Reproductive Health Initiative for Youth in the South Caucasus

RHIYC

EPF

This Programme is co-funded by the European Union

United Nations Population Fund

UNFPA

ԻՆՉՊԵՍ ԽՈՒՍԱՓԵԼ ՄԵԾԱՆԿԱԼԻ ՀՂԻՈՒԹՅՈՒՆԻՑ

ՇՏԱՊ ԲԵՂՄՆԱԿԱՆԽՄԱՆ ՄԻՋՈՑՆԵՐ

ԼԻՆԵ՛ՆՔ ԻՐԱԶԵԿ, ԱՊՐԵ՛ՆՔ ԱՌՈՂՋ

IPPF International Planned Parenthood Federation

«ՀԱՆՈՒՆ ԸՆՏԱՆԻՔԻ ԵՎ ԱՌՈՂՋՈՒԹՅԱՆ» ՀԱՍԱՐԱԿԱԿԱՆ ԱՄՈՒՍՅՈՒ
IPPF-ի ՀԱՅԱՍՏԱՆԱԿԱՆ ՄԱՍՆԱՃՅՈՒՂ

Եթե ունեցել եք չպաշտպանված սեռական ակտ, այսինքն՝ սեքս առանց բեղմնականխիչ միջոցի օգտագործման, կամ եթե կարծում եք, որ Ձեր բեղմնականխիչը չի գործել, կարող եք օգտագործել շտապ բեղմնականխման միջոց (ՇԲ): Շտապ բեղմնականխման միջոցները անվտանգ և արդյունավետ են չպաշտպանված սեռական ակտից հետո հղիությունը կանխելու համար: Կա շտապ բեղմնականխման երկու միջոց.

- Շտապ բեղմնականխման հորմոնալ միջոց (հայտնի է որպես շտապ բեղմնականխման հաբ):
- Ներարգանդային պարույր, որն ամենից արդյունավետն է:

Եթե արագ գործեք, շտապ բեղմնականխումը կկանխի հղիությունը:

1. Շտապ բեղմնականխման հաբեր

Ինչ են շտապ բեղմնականխման հաբերը, և ինչպես են դրանք ներգործում

Շտապ բեղմնականխման հաբերը (ՇԲՀ), որոնք հայտնի են նաև որպես հղիության վերահսկման և «հաջորդ առավոտյան» բեղմնականխիչներ, ավելի քան 30 տարի է, ինչ գործածության մեջ են:

ՇԲՀ-ները պարունակում են հորմոններ, որոնք առկա են պտղաբերության վերահսկման հաբերում և կանխում են հղիությունը՝դադարեցնելով ձվազատումը և բեղմնավորումը: Տեսականորեն ՇԲՀ-ները կարող են նաև կանխել իմպլանտացիան, բայց դա գիտականորեն չի ապացուցվել:

ՇԲՀ-ների որոշ ռեժիմներ օգտագործում են «կոմբինացված հաբեր»՝ էստրոգենի և պրոգեստինի սինթետիկ հորմոններով, ինչպիսիք արտադրում է կնոջ օրգանիզմը: Մյուսները միայն պրոգեստին պարունակող հաբեր են:

ՇԲՀ-ները վիժում չեն առաջացնում և չեն ազդում հղիության վրա: Այնուամենայնիվ, կինը չպետք է շտապ բեղմնականխման միջոցներ օգտագործի, եթե հղի է:

Երբ են անհրաժեշտ հաբերը

ՇԲՀ-ն կարևոր գործիք է երիտասարդ կնոջ համար անցանկալի հղիությունը և արհեստական վիժման անհրաժեշտությունը կանխելու համար: Դուք կարող եք ՇԲՀ օգտագործել, երբ.

- Պահպանակը պատռվել կամ սահել է, և սերմնազատումը տեղի է ունեցել հեշտոցի ներսում:
- Դուք մոռացել եք ընդունել Ձեր բեղմնականխիչ հաբերը:
- Դուք սխալ եք հաշվել Ձեր «ապահով» օրերը:
- Նա ժամանակին դուրս չի հանել:
- Դուք բեղմնականխման որևէ միջոց չեք օգտագործել:
- Նա սպիպել է Ձեզ ունենալ չպաշտպանված վագինալ սեռական ակտ:

Արդյունավետություն

Միայն պրոգեստին պարունակող ՇԲՀ-ները հղիության ռիսկը նվազեցնում են 89 տոկոսով, եթե դրանք օգտագործվում են սեռական ակտին հաջորդող 72 ժամվա ընթացքում: Օրինակ՝ 100 կնոջից 8-ը հղիանում են իրենց ցիկլի երկրորդ կամ երրորդ շաբաթվա ընթացքում՝ մեկ անգամ չպաշտպանված սեքսից հետո: Բայց 100 կանանցից միայն 1-ը կհղիանա պրոգեստին պարունակող ՇԲՀ ընդունելուց հետո:

Կոմբինացված ՇԲՀ-ները հղիության ռիսկը նվազեցնում են 75 տոկոսով, եթե դրանք օգտագործվում են սեռական ակտին հաջորդող 72 ժամվա ընթացքում: 100 կանանցից միայն 2-ը կհղիանան կոմբինացված ՇԲՀ ընդունելուց հետո:

Շտապ բեղմնականխումը նախատեսված է միայն որպես պահեստային բեղմնականխիչ: ՇԲՀ-ն այնքան արդյունավետ չէ, որքան ներարգանդային պարույրը, հաբի կամ պահպանակի ճիշտ և հետևողական օգտագործումը: ՇԲՀ-ները չեն շարունակում կանխել հղիությունը ցիկլի մնացած տևողության ընթացքում: Ուստի պետք է օգտագործել բեղմնականխիչ այլ միջոցներ:

Շտապ բեղմնականխիչները որևէ կերպ չեն պաշտպանում սեռական ճանապարհով փոխանցվող վարակներից: Այդ իսկ պատճառով ճիշտ կլինի, եթե Դուք բժշկական հետազոտություն անցնեք սեռական ճանապարհով փոխանցվող վարակի ստուգման նպատակով, եթե, հնարավոր է, ռիսկի եք ենթարկվել չպաշտպանված սեռական հարաբերություն ունենալով:

Երբ է պետք սկսել հաբերի ընդունումը

Հղիության ռիսկը նվազեցնելու նպատակով ՇԲՀ-ների ընդունումը պետք է սկսել չպաշտպանված սեռական ակտին հաջորդող 120 ժամվա (5 օրվա) ընթացքում: Որքան շուտ սկսեք ընդունումը, այնքան լավ: ՇԲՀ-ները 75-89 տոկոսով նվազեցնում են հղիության ռիսկը, եթե դրանց ընդունումը սկսեք 72 ժամվա ընթացքում:

Ինչպես ընդունել հաբերը

Միայն պրոգեստին պարունակող հաբերը կարելի է ընդունել մեկ կամ երկու չափաբաժնով (դոզա)՝ 12 ժամ ընդմիջմամբ: Կոմբինացված հորմոններով հաբերը պետք է ընդունել երկու չափաբաժնով՝ 12 ժամ ընդմիջմամբ: Մեկ չափաբաժնում եղած հաբերի թիվը պայմանավորված է հաբերի արտադրատեսակով: Երկու չափաբաժնի դեպքում էլ ընդունե՛ք միևնույն արտադրատեսակին պատկանող հաբեր: Առաջին չափաբաժնի հաբերը կո՛ւլ տվեք չպաշտպանված սեքս ունենալուց հետո առաջին իսկ հնարավորության դեպքում՝ 120 ժամվա (հինգ օրվա) ընթացքում: Եթե հաբերն ընդունում եք երկու չափաբաժնով, երկրորդ դոզան ընդունե՛ք առաջինն ընդունելուց 12 ժամ անց:

Կողմնակի ազդեցությունը

ՇԲՀ-ներ օգտագործած միլիոնավոր կանանց մոտ որևէ լուրջ բարդությունների դեպքեր չեն գրանցվել: ՇԲՀ-ների հաճախակի օգտագործումը կարող է առաջացնել դաշտանային ցիկլի անկանոնություն և անկանխատեսելիություն:

ՇԲՀ-ների օգտագործումը կարող է առաջացնել սրտխառնոց և

փսխում: Ռիսկն այս դեպքում ավելի մեծ է կոմբինացված հաբերի, քան միայն պրոգեստին պարունակող հաբերի դեպքում: Սրտխառնոցի ռիսկը նվազեցնելու համար կարող եք ՇԲՀ ընդունելուց մեկ ժամ առաջ օգտագործել սրտխառնոցի դեմ դեղամիջոց: Եթե առաջին չափաբաժնից հետո Ձեզ մոտ եղել է փսխում, անպայման հակասրտխառնոցային դեղամիջոց օգտագործե՛ք երկրորդ չափաբաժինն ընդունելուց մեկ ժամ առաջ: Կամ երկրորդ դոզան կարող եք ընդունել որպես ներհեշտոցային մոմիկ՝ հաբերը մատներով տեղադրելով որքան հնարավոր է խոր հեշտոցի ներսում:

Երկրորդ չափաբաժնից հետո փսխման դեպքում մի՛ ընդունեք լրացուցիչ հաբեր: Դրանք հավանաբար չեն նվազեցնի հղիանալու ռիսկը, սակայն կարող են ստամոքսի հետ կապված խնդիրներ առաջացնել:

ՇԲՀ-ները կարող են նաև առաջացնել կրծքագեղձերի ժամանակավոր զերզգայունություն, անկանոն արյունահոսություն, գլխապտույտ և գլխացավ:

Ինչ կլինի հաբերն ընդունելուց հետո

- Հաբերն ընդունելուց հետո դաշտանային ցիկլը կարող է սկսվել ավելի վաղ, քան սովորաբար:
- Արյունահոսությունը կարող է լինել ավելի առատ, թեթև, քսվող բնույթի կամ սովորականի նման:

Նախքան Ձեր մյուս դաշտանային ցիկլը խորհրդակցե՛ք բուժաշխատողի հետ՝ տեղեկացնելով, որ ՇԲՀ եք ընդունել: Լրացուցիչ հանդիպում նշանակե՛ք Ձեր բժշկի հետ, եթե երեք շաբաթվա ընթացքում Ձեզ մոտ դաշտան չի սկսվում, կամ ի հայտ են գալիս հղիության նշաններ: Անպայման օգտագործե՛ք բեղմնականխիչ միջոց, եթե վագինալ սեռական ակտ եք ունենում Ձեր մյուս ցիկլին նախորդող ժամանակահատվածում: Շարունակե՛ք օգտագործել Ձեր ընտրած բեղմնականխիչ միջոցն այնքան ժամանակ, քանի դեռ ուզում եք խուսափել հղիությունից:

ՇԲՀ-ների ձեռքբերումը

«Postinor»-ը ՇԲՀ-ի տեսակ է, որը ներկայումս կարելի է ձեռք բերել դեղատներում: Կարող եք Ձեր բժշկին խնդրել, որ նա դեղատոմս գրի, նախքան Ձեզ անհրաժեշտ կլինի ՇԲՀ-ներ օգտագործել. դա Ձեզ հնարավորություն կտա ՇԲՀ-ներ օգտագործել շտապ իրավիճակներում՝ ստիպված չլինելով սպասել, որ հանդիպում նշանակվի բժշկի հետ:

2. Ներարգանդային պարույրի տեղադրում

Բժիշկը կարող է հղիությունը կանխելու նպատակով չպաշտպանված սեռական ակտին հաջորդող հինգ օրվա ընթացքում տեղադրել ՆՊ՝ որպես շտապ բեղմնականխման միջոց: ՆՊ-ի նման տեղադրումը հղիանալու ռիսկը նվազեցնում է 99.9 տոկոսով:

Այնուամենայնիվ, ՆՊ-ի օգտագործումը խորհուրդ չի տրվում դեռահասներին, որոնց մոտ առկա է սեռական ճանապարհով փոխանցվող հիվանդությունների ռիսկը տեղադրման պահին, ներառյալ նրանք, որոնք բռնաբարության են ենթարկվել:

Որպես բեղմնականխիչ միջոց՝ ՆՊ-ի կողմնակի ազդեցությունը, օգտագործման առավելություններն ու թերությունները նույնն են, ինչ այն որպես բեղմնականխման շարունակական միջոց օգտագործելիս:

3. Ինչպես ստանալ աջակցություն և տեղեկատվություն

Ձեզ անհրաժեշտ է ստանալ մանրամասն տեղեկատվություն, թե ինչպես խուսափել անցանկալի հղիությունից օգտագործելով շտապ բեղմնականխման միջոցնե՞ր: Ուզում եք տեղեկություններ ձեռք բերել բեղմնականխման այլ մեթոդների՞ վերաբերյալ: Կամ կարծում եք, որ Ձեր մեթոդը չի գործել, և հնարավոր է՝ հղի եք ու օգնության կարի՞ք ունեք:

Դիմե՛ք փորձառու բժիշկ-մասնագետի կամ Երևանում գործող «Հանուն ընտանիքի և առողջության» համահայկական ասոցիացիայի երիտասարդական կենտրոնի վերապատրաստված խորհրդատուներին և ուսուցանողներին: Նրանք կարող են տրամադրել տեղեկատվություն, խորհրդատվություն և աջակցություն: Հանդիպում նշանակելու համար զանգահարե՛ք՝ **(374 10) 52-61-87, 65-36-65** կամ այցելե՛ք.

Երևան, Վարդանանց փ. 14/1
Էլ. փոստ՝ armfha@netsys.am

Հարավային Կովկասում Երիտասարդության Վերարտադրողական Առողջության Նախաձեռնությանը մանրամասն ծանոթանալու համար դիմե՛ք մեր կայքին՝ www.4uth.am: