

მოდული 9: საშვილოსნოსშიგა საშუალება (სშს)

ამოცანები: მოდულის ბოლოს მონაწილეებს უნდა შეეძლოთ:

1. სშს და მისი, როგორც ოჯახის დაგეგმვის მეთოდის ეფექტურობის შეფასება; ტიპების ჩამოთვლა;
2. სშს მოქმედების მექანიზმის ახსნა;
3. სშს მთავარი დადებითი და უარყოფითი მხარეების ჩამოთვლა
4. იმ მდგომარეობათა განმარტება, რომლებიც მოითხოვს სიფრთხილის ზომების დაცვას სშს გამოყენებისას;
5. სშს ძირითადი გვერდითი მოვლენების მართვის აღწერა;

განსაზღვრული დრო: 1 საათი

ტრენინგის მეთოდები:

- ლექცია – პრეზენტაცია
- დისკუსია დიდ ჯგუფში
- მუშაობა მცირე ჯგუფებში

საჭირო მასალები:

სალექციო პლაკატები:

- სესიის ამოცანები

მონაწილის სახელმძღვანელო:

- საშვილოსნოსშიგა საშუალება

I _ IV საშვილოსნოსშიგა საშუალება (30 წუთი)

განიხილეთ სესიის ამოცანები ტრენინგის მონაწილეებთან ერთად. დაიწყეთ სესია იმის ახსნით, რომ საშვილოსნოსშიგა საშუალების კონცეფცია ცნობილია უკვე მრავალი თაობის მანძილზე.

დღეისათვის მსოფლიოში სშს მრავალი ტიპი არსებობს. ისინი სხვადასხვა მასალისგან მზადდება და ზოგი მათგანი ჰორმონებსაც კი შეიცავს.

ჰკითხეთ ჯგუფს:

- როგორ დაახასიათებდით სშს? რამდენად ეფექტურია იგი ორსულობის პრევენციის თვალსაზრისით?
- სშს რა ტიპებია ხელმისაწვდომი საქართველოში?
- რაში მდგომარეობს სპირალის მოქმედების მექანიზმი?

მომზადებულია ამერიკის შეერთებული შტატების საერთაშორისო განვითარების სააგენტოს (USAID) კავკასიის რეგიონალური ოფისის ფინანსური მხარდაჭერით (კონტრაქტი 114-A-00-03-00157-00) და ჯონ სნოუს კვლევისა და სწავლების ინსტიტუტის (JSI Research & Training Institute, Inc.) ურთიერთთანამშრომლობით

შენიშვნა: ჩამოწერეთ პლაკატზე სშს თანამედროვე ტიპები.

- სშს არის პატარა დრეკადი მოწყობილობა, რომელიც ჩვეულებრივ მზადდება პლასტმასის, ან პლასტმასისა და სპილენძისგან და თავსდება საშვილოსნოს ღრუში. ის ერთ-ერთი ყველაზე ეფექტური კონტრაცეპტივაა. ორსულობის სიხშირე სპირალის სხვადასხვა ტიპებისთვის მერყეობს <1–დან 3-მდე 100 ქალზე წელიწადში.
- **სშს ძირითად ტიპებს მიეკუთვნება:**
 - **სპილენძის:** სპილენძის T 380 A (TCu 380 A), ნოვა T[®] და მულტილოუდ 375;
 - **პროგესტინის:** პროგესტასერტი და ლევონოვა (ლნგ – 20);
 - **ინერტული:** ლიპეს მარყუჟი[®]
 - **საქართველოში ხელმისაწვდომი:** სპილენძის T 380 A, პრეგნა, მულტილოუდ 375;
- მოქმედების მექანიზმი:
 - ხელს უშლის სპერმის მოძრაობას საშვილოსნოს ღრუში (სპილენძის);
 - ხელს უშლის რეპროდუქციულ პროცესს, **სანამ** კვერცხუჯრედი მიაღწევს საშვილოსნოს ღრუს (სპილენძის);
 - ასქელებს საშვილოსნოს ყელის ლორწოს (პროგესტინის);
 - ცვლის ენდომეტრიულ გარსს (პროგესტინის).

