექანიზმი

სპერმიციდები ქიმიური ნივთიერებაა, რომელიც ანადგურებს სპერმატოზოიდებს. ეფექტურობის გასაძლიერებლად დიაფრაგმასა და სპერმიციდებს ერთად იყენებენ.

ეფექტურობა

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 92-96 %-ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 დან 4-8 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

უპირატესობები

- ეფექტურია დაუყოვნებლივ;
- შესაძლებელია გამოყენებულ იქნას როგორც დამხმარე მეთოდი, კონტრაცეპციის სხვა მეთოდებთან ერთად;
- დასაშვებია მეძუძური კვების დროს;
- არ იწვევს გვერდით ეფექტებს;
- ადვილად გამოსაყენებელია.

ნაკლოვანებები

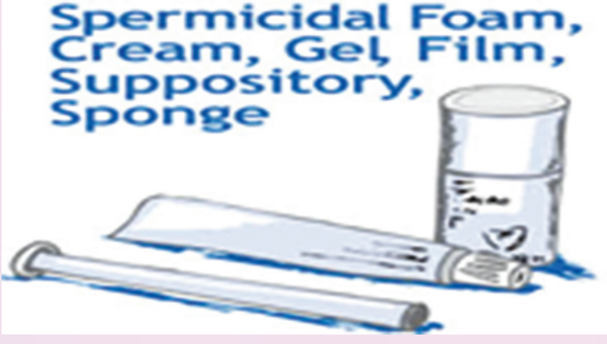
- კავშირი აქვს სქესობრივ აქტთან;
- ეფექტურობისთვის აუცილებელია ინსტრუქციის დაცვა;
- შეიძლება გამოიწვიოს ალერგია;
- არ იცავს ყველა სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციისგან.

მითი

მოქმედებს 8-10 სთ-ზე დიდხანს.

სად არის ხელმისაწვდომი

აფთიაქებში



საშვილოსნოსშიგა საშუალებები (სპირალები)

მოქმედების მექანიზმი

საშვილოსნოს ღრუში მოთავსებული სპირალი ხელს უშლის სპერმატოზოიდების გადაადგილებას, კვერცხუჯრედის მომწიფების პროცესს და კვერცხუჯრედის მიმაგრებას საშვილოსნოს კედელზე.

ეფექტურობა

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 98-99%-ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 დან 1-2 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

უპირატესობა

ახასიათებს ხანგრძლივი ეფექტი. 3-5-10 წელი.

ნაკლოვანებები

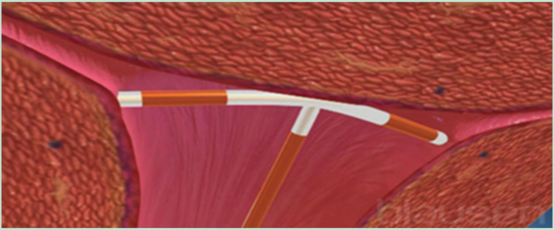
- საჭიროებს ქირურგიულ ჩარევას;
- ჩადგმიდან 3თვის განმავლობაში ხშირია მენსტრუაციის გაძლიერება;
- არ იცავს სქესობრივი გზით გადამდები (სგგი) ინფექციებისგან.

მითი

შესაძლებელია მისი რეგულარული გამოყენება.

სად არის ხელმისაწვდომი

სამშობიარო სახლებსა და სტაციონალურ გინეკოლოგიურ განყოფილებებში.



ᲙᲝᲜᲢᲠᲐᲪᲔᲤᲪᲘᲘᲡ ᲥᲘᲠᲣᲠᲒᲘᲣᲚᲘ ᲛᲔᲗᲝᲓᲔᲑᲘ

ᲥᲐᲚᲘᲡ (ᲡᲐᲨᲕᲘᲚᲝᲡᲜᲝᲡ ᲛᲘᲚᲔᲑᲘᲡ ᲝᲙᲚᲣᲖᲘᲐ) ᲓᲐ ᲛᲐᲛᲐᲙᲐᲪᲘᲡ ᲡᲢᲔᲠᲘᲚᲘᲖᲐᲪᲘᲐ (ᲕᲐᲖᲔᲥᲢᲝᲛᲘᲐ)

ᲛᲝᲥᲛᲔᲓᲔᲑᲘᲡ ᲛᲔᲥᲐᲜᲘᲖᲛᲘ

საშვილოსნოს მილების ქირურგიული გზით გადაკვანძვა ხელს უშლის კვერცხუჯრედისა და სპერმატოზოიდის შერწყმას. მამაკაცის სტერილიზაცია - ვაზექტომია იგი გულისხმობს სპერმატოზოიდების გამტარი მილის მექანიკურ ბლოკირებას, ამ დროს სპერმა არ შეიცავს სპერმატოზოიდს. არ ცვლის მამაკაცის ქცევას, ხმას, ეაკულატის მოცულობას, სქესობრივ ქცევას.

