

СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ: ОБЗОР НОВЫХ СРЕДСТВ И ТЕХНОЛОГИЙ

Худайкулова Азиза Нематуллаевна - ординатор

Эгамбердиева Шахзода Бегмурод кизи – ординатор

Насимова Нигина Рустамовна – доцент, PhD

Самаркандский государственный медицинский университет,
Самарканд, Узбекистан

<https://doi.org/10.5281/zenodo.13286691>

ARTICLE INFO

Qabul qilindi: 22-iyul 2024 yil
Ma'qullandi: 25-iyul 2024 yil
Nashr qilindi: 09-avgust 2024 yil

KEY WORDS

контрацепция, традиционные методы, инновационные методы, гормональные методы, комбинированные оральные контрацептивы (КОК), мини-пили и гормональные инъекции.

ABSTRACT

Контрацепция является важной частью репродуктивного здоровья женщин. В данной статье рассматриваются современные методы контрацепции, доступные женщинам и парам для предотвращения нежелательной беременности. Обсуждаются основные типы, включая гормональные и не гормональные средства, а также новые технологии в области репродуктивного здоровья. Рассматриваются такие методы, как комбинированные оральные контрацептивы, барьерные методы, внутриматочные системы, имплантаты и новейшие разработки, включая контрацептивные пластыри и вагинальные кольца. Особое внимание уделяется важности выбора метода в зависимости от индивидуальных потребностей и здоровья каждой женщины, а также необходимости консультации с врачом для обеспечения безопасности и эффективности выбранной контрацепции. Статья подчеркивает разнообразие доступных опций и важность информированного выбора, что способствует улучшению качества жизни и здоровья женщин.

Введение: Контрацепция является важной частью репродуктивного здоровья женщин и мужчин. С развитием медицины и изменениями в обществе на протяжении последних десятилетий появились новые методы и технологии контрацепции. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) и различных исследований, примерно

60% женщин репродуктивного возраста (от 15 до 49 лет) по всему миру используют какой-либо метод контрацепции. Этот процент варьируется в зависимости от региона, уровня образования, культурных и религиозных факторов. В некоторых странах этот показатель может достигать 80-90%, тогда как в других он может быть значительно ниже из-за ограниченного доступа к методам контрацепции или социальных норм.

В данной статье мы рассмотрим современные методы контрацепции, их эффективность, преимущества и недостатки, а также новые разработки в этой области.

Традиционные методы контрацепции

Несмотря на появление новых технологий, традиционные методы контрацепции все еще широко используются. Они включают:

- Календарный метод: основан на отслеживании менструального цикла и определении "плодородных" и "неплодородных" дней. Эффективность данного метода составляет около 70–80%.

- Метод прерыванного полового акта: предполагает извлечение полового члена до эякуляции. Эффективность этого метода колеблется от 60 до 80%.

Оба метода являются малозатратными, но их эффективность зависит от точности и дисциплины их применения.

Гормональная контрацепция

Гормональные методы контрацепции, включая комбинированные оральные контрацептивы (КОК), мини-пили и гормональные инъекции, обладают высокой эффективностью (98–99%).

- Комбинированные оральные контрацептивы (КОК): содержат эстроген и прогестин. Они предотвращают овуляцию и изменяют слизистую матки. КОК также могут помочь в регулировании менструального цикла и уменьшении боли при менструации.

- Мини-пили: или минимальные дозированные оральные контрацептивы, представляют собой один из современных методов контрацепции, предназначенных для защиты от нежелательной беременности. Они содержат только один гормон — прогестин, без эстрогенов. Это делает мини-пили подходящим вариантом для женщин, у которых есть противопоказания к применению эстрогенов или кто предпочитает более натуральный подход к контролю рождаемости. Так как Мини-пили содержат только прогестин, который подавляет овуляцию, делает слизь шейки матки более вязкой и изменяет слизистую оболочку матки, что затрудняет имплантацию оплодотворенной яйцеклетки. Рекомендуются для женщин, кормящих грудью, тех, кто страдает от мигреней, курит или имеет другие факторы риска, связанные с использованием комбинированных оральных контрацептивов. Мини-пили принимаются ежедневно в одно и то же время. Пропуск приема может снизить их эффективность, поэтому строгое соблюдение режима очень важно. При правильном использовании мини-пили могут быть очень эффективными, с уровнем защиты от беременности до 99%. Однако с учетом вероятности пропуска дозы эффективность может снизиться до 91%. Возможны побочные эффекты, такие как нерегулярные менструации, головная боль, тошнота и увеличение веса, хотя большинство женщин хорошо переносят этот метод. Несмотря на свою безопасность и эффективность, уровень информированности о мини-пилях и доступность этих средств

могут варьироваться, что подчеркивает необходимость образовательной работы среди женщин репродуктивного возраста.

