

ва. Ее наградили дипломом за просветительскую деятельность и привлечение молодежи к охране окружающей среды.
О. ИСЯНТАЗИНА

размерный ряд: будет изготавливать изделия разного размера.
- **Всегда удивлялась количеству ваших деловых партнеров...**
- Да, наша продукция востребована от Владивостока до Кали-

дали. Пользуясь случаем, хотел бы попросить о помощи новую власть. Надеюсь на понимание и поддержку.
Ирина ПРАВДИНА

Лариса БАБАЯН: "Пользуйтесь грамотно контрацептивами"

АКТУАЛЬНОЕ ИНТЕРВЬЮ

Планирование семьи - один из самых эффективных способов улучшения здоровья женщин и детей. Используя существующие рекомендации в данной области, можно спасти множество жизней.

Это - комплекс медицинских мероприятий, обеспечивающих снижение заболеваемости, сохранение здоровья женщин и детей. Наш корреспондент беседует с заведующей женской консультацией поликлиники № 1 г. о. Сызрань Ларисой Бабаян.



фото Владимира БАЙМЕРА

- Лариса Григорьевна, в чем Вы видите эффективность работы службы планирования семьи?

- Прежде всего - в существенном снижении частоты незапланированных беременностей и искусственных абортов, уменьшении материнской и перинатальной смертности, уровня акушерской и гинекологической патологии, в том числе злокачественных новообразований женской половой системы.

Улучшение здоровья женщин - один из аспектов эффективной демографической политики. Здесь все взаимосвязано. Только здоровая мать может иметь здорового ребенка, и только здоровые дети могут стать здоровыми родителями.

- А как все-таки предупредить беременность женщинам репродуктивного возраста, которые по разным причинам не желают иметь детей?

- Воспользоваться контрацепцией. Ее существующие средства и методы делят на современные (гормональные и внутриматочные) и традиционные (барьерные, или механические; спермициды, или химические; ритмические, или биологические; прерванное половое сношение). Особым способом регулирования рождаемости является хирургическая стерилизация.

Наряду с эффективностью метода следует

учитывать его приемлемость, безопасность, уровень лечебного воздействия некоторых контрацептивных средств, возможность развития побочных реакций, планирование будущих беременностей и степень риска наступления нежелательных, восстановление фертильности.

Как средство "крайнего случая" существует экстренная контрацепция. Изначально она задумывалась для применения только в самых чрезвычайных ситуациях, например, для предохранения от беременности после изнасилования.

Сейчас же женщины все чаще и чаще применяют этот метод при любом незащищенном половом акте, при котором не использовался никакой вариант предохранения (ни презервативы, ни прерванное сношение), а также в случае повреждения презерватива. Такое отношение к столь весьма рискованному способу контрацепции не может считаться оправданным, ведь гораздо легче задуматься о последствиях еще до их возникновения!

- Лариса Григорьевна, какие существуют способы экстренной контрацепции?

- Различают экстренную контрацепцию, во-первых, препаратами, содержащими высокие дозы гестагенных гормонов. Это, например, левоноргестрел (постинор). Во-вторых, прибегают к помощи обычных комбинированных пре-

паратов (ригевидона, три-регола). Наконец, применяют внутриматочную спираль.

- И как же действуют гормональные контрацептивы?

- Во-первых, большие дозы комбинированных оральных контрацептивов (КОК) или прогестина сильно замедляют созревание фолликула в первой фазе цикла. Во-вторых, они изменяют свойства эндометрия, из-за чего яйцеклетка теряет возможность прикрепиться к нему. Слизистая матки в результате этого отторгается и выходит наружу вместе с кровотечением. Интенсивность его зависит от дозы препарата. Чем она выше, тем больше крови теряется. Вот почему самостоятельная экстренная контрацепция таблетками, содержащими гормоны, может дать непредсказуемые осложнения.

- Расскажите, пожалуйста, как принимать препараты с целью контрацепции?

- Для экстренной контрацепции таблетку постинора принимают как можно скорее после незащищенного секса. А через 12 часов - повторную. Постинор эффективен, если после "аварийной ситуации" прошло не больше трех суток и промежуток между приемом таблеток составил не свыше 16 часов. Существует и другой препарат, содержащий вдвое большую дозу гестагена (1500 мг). Это эскапел, который принимается однократно.

Но он тоже эффективен только первые 72 часа после полового акта. Вместо постинора, эскапела можно использовать и обычные КОК, например, регулон, новинет, ригевидон или марвелон. Если возникла необходимость в экстренной контрацепции, препараты принимают как можно скорее. Однако здесь существует один нюанс. Для того чтобы прием был эффективным, нужно увеличивать дозу (эстрогенного компонента до 100 мкг, гестагенного - до 500 мкг). А это нелегко рассчитать самостоятельно. Например, таблетка марвелона содержит 150 мкг дезогестрела. Соответственно для эффективной контрацепции нужно использовать как минимум три сразу. По прошествии 12 часов прием препарата опять же надо повторить.

Разумеется, самостоятельно назначать

себе какой-либо гормональный или иной препарат, пусть и с целью экстренной контрацепции, не следует. Ведь любой из них обладает множеством серьезных побочных действий: нарушается регулярность менструального цикла, изменяется баланс гормонов, возникает риск тромбозов (при приеме КОК в больших дозах) и бесплодия в будущем. Каждый препарат из них должен назначаться только в стационаре и под тщательным медицинским контролем.

Немедикаментозным способом экстренной контрацепции является введение внутриматочной спирали. Если прошло не более трех суток, эффективность такого метода стремится к 100 процентам. Спираль устанавливается в полость матки и препятствует проникновению туда яйцеклетки с последующей ее имплантацией. Несмотря на все свои положительные моменты, такие, как отсутствие негативного влияния на гормональный баланс, эффективное и длительное действие, этот метод контрацепции не рекомендуется к использованию при высоком риске инфицирования, большом количестве незащищенных связей, одновременном заражении какими-либо заболеваниями, передающимися половым путем (ЗППП), а также у еще нерожавших женщин.

К сожалению, ни экстренная контрацепция препаратами гормонов, ни внутриматочные

спирали не спасают от ЗППП, венерических болезней, ВИЧ-инфекции. Поэтому, если у вас появились сомнения на сей счет, как можно раньше пройдите обследование у гинеколога и сдайте все нужные анализы. Это позволит избежать множества неприятностей.

В ситуациях, когда требуется экстренная контрацепция, таблетки нужно принять как можно быстрее. Не всегда (особенно если дело происходит ночью) есть возможность проконсультироваться у врача. Но в любом случае к выбору препарата нужно отнестись спокойно и взвешенно, опираясь на весь свой предыдущий опыт и знания. А вообще отказываться от врачебной консультации бессмысленно и опасно - ведь гораздо проще потратить несколько минут и получить грамотную помощь, чем потопиться и страдать от этого всю жизнь.

Беседала Н. ИВАНОВА

Каждая женщина может столкнуться с риском возможных неудач методов контрацепции, независимо от возраста, сексуального поведения и информированности о способах защиты от нежелательной беременности.