ჰკითხეთ მონაწილეებს:

- რა არის სშს დადებითი და უარყოფითი მხარეები?

დადებითი მხარეები:

- მაღალი ეფექტურობა;
- დაუყოვნებელი ეფექტი;
- უსაფრთხოა ქალების უმრავლესობისათვის, რომლებიც არ იმყოფებიან სქესობრივი გზით გადამდები დაავადებების და შიდსის რისკის წინაშე;
- შექცევადი და ეკონომიური;
- უსაფრთხოდ შეიძლება გამოიყენონ მეძუძურმა და ახალნაშობიარემა ქალებმა;
- კარგი არჩევანია უფროსი ასაკის ქალებისათვის, რომლებმაც სიფრთხილით უნდა გამოიყენონ კომბინირებული ორალური კონტრაცეპტივები;
- ხანგრძლივი გამოყენება (თორმეტ წლამდე, TCu 380 A-ს შემთხვევაში);
- ჩადგმისთვის საკმარისია ერთი ვიზიტი; ჩადგმიდან 3–6 კვირაში განხორციელებული პირველი შემოწმების შემდეგ კი – მხოლოდ მინიმალური მეთვალყურეობა (თუ პაციენტს პრობლემები არ აღენიშნება);
- პაციენტს არაფრის გამოყენება არ სჭირდება სქესობრივი კავშირისას; ეს ხელს უწყობს ინტიმურობას და საშუალებას აძლევს, აკონტროლოს საკუთარი ფერტილურობა.

არაკონტრაცეფციული სარგებლობა

- ამცირებს მენსტრუალურ ტკივილებს (მხოლოდ პროგესტინის);
- ამცირებს მენსტრუალურ სისხლდენას (მხოლოდ პროგესტინის);

- ამცირებს საშვილოსნოსგარე ორსულობის რისკს.

უარყოფითი მხარეები

- შესაძლებელია ინფექციის შეჭრა ჩადგმისას, თუ არ მოხდა ინფექციის პრევენცია;
- აუცილებელია შესაბამისად ტრენირებული პირი;
- ჩადგმისას აღინიშნება მცირეოდენი ტკივილი და სისხლდენა;
- შეიძლება თავისთავად გამოვარდეს;
- იშვიათად (< 1/1000 შემთხვევაში) შესაძლებელია ჩადგმის დროს საშვილოსნოს პერფორაცია;
- პირველი სამი თვის განმავლობაში საკმაოდ ხშირია მენსტრუაციის გაძლიერება/გახანგრძლივება, ტკივილის გაძლიერება, სისხლდენა/სისხლიანი გამონადენი, რაც ზოგიერთ ქალში შეიძლება გარკვეული ხარისხით შემდეგაც გაგრძელდეს;
- არ იცავს საკვერცხის და ენდომეტრიული კიბოსგან (განსხვავებით კომბინირებული ორალური კონტრაცეპტივებისგან) და საშვილოსნოს ყელის კიბოსგან (განსხვავებით ბარიერული მეთოდებისგან);
- მძიმე გართულების შემთხვევაში აუცილებელია დაუყოვნებელი სამედიცინო რეაგირება და მომსახურების მაღალი დონე;
- არ იცავს სქესობრივი გზით გადაამდები დაავადებების/შიდსისგან.

კითხეთ ჯგუფს:

- ვინ არიან შესაფერისი კანდიდატები სშს გამოყენებისთვის?

შენიშვნა: ჩამოწერეთ მონაწილეთა პასუხები სალექციო პლაკატზე

- რეპროდუქციული ასაკის ქალები, მიუხედავად მშობიარობათა რაოდენობისა, რომელთაც სურთ ძალიან ეფექტური, ხანგრძლივი კონტრაცეფცია, რომელიც არ მოითხოვს ყოველდღიურ ქმედებას;
- ქალები, რომელთაც წარსულში წარმატებით გამოუყენებიათ სპირალი;
- მეძუძური დედები, რომელთაც კონტრაცეფცია ესაჭიროებათ;
- ახალნაშობიარევი ქალები, რომლებიც ძუძუთი არ კვებავენ ბავშვს;
- ქალები აბორტის შემდგომ, რომელთაც არ აღენიშნებათ მცირე მენჯის ღრუს ინფექციის ნიშნები (შეიძლება ჩაიდგას დაუყოვნებლივ);
- ქალები, რომლებიც არ დგანან სქესობრივი გზით გადაამდები დაავადებების მაღალი რისკის წინაშე;
- ქალები, რომელთაც ავიწყდებათ ტაბლეტების ყოველდღიური მიღება;
- ქალები, რომელთაც ურჩევნიათ, არ გამოიყენონ ჰორმონული მეთოდები, ან არ ურჩევენ მათ გამოყენებას (მაგ. 35 წელზე უფროსი ასაკის მწვეველები).

V. მდგომარეობები, რომლებიც სიფრთხილის ზომების დაცვას მოითხოვს (10 წუთი)

თხოვეთ ჯგუფს, ყურადღება მიაქციონ დარიგებულ მასალას *სამედიცინო მიზანშეწონილობის კრიტერიუმები ჯანმო-ს მიხედვით* და ტრენინგის მონაწილის სახელმძღვანელოს *საშვილოსნოსშიდა საშუალება*, მე-4 - მე-6 გვერდებს: მდგომარეობები, რომლებიც სიფრთხილის ზომების დაცვას მოითხოვს სშს გამოყენებისას. განიხილეთ ეს მდგომარეობები ჯგუფთან ერთად, წახალისეთ დისკუსია და კითხვები.

VI. სშს გვერდითი მოვლენების მართვა (20 წ)

მიაპყროთ Y მონაწილეთა ყურადღება სახელმძღვანელოს *საშვილოსნოსშიდა საშუალება* მე-7-მე-8 გვერდებს: სშს გვერდითი მოვლენები და მათი მართვა და სხვა პრობლემების მართვა. თხოვეთ მონაწილეებს, წაიკითხონ და კომენტარი გაუკეთონ გვერდით მოვლენებს და პრობლემებს და მათ მართვას. ხაზი გაუსვით კონსულტირების მნიშვნელობას ქალისთვის, რომელსაც სურს განაგრძოს სშს გამოყენება და მის დარწმუნებას, რომ ეს გვერდითი მოვლენები ჩვეულებრივ არ არის საშიში ან საფრთხის მომასწავებელი.

დაუბრუნდით ზემოთ ნახსენებ მასალას და განყოფილებებს, რომლებიც შეეხება სერიოზული გვერდითი მოვლენებისა და გართულებების გამაფრთხილებელ ნიშნებს, როგორცაა:

- მენსტრუაციის დაგვიანება ორსულობის ნიშნებთან ერთად (გულისრევა, სარძევე ჯირკვლების მტკივნეულობა და ა.შ.) ან პათოლოგიური სისხლდენა ან სისხლიანი გამონადენი;
- მუდმივი ან მოვლითი ტკივილი მუცლის ქვემო ნაწილში, განსაკუთრებით, თუ მას თან ახლავს გულისრევა, ცხელება ან შემცივნება (შესაძლო ინფექცია მცირე მენჯის ღრუში);
- ძაფების არარსებობა, ან ძაფების შემოწმებისას სპირალის პლასტმასის ბოლოს მოსინჯვა;
- ინფექცია (ნებისმიერი სქესობრივი გზით გადამდები დაავადება), პათოლოგიური გამონადენი. პაციენტის ან მისი პარტნიორის მიერ სქესობრივი ურთიერთობის დაწყება სხვა პარტნიორთან.

ხაზი გაუსვით სშს სერიოზული გვერდითი მოვლენების და გართულებების გამაფრთხილებელ ნიშნებზე შესაბამისი რეაგირების მნიშვნელობას.