



ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ  
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ  
ИМЕНИ В.Р. БОЯНОВОЙ



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ  
ПЕРИНАТАЛЬНЫЙ ЦЕНТР МЗ РБ

# ЖЕЛАННЫЙ РЕБЁНОК — ТВОЙ ЛУЧШИЙ ВЫБОР!

КОЕ-ЧТО О КОНТРАЦЕПЦИИ ДЛЯ УМНЫХ ЖЕНЩИН

ОТВЕТЬТЕ СЕБЕ

НА ДВА ВОПРОСА:

ХОТИТЕ ЛИ ВЫ  
ИМЕТЬ ДЕТЕЙ  
В ПРИНЦИПЕ?

ХОТИТЕ ЛИ ВЫ  
РОДИТЬ РЕБЁНКА  
В ЭТОМ ГОДУ?

Да

Нет

УПРАВЛЯТЬ  
СВОЕЙ  
СУДЬБОЙ —  
ЭТО  
ВОЗМОЖНО!



## БАРЬЕРНЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

БЕЗОПАСНЫ, ДОСТУПНЫ,  
ПРОСТЫ В ПРИМЕНЕНИИ:

- **ПРЕЗЕРВАТИВЫ** для мужчин
- **КОЛПАЧКИ-ДИАФРАГМЫ** для женщин

*Совместное использование со  
спермицидами повышает эффективность.*

**КОНТРАЦЕПТИВНАЯ ГУБКА** содержит  
спермицид, абсорбирует сперму и  
закрывает вход в канал шейки матки.

## ВНУТРИМАТОЧНАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ (ВМС)

- **ИНЕРТНЫЕ** (пластиковые)
- **МЕДИКОМЕНТОЗНЫЕ**,  
содержащие медь или гестагены



*Устанавливаются  
на 5-7 лет*

## ГОРМОНАЛЬНАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ

### КОМБИНИРОВАННЫЕ ОРАЛЬНЫЕ КОНТРАЦЕПТИВЫ (КОК)

- **Таблетки** содержат  
2 гормона
- **Подавляют** овуляцию
- **Приём** строго по  
графику.

### МИНИ-ПИЛИ

- **Таблетки** содержат  
минимальные дозы  
гормона
- **Менее надёжны**,  
но более безопасны  
для здоровья.
- **Можно принимать**  
в период лактации.

### ПОДКОЖНЫЙ ИМПЛАНТ

**Капсула**  
вшивается  
под кожу на  
несколько лет,  
**содержит гормон**,  
препятствующий  
зачатию.

### ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЙ ПЛАСТЫРЬ

Гормоны проникают  
через чистую  
неповреждённую кожу.  
**Наклеивается один раз**  
в неделю три недели  
подряд, после чего следует  
недельный перерыв.

**ПРИ ПОДБОРЕ КОНТРАЦЕПЦИИ ОБЯЗАТЕЛЬНО  
НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К ГИНЕКОЛОГУ**

## ХИРУРГИЧЕСКАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ (СТЕРИЛИЗАЦИЯ)

**УСЛОВИЯ ДОБРОВОЛЬНОЙ  
СТЕРИЛИЗАЦИИ ДЛЯ МУЖЧИН  
И ЖЕНЩИН:**

- **Возраст** старше 35 лет
- **Наличие 2-х** и более детей
- **Нежелание** супругов иметь детей

**ВНИМАНИЕ!**  
КОНТРАЦЕПТИВНЫЙ ЭФФЕКТ  
СТЕРИЛИЗАЦИИ НЕОБРАТИМ.

## ЭКСТРЕННАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ (ЭК)

**ПРИЕМ БОЛЬШИХ ДОЗ** гормонального  
препарата проводится под контролем  
врача не позднее **72 ЧАСОВ** после  
незащищенного полового акта.

ЭК имеет целый ряд противопоказаний  
и побочных эффектов —  
**это ГОРМОНАЛЬНЫЙ ВЗРЫВ.**

ЭК — **ВВЕДЕНИЕ ВНУТРИМАТОЧНОЙ  
СПИРАЛИ (ВМС)** — **Не позднее 5 дней**  
с момента зачатия.

**ВАЖНО!** ЭК нельзя применять РЕГУЛЯРНО.

## ЕСТЕСТВЕННЫЕ МЕТОДЫ

**РИТМ** — метод определения безопасных  
дней для зачатия и исключения половых  
отношений в «**опасный период**».  
Обычно это середина цикла минус  
**72 часа** жизнеспособности сперматозоида  
и **плюс 48 часов** жизни яйцеклетки.



**ПЕРИОД ОВУЛЯЦИИ** определяется либо  
**тест-системой** (продается в аптеке), либо  
измерением базальной температуры в утренние часы.

**ПРЕРВАННЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ** — ненадежный  
способ контрацепции, наносит вред сексуальному  
здоровью как женщины, так и мужчины.

**МЕТОД ЛАКТАЦИОННОЙ АМЕНОРЕИ** — естественный способ  
контрацепции, основанный на использовании периода отсутствия  
овуляции в течение **исключительного грудного вскармливания**.

Метод эффективен в течении **6 месяцев** после рождения ребёнка при регулярном  
кормлении грудью в дневное время каждые **2-3 часа**, с ночным перерывом не более **6 часов**.