Мини-пили предлагают женщине гибкий и безопасный метод контроля над рождаемостью, при этом отличаются хорошей переносимостью и низким риском серьезных побочных эффектов. Важно, чтобы женщины получали достаточно информации о доступных методах контрацепции и могли делать осознанный выбор, учитывающий их здоровье и образ жизни.

- Гормональные инъекции (например, Депо-Провера): обеспечивают защиту от беременности на срок до 3 месяцев. Препарат вводится инъекционно (обычно в мышцу) раз в три месяца, что обеспечивает его эффективность на протяжении трех месяцев после одной инъекции. Механизм действия: подавляет овуляцию (не позволяет яичникам выпустить яйцеклетку), увеличивает вязкость цервикальной слизи, что препятствует проникновению сперматозоидов в матку, изменяет слизистую оболочку матки, снижая вероятность имплантации оплодотворенной яйцеклетки. Депо-Провера может быть рекомендована для женщин, у которых есть противопоказания к использованию комбинации эстрогенов и прогестинов, для кормящих матерей или для тех, кто ищет надежный метод контрацепции с длительным действием.

Эти методы требуют минимум вмешательства и часто используются женщинами, которые не хотят помнить о ежедневном приеме таблеток.

Внутриматочные средства (ВМС)

Внутриматочные средства – это устройства, вводимые в матку для предотвращения беременности. Существуют два основных типа:

- Медные ВМС: предотвращают оплодотворение спермы. Эффективность составляет более 99%. Они могут оставаться в матке до 10 лет.

- Гормональные ВМС (например, Мирена): выделяют гормон прогестин, что также предотвращает оплодотворение. Эффективны до 5 лет и могут улучшать симптомы дисменореи.

Имплантаты – это небольшие стержни, содержащие гормоны, вводимые под кожу плеча. Они выделяют прогестин и обеспечивают защиту от беременности до 3 лет. Эффективность составляет более 99%. Имплантаты являются удобным методом, поскольку требуют минимального вмешательства после установки.

Непрерывная гормональная контрацепция

Совсем недавно появились препараты, позволяющие вести непрерывную гормональную терапию без промежутков на менструацию. Это может быть удобно для женщин, испытывающих серьезные симптомы предменструального синдрома (ПМС) или дисменореи. Такие методы могут значительно улучшить качество жизни.

Новые технологии. Среди новых разработок можно отметить:

- Контрацептивные таблетки с календарным напоминанием: приложения, которые помогают женщинам отслеживать цикл и напоминать о приеме таблеток.

- Черезкожные пластыри: обеспечивают гибкую вакцинацию и вышедшую в культуру методологию.

-Вагинальные кольца: такие как НоваРинг, которые обеспечивают контроль над уровнями гормонов и могут использоваться до 3 недель.

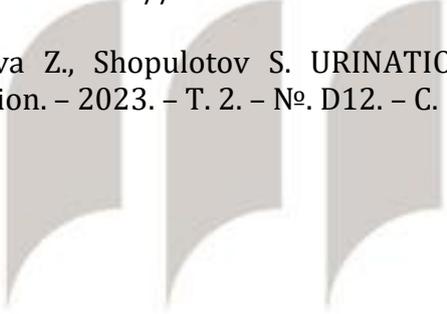
- Контрацептивные микрочипы: на стадии разработки. Эти устройства могут быть установлены под кожу и автоматически выделяют гормоны в течение длительного времени.

Заключение. Современные методы контрацепции предлагают широкий выбор средств для предотвращения нежелательной беременности. Женщины и пары имеют возможность выбирать, основываясь на своих потребностях и образе жизни. Однако прежде чем принимать решение, рекомендуется проконсультироваться с врачом, чтобы выбрать наиболее подходящий и безопасный метод, учитывающий индивидуальные особенности здоровья.

