მოდული 10: გადაუდებელი კონტრაცეპცია

მიზანი: ამ მოდულის ბოლოს მსმენელებს შეეძლებათ:

1. განმარტონ გადაუდებელი კონტრაცეპცია და მისი მიზანი
2. ჩამოთვალონ /აღწერონ კონტრაცეპტული Aაბები, რომლებიც შეიძლება გოყენებულ იქნას გადაუდებელი კონტრაცეპციისათვის; მოქმედების მექანიზმი და ეფექტურობა
3. ახსნან, თუ როდის შეუძლია ქალს დაიწყოს კონტრაცეპციის სხვა ხანგრძლივი მეთოდის გამოყენება გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების შემდეგ

განსაზღვრული დრო: 40 წთ.

სწავლების მეთოდები:
- ლექცია
- დიდი ჯგუფური დისკუსია

საჭირო მასალები:
<u>ფლიპპლაკატი:</u>
- სესიის მიზნები

<u>მონაწილის სახელმძღვანელო</u>
- გადაუდებელი კონტრაცეპცია

<u>სხვა:</u>
- კითხვები და შეკითხვების მოსათავსებელი ტომარა ან ყუთი

I. გადაუდებელი კონტრაცეპცია: განმარტება და მიზანი (10 წთ)

მსმენელებთან ერთად განიხილეთ სესიის მიზნები.

დაიწყეთ სესია შემდეგი განმარტებით: მიუხედაბად იმისა, რომ არსებობს კონტრაცეპციის მრავალი ეფექტური მეთოდი ქალები/წყვილები მათ ხშირად არ იყენებენ. Mზოგიერთ შემთხვევაში წყვილი ქალი/წყვილი იყენებს კონტრაცეპციას მაგრამ ის წარუმატებლად მთავრდება. ქალებმა, რომლებსაც ქონდათ დაუცველი სქესობრივი კავშირი და არ სურთ რომ დაორსულდნენ, შეიძლება გამოიყენონ გადაუდებელი კონგტრაცეპცია.

ჰკითხეთ მონაწილეებს:

» რას ნიშნავს გადაუდებელი კონტრაცეპცია?

» რა არის გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების მიზეზები?

გადაუდებელი კონტრაცეპცია არის კონტრაცეფციის ჰორმონალური მეთოდი, რომლის გამოყენებაც შეიძლება დაუცველი სქესობრივი კავშირის შემდეგ ორსულობის თავიდან აცილების მიზნით. გადაუდებელი კონტრაცეპციას ზოგჯერ ეძახიან ,,დილის შემდეგ" ან ,,პოსტკოიტალურ" კონტრაცეპციას.
თერმინი "გადაუდებელი კონტრაცეპცია" გამოხატავს მის მნიშვნელობას, და გადაუდებელი კონტრაცეპციის როგორც ხანგრძლივი კონტრაცეპტული მეთოდის გამოყენება არ შეიძლება.

გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების მიზეზები:

- ქალი არ ელოდა სქესობრივი კავშირს და არ გამოუყენებია კონტრაცეპცია
- სქესობრივი ძალადობა
- კონდომის მთლიანობის დარღვევა ან ჩამოცოცება
- სამი ან მეტი კოკ-ის აბების გამოტოვება და აღნიშნულ შემთხვევაში კონდომის ან სპერმიციდების არ გამოყენება
- პროგესტინის შემცველი კონტრაცეპტული ინექციის გაკეთება ორ კვირაზე მეტი დაგვიანებით

II. გადაუდებელი კონტრაცეპცია: დოზა, დრო, Mმოქმედების მექანიზმი და ეფექტურობა (20წ)

წარმოადგინეთ მინი-ლექცია:

» რა არის მოქმედების მექანიზმი?
» რა სახის აბები უნდა იქნას გამოყენებული გადაუდებელი კონტრაცეპციისათვის
- როდის უნდა მიიღოს?
» რამდენად ეფექტურია გადაუდებელი კონტრაცეპცია?

- **მხოლოდ ლევონორგესტრელის რეჟიმი**

აბები, რომლებიც შეიცავს პროგესტინს - ლევონორგესტრელს (მხოლოდ ლევონორგესტრელის შემცველი აბები) – 0.75 მგ ლევონორგესტრელი (ან 1.5 მგ ნორგესტრელი), რომელიც უნდა მიიღონ, რაც შეიძლება მალე დაუცველი სქესობრივი კავშირის შემდეგ. ყველაზე ოპტიმალური დროა 72 საათის განმავლობაში. Eეს დოზა მეორედ უნდა იქნას მიღებული პირველი დოზიდან 12 საათის გასვლის შემდეგ.

- **კომბინირებული ორალური კონტრაცეპტივების რეჟიმი**

აბები, რომლებიც შეიცავს პროგესტინის (ლევონორგესტრელი ან ნორგესტრელი) და ესტროგენის (ეთინილ ესტრადიოლი) კომბინაციას, ანუ კომბინირებული ორალური კონტრაცეპტივები (კოკ) – 100 მკგ ეთინილ ესტრადიოლს დამატებული 0.5 მგ ლევონორგესტრელი (ან 1.0 მგ ნორგესტრელი).