ᲔᲤᲔᲥᲢᲣᲠᲝᲑᲐ

ინსტრუქციის მიხედვით გამოყენებისას ეფექტურია 99 %-ით, ანუ ერთი წლის განმავლობაში 100 დან 1 ქალს აქვს დაორსულების შანსი.

ᲣᲞᲘᲠᲐᲢᲔᲡᲝᲑᲐ

გავლენას არ ახდენს მენსტრუალურ ციკლსა და ენდოკრინულ ფუნქციაზე. არ ახდემს გავლენას სქესობრივ ცხოვრებასა და ფუნქციებზე.

ნაკლოვანება

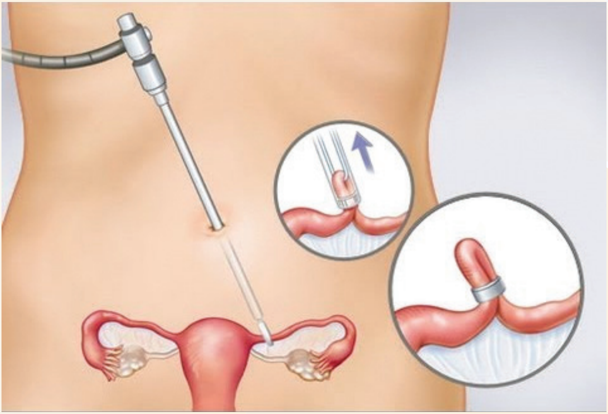
მეთოდი შეუქცევადია, ამ მეთოდის გამოყენების შემდეგ შეუძლებელია შვილოსნობა.

მითი

შესაძლებელია მილებზე კვანძის გახსნა და ფერტილურობის აღდგენა.

სად არის ხელმისაწვდომი

სამშობიარო სახლებსა და გინეკოლოგიურ განყოფილებებში.



გაითვალისწინე !!!

ქალი შესაძლებელია დაორსულდეს

- პირველივე სქესობრივი აქტის შედეგად;
- ნებისმიერი ჩასახვის საწინააღმდეგო საშუალების არასწორად გამოყენებისას;
- ისე რომ მისი საქალწულე აპკის მთლიანობა დარღვეული არ იყოს;
- ცოცხალი სპერმატოზოიდების მოხვედრისას საშოში, ნებისმიერი სქესობრივი კავშირის შედეგად;
- შეწყვეტილი სქესობრივი აქტის შემთხვევაში;
- მენსტრუალური ციკლის დროს.

სწორად შერჩეული კონტრაცეფცია თავიდან აგაცილეთ ხელოვნური აბორტის საჭიროებას და აბორტით გამოწვეულ, როგორც ახლო (მცირე მენჯის ღრუს ანთებითი დაავადებები, სისხლდენა, პერფორაცია), ასევე შორეულ (უშვილობა, მენ-სტრუალური ციკლის დარღვევა, საშვილოსნოს გარე ორსულობა) გართულებებს.

მოგვმართე კონსულტაციისთვის და გაიგე მეტი შენი სქესობრივი და რეპროდუქციული ჯანმრთელობისა და უფლებების შესახებ

კონფიდენციალური **ონლაინ-კონსულტაციისთვის**
მოქმედებს ვებ გვერდი:

www.youth-counceling.ge

ყოველდღე კვირის გარდა 14:00-17:00 საათამდე.
შესაძლებელია შეტყობინების დატოვება.
ექიმ რეპროდუქტოლოგის
პირადი კონსულტაციისთვის მიმართეთ ასოციაცია
ჰერა XXI-ის ახალგაზრდულ-მეგობრულ ცენტრს
მისამართზე: თბილისი, გამსახურდიას გამზ.
IIკვარტალი, 9 კორპ., ბ 2
კონსულტაციის მისაღებად აუცილებელია
წინასწარ დარეკოთ და ჩაეწეროთ ნომერზე:

2 14 28 53

მოქმედი ელექტრონული მისამართია
heracounceling@caucasus.net

მიიღე სწორი ინფორმაცია ანონიმურად და უფასოდ

www.hera-youth.ge

www.rfsu.se