

## 12 МИФОВ О КОНТРАЦЕПЦИИ

Несмотря на то, что в современном мире способов контрацепции становится все больше, они все менее опасны для здоровья и становятся все более щадящими, число внеплановых беременностей остается на достаточно высоком уровне - виной тому распространенные заблуждения и порой несерьезное отношение к планированию семьи.

Поэтому именно сегодня мы решили собрать самые абсурдные, опасные и распространенные мифы о контрацепции.

Фото: [www.globallookpress.com](http://www.globallookpress.com) / [globallookpress.com](http://globallookpress.com)

При первом сексуальном контакте предохраняться не обязательно.

После наступления первой менструации юная девушка уже способна к зачатию и поэтому легко может забеременеть. Для первого сексуального контакта наиболее подходящим методом контрацепции считается презерватив, главное - правильно его использовать.

Оральные контрацептивы не дают 100% защиты от беременности.

Это миф, с той оговоркой, что эффективность таблеток составляет 99,7%. Противозачаточные таблетки предотвращают овуляцию (выход яйцеклетки из фолликула яичника) и поэтому оплодотворение невозможно.

Вопрос эффективности этого вида контрацепции - в правильном применении, и "неэффективность" таблеток происходит исключительно из-за забывчивости. Принять вовремя препарат регулярно забывают почти 71% женщин, а в период отпуска - все 80%.

Презервативы защищают от всех интимных болезней.

Это не так, потому что презервативы покрывают не всю поверхность, подвергающуюся опасности заражения. Например, против кожных болезней (чесотки, лобковых вшей) они бессильны.

Кормящая женщина не может забеременеть.

Именно из-за этого распространенного мифа 10% российских женщин делают аборт в первый год после родов. С одной стороны, фертильность кормящей женщины снижена, так как в период лактации вырабатываются гормоны, подавляющие репродуктивную функцию.

Но для того, чтобы гормоны вырабатывались в большом количестве, кормить ребенка нужно как можно чаще, не реже 1 раза в 3-4 часа. Однако без анализов сложно понять, в каком количестве вырабатываются гормоны, кроме этого, ребенку со временем требуется все меньше молока, и у самой женщины постепенно восстанавливается менструальный цикл.

Гормональная контрацепция способствует набору лишнего веса.

На сегодняшний день это утверждение неверно, но на заре изобретения гормональной контрацепции эти опасения были действительно оправданы. Первые контрацептивы сбивали обмен веществ, провоцировали тромбозы и сердечно-сосудистые заболевания.

В любом случае перед применением гормональной контрацепции нужно посоветоваться со врачом и пройти ряд исследований. Кроме этого, необходимо строго соблюдать график приема орального контрацептивного средства и принимать пилюли до тех пор, пока сохраняется необходимость в контрацепции.

Невозможно забеременеть во время критических дней.

Это миф, которому верят многие молодые девушки, что приводит к неприятным последствиям. Шансы зачать ребенка во время менструации крайне невелики, но сперматозоиды очень живучи и могут сохранять свои функции до 72 часов, при этом находясь в слизистой оболочке матки. После окончания менструации они продвигаются дальше и могут оплодотворить яйцеклетку, что приводит к беременности.

Контрацепция "на утро" - не вредна.

Препараты, предназначенные для экстренной контрацепции, то есть для приема после полового акта, вредны и в некоторых странах запрещены. В какой-то степени прием подобных таблеток равносителен аборту, ведь их частное и хаотичное применение может привести к аналогичным последствиям. Но, с другой стороны, препараты для экстренной контрацепции зачастую имеют такой же состав, как обычные оральные контрацептивы, просто содержат большую дозу гормонов. Они препятствуют зачатию, поэтому принимать их нужно в течение 72 часов после полового контакта.

Важно помнить, что данный вид контрацепции - именно экстренный, и прибегать к нему - вредно, потому что большие дозы гормонов могут вызвать нарушение менструального цикла и другие неприятные последствия.

Календарный способ контрацепции - надежен.

Сложность с календарным способом защиты от нежелательной беременности в том, что женщина должна точно знать расписание своего менструального цикла и вступать в половые контакты только в "безопасный" период. Но 100-процентно безопасных периодов не бывает.

"Бабушкины" методы - тоже выход.

Немедицинские методы контрацепции разнообразны, и все они имеют противопоказания. Например, никакая гигиена не спасет от нежелательной беременности, так же как и лимонный сок, уксус, мыло. Сперматозоиды плохо переносят кислую среду и, скорее всего, погибнут, но обработать все внутренние органы достаточно тщательно и глубоко невозможно, а вот нарушить кислотно-щелочной баланс - можно. А это уже чревато развитием инфекций и легким ожогом.

Гормональная контрацепция - это очень вредно.

Это не совсем так. Гормональные средства должны быть назначены гинекологом с учетом особенностей организма. Плюсы гормонов в том, что иногда ими лечат бесплодие, также они способствуют уменьшению сухости кожи, а если принимать контрацептивы более 10 лет, опасность рака яичников сокращается на 50%, а рака матки - на 60%.

Минусы гормональной контрацепции в том, что они действительно могут создать проблемы. Например, курящим женщинам после 35 лет они противопоказаны - гормоны-эстрогены увеличивают риск появления тромбозов. Среди побочных эффектов гормональной спирали -

провоцирование воспалений, внематочная беременность, нарушения менструального цикла, тошнота, головные боли.

После климакса можно не предохраняться.

Дамы старшего возраста вполне могут забеременеть, ведь фертильность (способность к зачатию) угасает медленнее прекращения месячных, и риск беременности сохраняется два года после окончания "критических" дней.

Молодым женщинам нельзя использовать внутриматочные средства контрацепции.

Это не так. К внутриматочным средствам контрацепции относят спирали, петли и зонты, устанавливаемые в матку и предотвращающие беременность в течение 10-12 лет. Раньше считалось, что у девушек до 18 они могут повышать риск воспаления таза, однако в 2007 году Американское общество акушеров-гинекологов объявило эти устройства абсолютно безопасными для всех возрастов.

Ссылка: <http://www.aif.ru/health/932957>