პრეპარატი რაც შეიძლება მალე უნდა იქნეს მიღებული დაუცველი სქესობრივი კავშირის შემდეგ. მაგრამ, ყველაზე ოპტიმალური დროა 72 საათის განმავლობაში. E12 საათის გასვლის შემდეგ, იგივე დოზა მეორედ უნდა იქნეს მიღებული.

ორივე რეჟიმი ხელმისაწვდომია ბევრ ადგილას და ზოგიერთი პრეპარატი სპეციალურად ნაჩვენებია გადაუდებელი კონტრაცეპციისათვის. თუმცა, გადაუდებელი კონტრაცეპციისათვის შესაძლებელია გამოყენებული იქნას ჩვეულებრივი კომბინირებული ორალური კონტრაცეპტივებიც (კოკ).

მოქმედების მექანიზმი

გადაუდებელი კონტრაცეპტული აბების მოქმედების ზუსტი მექანიზმი არ არის ცნობილი. მოქმედების ზუსტი მექანიზმი შეიძლება დამოკიდებული იყოს იმ დროზე, თუ როდის ჰქონდა ქალს დაუცველი სქესობრივი კავშირი მენსტრუალური ციკლის განმავლობაში და როდის იყენებს გადუდებელ კონტრაცეპციას

მოქმედების მექანიზმია:

- საშვილოსნოს ყელის ლორწოში სპერმატოზოიდის მოძრაობაზე გავლენის მოხდენით
- სპერმატოზოიდის, კვერცხუჯრედის ან ემბრიონის გადაადგილების შეცვლით.
- ყვითელი სხეულის ფუნქციის შეფერხებით
- განაყოფიერების აცილებით.
- იმპლანტაციის შეფერხებით.

გადაუდებელი კონტრაცეპცია მოქმედებს როგორც ნამდვილი კონტრაცეპტივები და ხელს არ უშლის უკვე არსებულ ორსულობას. გადაუდებელი კონტრაცეპცია არ იწვევს თვითნებით აბორტს

ეფექტურობა

მხოლოდ ლევონორგესტრელის რეჟიმი ამცირებს ორსულობის რისკს დაახლოებით 85%-ით ერთი სქესობრივი კავშირის შემდეგ. კომბინირებული ორალური კონტრაცეპტივების გამოყენება ამცირებს ორსულობის რისკს დაახლოებით 74% –ით.

ორივე რეჟიმი გაცილებით უფრო ეფექტურია მათი სქესობრივი აქტის შემდეგ დროულად გამოყენების შემთხვევაში. აბები რაც შეიძლება მალე უნდა იყოს მიღებული დაუცველი სქესობრივი კავშირის შემდეგ, რადგანაც ორივე რეჟიმის ეფექტურობა მნიშვნელოვნად მცირდება დროის გასვლასთან ერთად.

III. შემდგომი კონტრაცეპცია (5წ)

აუხსენით მონაწილეებს, რომ გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების შემდეგ მთავარია, რომ ქალმა გააგრძელოს შემდგომ ეფექტური, ხანგრძლივი კონტრაცეპციით.

ჰკითხეთ ჯგუფს:

» გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების შემდეგ როდის შეუძლია ქალმა დაიწყოს სხვა ხანგრძლივი კონტრაცეპციის მეთოდი?

ვინაიდან გადაუდებელი კონტრაცეპცია არ წარმოადგენს ხანგრძლივად გამოსაყენებელ მეთოდს მნიშვნელოვანია, რომ გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების შემდეგ ქალი გადავიდეს სხვა კონტრაცეპციის მეთოდზე. მეთოდების უმრავლესობა შესაძლებელია გამოყენებული იქნას გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების დამთავრების თანავე:

- კონდომები და სპერმიციდები დაუყოვნებლივ
- კოკ: პირველი აბი უნდა მიიღოს გადაუდებელი კონტრაცეპციის გამოყენების დამთავრებიდან მეორე დღეს Dდა გამოიყენოს კონდომი შემდეგი 7 დღის განმავლობაში
- ინექციები და იმპლანტები: შესაძლებელია დაიწყოს გამოყენებაშემდეგი მენსტრულაური ციკლის პირველი 7 დღის განმავლობაში
- ქალებს, რომელთაც უნდათ გამოიყენონ ხანგრძლივი კონტრრაცეპციისთვის სშს შეუძლიათ ჩაიდგან ის დაუცველი სქესობრივი კავშირიდან პირველი5 დღის განმავლობაში
- წყვილებს, რომელთაც უნდათ რომ გამოიყენონ ფერტილურობის ცოდნაზე დამყარებული მეთოდები უნდა თავი შეიკავონ სქესობრივი კავშირიდან ან გამოიყენონ კონდომი პირველი ორი ციკლის განმავლობაში მანამ, სანამ მენსტრულაური ციკლი არ დარეგულირებდა.