Список использованных литератур:

1. Андреева Е. Н., Шереметьева Е. В., Прилепская В. Н. Национальные медицинские критерии приемлемости методов контрацепции 2023: фокус на сохранение репродуктивного здоровья женщин //Гинекология. – 2023. – Т. 25. – №. 2. – С. 124-132.
2. Мирзакаримова С. А. ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ЖЕНЩИН РЕПРОДУКТИВНОГО ВОЗРАСТА, СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ //PEDAGOGS. – 2023. – Т. 46. – №. 2. – С. 4-7.
3. Назарова Н. М. и др. Практические аспекты консультирования и выбор метода контрацепции //Медицинский оппонент. – 2020. – №. 3. – С. 42-45.
4. Негмаджанов Б. Б., Насимова Н. Р., Жалолова И. А. РОЛЬ ЭСТРОГЕННОГО ДЕФИЦИТА В РАЗВИТИИ И ПРОГРЕССИРОВАНИИ ПРОЛАПСА ГЕНИТАЛИЙ //ЖУРНАЛ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ И УРО-НЕФРОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ. – 2023. – Т. 4. – №. 3.
5. Насимова Н. Р. и др. СЕКСУАЛЬНАЯ ФУНКЦИЯ У ЖЕНЩИН В ПЕРИОД ОПЕРАТИВНОГО ЛЕЧЕНИЯ ТАЗОВОГО ПРОЛАПСА //O'ZBEKISTONDA FANLARARO INNOVATSIYALAR VA ILMIY TADQIQOTLAR JURNALI. – 2023. – Т. 2. – №. 16. – С. 744-752.
6. Насимова Н. Р. СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД НА ХИРУРГИЧЕСКОЕ ЛЕЧЕНИЕ У ЖЕНЩИН С ПРОЛАПСОМ ТАЗОВЫХ ОРГАНОВ //ЖУРНАЛ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ И УРО-НЕФРОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЙ. – 2023. – Т. 4. – №. 3.
7. Насимова Н. Р. и др. ЖИНСИЙ ОРГАНЛАРНИНГ ПРОЛАПСИ БУЛГАН АЁЛЛАРДА ОПЕРАЦИЯДАН ОЛДИН ВА КЕЙИН МИКРОБИОЦИНОЗ ХОЛАТИНИ ЯХШИЛАШ //Евразийский журнал академических исследований. – 2021. – Т. 1. – №. 9. – С. 861-864.
8. Прилепская В. Н. и др. Новые национальные медицинские критерии приемлемости методов контрацепции (2022): вклад в охрану репродуктивного здоровья женщин //Акушерство и гинекология: Новости. Мнения. Обучения. – 2022. – Т. 10. – №. 4 (38). – С. 53-60.
9. Пулатов У., Нематуллаев Ж., Шопулотова З. ОСТРЫЕ РЕСПИРАТОРНЫЕ ВИРУСНЫЕ ИНФЕКЦИИ: СИМПТОМЫ, ЛЕЧЕНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2024. – Т. 4. – №. 5. – С. 269-273.
10. Сухих Г. Т. и др. Обзор национальных медицинских критериев приемлемости методов контрацепции 2023 года //Вестник репродуктивного здоровья. – 2024. – Т. 3. – №. 1. – С. 9-67.
11. Тезиков Ю. В., Липатов И. С. Плацентарная недостаточность. – 2014.

12. Шаматов И., Шопулотова З. ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ОТОЛАРИНГОЛОГИИ //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2024. – Т. 4. – №. 5. – С. 260-264.
13. Шопулотова З., Тоджиева Н. ИННОВАЦИИ В АКУШЕРСКОЙ ПРАКТИКЕ //Евразийский журнал медицинских и естественных наук. – 2024. – Т. 4. – №. 5. – С. 265-268.
14. Хромова М. И. выБОР Метода контРацепции СРеди Студенток СпБгпМу //Forcipe. – 2021. – Т. 4. – №. S1. – С. 105-105.
15. Khudoyarova D., Tursunov N., Shopulotova Z. DIFFERENTIAL DIAGNOSIS FOR SYMPTOMS OF ACUTE ABDOMEN IN WOMEN AT THE CURRENT LEVEL //Science and innovation. – 2023. – Т. 2. – №. D12. – С. 757-760.
16. Negmadjanov B. B. et al. Kesarcha kesish operatsiyasidan keyingi “nisha” simptomi va ikkilamchi berushtlik //Естественные науки в современном мире: теоретические и практические исследования. – 2022. – Т. 1. – №. 26. – С. 37-41.
17. Shamatov I., Shopulotova Z. THE EFFECTIVENESS OF ULTRASOUND NON-PUNCTURE TECHNOLOGY WITH ENDONASAL INTRADERMAL ANTIBIOTIC THERAPY IN THE TREATMENT OF CHRONIC PURULENT POLYSINUSITIS //Science and innovation. – 2024. – Т. 3. – №. D4. – С. 307-311.
18. Shopulotova Z., Kobilova Z., Shopulotov S. URINATION DISORDERS IN PREGNANT WOMEN //Science and innovation. – 2023. – Т. 2. – №. D12. – С. 774-777.



INNOVATIVE
ACADEMY