

KUNDERPLENIMI

Te hequrit dore ne menyre periodike

Keto menyra identifikojne periudhen pjellore te nje gruaje qe gjate ciklit menstrual zgjat pak a shume 6 dite. Duhet te hiqet dore nga marredhenjet seksuale ne ditet e identifikuara si pjellore.

Menyra te tilla nuk keshillohen per ate qe nuk i zbaton me shume kujdes.

Bashkimi seksual i nderprere

Bashkimi seksual i nderprere, domethene te hequrit jashte e penisit nga vagjina perpara derdhjes, mund te jete nje burim ankthi dhe te komprometoje qetesine e marredhenjes. Efektshmeria e tij eshte e ulet per arsye te ndryshme: nje sasi sperme mund te jete prodhuar gjate marredhenjes pa u vene re nga burri; jo gjithmone heqja jashte e penisit behet ne momentin e duhur; nganjehere gjate pergatitjes paraprake te marredhenjeve seksuale mund te ndodhe nje derdhjene afersi te organit gjenital te femres.

Prezervativi

Prezervativi eshte nje lloj pengese si nje kapuc qe vendoset mbi penis ne ereksion pak perpara marredhenjes seksuale. Eshte mire te dihet se nga te gjitha menyrat e kunderpllenimit, prezervativi eshte menyra e vetme qe mbron nga semundjet qe trasmetohen nepermjet marredhenjeve seksuale e nga ADS. Nganjehere per nje nga anetaret e çiftit kjo metode nuk eshte e pelqyeshme. Efektshmeria e kesaj metode varet nga aftesia e atij qe e perdor.

Mundesia qe prezervativi te demtohet gjate nje marredhenje seksuale eshte mjaft e larte.

Spiralja jomjekësore

Spiralet janë pajisje intrauterine që synojnë të krijojnë një ambient të pafavorshëm për implantimin e vezës. Spirals kanë një efikasitet të lartë kontrceptive, por mund të rrisë rrezikun

e infeksioneve dhe inflamacionet, gjithashtu spiralja nuk është e rekomanduar për ferma.

Kjo është 'një pajisje që duhet të vihet dhe të hiqen nga një mjek.

Kontracesioni hormonal

Kontracesioni hormonal është më i fuqishme, pasi është e bazuar në bllokimin e ovulacionit. Hormon është në gjendje të bllokoj prodhimin e vezes edhe hormonin progjestin, që përfshihet në të gjitha kontraktivët hormonal. Ka disa lloje të ndryshme kontraktivë hormonale, të cilat kombinojnë shuma të ndryshme të estrogjenit dhe progjestin-it, por ka edhe kontraktivë plotësisht pa estrogjen. Kontraktivët pa estrogjen kanë efikasitet të krahasueshme me ato të kombinuara me avantazhin për t'u përdorur nga gratë që nuk mund ose nuk duan të marrin estrogjenin, lidhur me estrogjenin efektet anësore nga ilaci.

Me pilulat që domosdoshmërisht duhet të merren nga goja dhe çdo ditë, sot ekzistojnë edhe metoda "jo pilulë", ose kontraktivë hormonale me metodat të ndryshme, të cilat nuk kërkojnë marrjen e përditshme dhe të anashkalojnë traktin gastrointestinal, duke shmangur rrezikun e problemeve të thithjes gastro-intestinale.

le të shohim:

- Kontracesioni shumëvjeçar (implantet, spirale që leshojnë hormon). Këto dy metoda të kontracesionit janë vetëm progjestogen, pastaj mund të përdoret për gratë në rrezik me marrjen e estrogjenit-progjestin: Rreziku kardiovaskularë, gji, migrenë, pirja e duhanit, diabeti (mund të jetë i nevojshëm në këto raste mbikqyrje mjekësore gjatë përdorimit, por mjeku juaj do të shpjegojë se çfarë të bëni).
- Kontracesioni mujore (Unaza vaginale: jo-metodë orale me dozë të ulët e përditshme të estrogjenit që janë dispozicion në treg).
- Kontracesioni javor (likoplasti transdermik).

Kontraktivët hormonale moderne çlirojnë një shumë të vogël hormonesh, kanë më pak efekte anësore, nuk ndërhyjnë me seksualitetin. Në vitet e fundit janë zbuluar pilula të reja me dozim të

ulët e estrogenit dhe progjestin, të lehta dhe më të durueshëm, derisa u arrit një pilulë krejtësisht pa estrogenit. Pilula pa estrogenit përmban vetëm progjestin dhe është i vetmi që rekomandohet si zgjedhja e parë për gratë që pinë duhan, në mbipeshë, me probleme kardiovaskulare dhe madje edhe gjatë laktacionit.

Kontraceptive hormonale zvogëlojnë: dhimbje gjatë ovulacionit dhe menstruacioneve; rrjedhja e menstruacioneve që në shumë raste shkaktojnë mirëqenien psikologjike që vjen nga jeta seksuale më e qetë dhe të kënaqshme.

Janë metodat të rikthyeshëm, duke lejuar një kthim në fertilitetin pas ndërprerjes së tyre. Përdorimi i tyre është i lehtë. Për një zgjedhje të informuar duhet të konsultoheni me gjinekologun tuaj ose këshilltarin familjar, duke kërkuar pa hezitim informata të dobishme, duke sqaruar dyshimet për të gjetur përgjigjen e përshtatshme për nevojat e tyre.

Kunderpilenimi i jashtezakonshem

Kunderpilenimi i jashtezakonshem zbatohet duke përdorur një nga dy ilaçet që janë në treg të autorizuar për këtë qëllim ("pilula e ditës tjetër").

Nuk bëhet fjale për një kunderpilenim "të rregullt", por duhet të konsiderohet si një sistem "i jashtezakonshem" dhe jo si parandalim.

Kunderpilenimi i jashtezakonshem duhet përdorur sa më shpejt të jete e mundur (Brenda një maksimumi prej 72 ose 120 orë nga raporti dhe në varësi të ilacit të përdorur)..

Efektshmëria e kësaj metode, për t'u përdorur vetëm në raste ekstreme, është e lartë por jo absolute; Ilaci i fundit që hyri në tregti është tre herë më efektive nëse merret brenda 24 orëve të para, dhe dy herë më efektive nëse merren brenda 72 orëve. Kjo nuk do të thotë se ne nuk e rekomandojmë përdorimin rutinë. Efektiviteti i saj është më i madh sa më shpejt që të përdoret.

Duket e sigurtë se këto dy ilace nëse mirret me periudhën afër ovulacionit, janë gjëndje të pengojë evolucionin natyral të saj (efekti kontraktiv).

Nuk duket në gjëndje të shkaktojë abortimin e një embrioni të zene ose ndryshime në ngarkesën e saj.

Ne rast se deshirohet te perdoret kunderpllenimi i jashtezakonshem, per receten duhet te drejtohenine:

- konsultoren familiare
- gjinekologu i besimit
- Ndhimen e Shpejte te Spitalit
- Sherbimin e Rojes Mjekesore.

Ky material nuk kapër qëllim në asnjë mënyrë, qoftë drejtpërdrejt ose tërthorazi, të përshkruaje ose të zëvendësojë trajtime teraupetike, të cilat mbeten përgjegjësi e mjekut kurues. Informacionet që gjinden në këtë botim nuk mund të zëvendësojë kujdesin e një mjeku, prandaj është e nevojshme konsultimi me mjekun para se të ndërmerri çdo lloj ndryshimi të stilit të jetesës.