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

ოჯახის დაგეგმვა

მოდული 6: ბარიერული მეთოდები

მიზანი: ამ მოდულის ბოლოს მსმენელებს შეეძლებათ:

1. დაასახელონ პაციენტებისათვის ხელმისაწვდომი ორი ბარიერული მეთოდი;
2. დაახასითონ კონდომებისა და სპერმიციდების მოქმედების მექანიზმი და ეფექტურობა;
3. დაახასიათონ თითოეული ბარიერული მეთოდის უპირატესობანი და ნაკლოვანებები;
4. აღწერონ ბარიერული მეთოდების გამოყენებასთან დაკავშირებული ჩვენებები და ლოგიკურად ახსნან, თუ რატომ უნდა გამოიყენონ ისინი;
5. აღწერონ კონდომებსა და/ან სპერმიციდების გამოყენებასთან დაკავშირებული გვერდითი მოვლენები და მათი მართვა;
6. ჩამოთვალონ მითითებები პაციენტებისათვის კონდომებსა და სპერმიციდებს გამოსაყენებლად.

წინასწარ განსაზღვრული დრო: 2 საათი

სწავლების მეთოდები:
- დიდი ჯგუფური დისკუსია
- პატარა ჯგუფური დისკუსია
- ჩვენება

საჭირო მასალები:

<u>ფლიპპლაკატები:</u>
- სესიის მიზნები

<u>სახელმძღვანელო მსმენელთათვის:</u>
- ბარიერული მეთოდები

<u>ტრენერის დოკუმენტი:</u>
- <u>მითითებები დემონსტირებისათვის</u>

<u>სხვა:</u>
- სასქესო ასოს საჩვენებელი მოდელები (6)
- კონდომების ნიმუშები (თითო მსმენელისათვის თითო)
- სპერმიციდები
- მენჯის ღრუს საჩვენებელი მოდელები

I-II. ბარიერული მეთოდების შესავალი (40 წთ)

მსმენელებთან ერთად მიმოიხილეთ სესიის მიზნები.

დაიწყეთ სესიის ჩატარება იმის განმარტებით, რომ ყურადღებას გაამახვილებთ კონდომებსა და სპერმიციდებზე. თუმცა, სხვა ბარიერული მეთოდებიც არსებობს (ქალის კონდომები, დიაფრაგმები, ვაგინალური ღრუბელი და საშვილოსნოს ყელის ჩაჩები), ისინი მოხსენიებული იქნება ინტერესისათვის. Iისინი დეტალურად არ იქნება განხილული, რადგანაც ამჟამად არ არის იოლად ხელმისაწვდომი. აღნიშნულმა ტრეინინგმა უნდა მოამზადოს ექიმები იმისათვის, რათა მათ ხელმისაწვდომ მეთოდების გამოყენებასთან დაკავშირებული ხარისხიანი მომსახურება გაუწიონ პაციენტებს.

მიეცით კონდომი თქვენს მარჯვნივ მოყოფ მსმენელს და ჰკითხეთ, თუ რას ფიქრობს ან როგორია მისი რექცია ამ მეთოდის გამოყენებასთან დაკავშირებით. მაგ.:

- როგორ ფიქრობთ, კონდომები ეფექტურია?
- როგორ ფიქრობთ, ისინი საიმედოა?
- უწევთ თქვენს პაციენტებთან კონდომების გამოყენების პროპაგანდას?
- თქვენ თავად გამოიყენებდით კონდომებს?

მას შემდეგ, როდესაც პირველი ადამიანი გამოხატავს თავის თვალსაზრისს, ის გადასცემს კონდომს მეორე ადამიანს, რომელიც თავის შენიშვნებს გაუზიარებს მსმენელებს და კონდომს მესამე ადამიანს გადააწოდებს. გააგრძელეთ ასე მანამ, სანამ 6 მსმენელი არ გამოთქვამს თავანთ შეხედულებებს კონდომთან დაკავშირებით.

ჰკითხეთ ჯგუფს:

- როგორია მოქმედების მექანიზმი

- მამაკაცის კონდომის?
- სპერმიციდების?

<u>მამაკაცის კონდომი:</u>

- ხელს უშლის სპერმის შეღწევას ქალის რეპროდუქციულ ტრაქტში;
- ხელს უშლის ერთი პარტნიორიდან მეორეზე მიკროორგანიზმების (გენიტალური ტრაქტის ინფექციებისა და სხვა სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციების) გადადებას (მხოლოდ ლატექსისა და ვინილის კონდომები); ბუნებრივი (ცხოველური პროდუქტებისაგან დამზადებული) კონდომები არ უზრუნველყოფს ასეთ დაცვას;
- ზოგიერთი კონდომი შეიძლება დაფარული იყოს სპერმიციდით დამატებითი დაცვის მიზნით.

<u>სპერმიციდები:</u>

- სპერმიციდი იწვევს სპერმატოზიოდის უჯრედის მემბრანის დაზიანებას, რაც

ამცირებს სპერმატოზიოდების მოძრაობას (მობილობას) და მის უნარს, რომ კვერხუჯრედი გაანაყოფიეროს.

დაყავით მსმენელები პატარა ჯგუფებად.

- თხოვეთ ერთ ჯგუფს, რომ განიხილონ და წარმოადგინონ:
  - კონდომების ეფექტურობა
  - ფაქტორები, რომლებიც გავლენას ახდენს კონდომების ეფექტურობაზე
- თხოვეთ მეორე ჯგუფს, რომ განიხილონ და წარმოადგინონ:
  - სპერმიციდების ეფექტურობა
  - ფაქტორები, რომლებიც გავლენას ახდენს სპერმიციდების ეფექტურობაზე

პასუხები ჩამოწერეთ ფლიპდაფაზე. საჭიროების მიხედვით შეავსეთ ფაქტორების ჩამონათვალი.

- **მეთოდის არაეფექტურობის მაჩვენებელი** მათთან დაკავშირებით, რომლებიც *სწორად იყენებენ კონდომებს*, არის 3%, *ტიპიურ გამომყენებლებში* კი – დაახლოებით 12%

კონდომების ეფექტურობაზე დიდ გავლენას ახდენს შემდეგი:

- კონდომის გამოყენება სპერმიციდთან ერთად;
- კონდომის გამოყენება ყოველი სქესობრივი აქტის დროს;
- კონდომის სწორად გამოყენების პრინციპები:
  - შეამოწმეთ კონდომის შეკვრაზე მითითებული ვადის გასვლის თარიღი. Aარ გამოიყენოთ ვადაგასული კონდომები;
  - არ გამოიყენოთ კონდომი, თუ შეკვრაზე ახსნილია ლუქი ან თუ კონდომი მშრალი და არაელასტიურია;
  - გამოიყენეთ სანდო მწარმოებლის მიერ გამოშვებული კონდომები;
  - ნუ შეინახავთ კონდომებს მაღალ ტემპერატურაზე და მოარიდეთ მზის სხივებს (ნუ შეინახავთ უკანა ჯიბეში ჩადებულ საფულეში);
  - გამოიყენეთ გაპოხილი კონდომები ან სპერმიციდები. არ გამოიყენოთ მინერალური ან ბოსტნეული ზეთები; მათ შეიძლება გაათხელონ ლატექსი ხუთ წუთში ან უფრო ნაკლებ დროში;
  - ფრთხილად იყავით, რომ ბეჭდებმა და/ან ფრჩხილებმა არ გახიოს კონდომი;
  - გაიკეთეთ კონდომი ერეგირებულ ასოზე ყოველი სქესობრივი კავშირის დამყარებამდე;
  - გაიკეთეთ კონდომი ისე, რომ დახვეული რგოლი იყოს სხეულიდან

მოცილებული ისე, რომ სასქესო ასოზე ჩამოიცვათ;
- ჩამოიცვით კონდომი სასქესო ასოზე. არ გაშალოთ ის ჩამოცმამდე, რადგან გაიწელება და დასუსტდება, როცა გამოწევთ გაშლილ კონდომს ჩამოსაცმელად;
- ხელით დაიკავეთ კონდომის რგოლი სასქესო ასოს საშოდან გამოღებისას, რადგან არ დაიღვაროს/ არ გამოჟონოს სპერმამ.

სპარმიციდები საკმაოდ ეფექტურია, როდესაც მუდმივად და სწორად გამოიყენება.
- **ტიპიურ მომხმარებლებში** ორსულობის მაჩვენებელი წელიწადში შეადგენს 21%-ს
- **სწორად მომხმარებლებში** ორსულობის მაჩვენებელი წელიწადში შეადგენს 6%-ს
- კონდომთან ერთად გამოყენება აუმჯობესებს ორივე მეთოდის ეფეტურობას

სპერმიციდების ეფექტურობაზე დიდ გავლენას ახდენს შემდეგი:
- ამ მეთოდით სარგებლობა ყოველი სქესობრივი კავშირის დროს, მეთოდის გამოყენება სქესობრივი კავშირის დაწყებამდე;
- მეთოდის სწორი გამოყენება;
- გარკვეული დროის განმავლობაში დაცდა ზოგიერთი სპერმიციდის აქტივაციის/ გალღობისათვის;
- სპერმიციდების კვლავ გამოყენება სხვა სქესობრივი კავშირისას;
- გამოყენების შემდეგ ამ საშუალების თავის ადგილზე დატოვება გარკვეული დროის განმავლობაში.

უთხარით მონაწილეებს:
- წყვილები, რომლებიც რეგულარულად იყენებენ კონდომებს და წყვილები, რომლებიც დიდად მოტივირებული არიან თავიდან აიცილონ ორსულობა, უფრო სწორად და ყოველი სქესობრივი აქტის დროს იყენებენ კონდომებს და ნაკლებად წარუმატებლები არიან.
- როდესაც ურჩევთ ახალგაზრდა პაციენტებს და იმათ, რომლებსაც მრავალი პარტნიორი ჰყავთ, გამოიყენონ კონდომები სქესობრივი გზით გადამდები ინფექციებისაგან თავდასაცავად, მნიშვნელოვანია, რომ მათ უჩვენოთ, თუ როგორ უნდა გამოიყენონ კონდომი სწორად, რათა შეძლონ მისი ეფექტურად მოხმარება.

III-V. კონდომებისა და სპერმიციდების უპირატესობანი და ნაკლოვანებები; პაციენტები, რომელთათვისაც მისაღებია კონდომები და/ან სპერმიციდები; გვერდითი მოვლენების მართვა (40 წთ.)

დაყავით მსმენელები 6 პატარა ჯგუფად. თითოეულ ჯგუფს მიეცით ქვემოთ მოცემულ თემათაგან ერთ-ერთი, რათა მოამზადონ და შემდეგ დიდ ჯგუფს წარუდგინონ:
- I ჯგუფი: მამაკაცის კონდომის უპირატესობანი და ნაკლოვანებები
- II ჯგუფი: სპერმიციდების უპირატესობანი და ნაკლოვანებები

- III ჯგუფი: პაციენტები, რომელთათვისაც მისაღებია მამაკაცის კონდომების გამოყენება
- IV ჯგუფი: პაციენტები, რომელთათვისაც მისაღებია სპერმიციდების გამოყენება
- V ჯგუფი: კონდომის გამოყენებასთან დაკავშირებული გვერდითი მოვლენებისა და სხვა პრობლემების მართვა
- VI ჯგუფი: სპერმიციდების გამოყენებასთან დაკავშირებული გვერდითი მოვლენებისა და სხვა პრობლემების მართვა

ჯგუფებს მიეცით დაახლოებით 10 წუთი იმისათვის, რომ მოემზადონ დავალების წარმოსადგენად.

თხოვეთ თითოეულ ჯგუფს, წარმოადგინოს თავისი თემა.

ხელი შეუწყვეთ დისკუსიის წარმართვას, რათა საჭიროების შემთხვევაში განმარტებულ იქნეს რიგი საკითხები.

მსმენელებს ყურადღება გაამახვილებინეთ მსმენელთა სახელმძღვანელოს *ბარიერული მეთოდები-ს* შესაბამის ნაწილებზე და აღნიშნეთ ნებისმიერი მნიშვნელოვანი საკითხი, რომელიც მიცემული თემის პრეზენტაციის დროს გამორჩათ.

VI. **მითითებები პაციენტებისათვის** (40 წთ.)

შეეხეთ მამაკაცის კონდომის მრავალმხრივ ეფექტურობასთან დაკავშირებით მანამდე გამართულ დისკუსიებსა და ამ მეთოდის სწორი გამოყენების მნიშვნელობას.

უჩვენეთ, თუ როგორ გამოიყენება მამაკაცის კონდომი. ჩართეთ ყველა მსმენელი აღნიშნულ ჩვენებაში; პატარა ჯგუფებში (3-4 ადამიანისაგან შემდგარ ჯგუფში) მონაწილეებმა უნდა წარმოადგინონ კონდომის გამოყენება.
იხ. ტრენერის დოკუმენტი: *მითითებები დემონსტრირებისათვის* და <u>მამაკაცის კონდომის გამოყენებასთან დაკავშირებული მითითებები: საკონტროლო ფურცელი, გვ. 6,</u> სახელმძღვანელო მსმენელთათვის, *ბარიერული მეთოდები.* ხაზი გაუსვით იმას, თუ რამდენად მნიშვნელოვანია სამედიცინო პირების მიერ კონდომის გამოყენების დემონსტრირება პაციენტებისათვის და დარწმუნება, რომ, როცა პაციენტები ტოვებენ კლინიკას, მათ იციან, თუ როგორ უნდა გამოიყენონ კონდომი სწორად.

მიმართეთ ტრენინგის იმ ნაწილს, როდესაც განიხილავდით სპერმიციდებს და ამ მეთოდის სწორად გამოყენების მნიშვნელობას.
მიეცით სპერმიციდების გამოყენებასთან დაკავშირებული მითითებები (ფარმატექსის ტაბლეტები):

- დაიბანეთ ხელები

- ამოიღეთ ტაბლეტი შეკვრიდან
- მწოლიარე მდგომარეობაში ტაბლეტი საშოში მაღლა მოათავსეთ, შუა და საჩვენებელი თითების გამოყენებით მიაწექით ტაბლეტს, რომ საშოში ღრმად მოთავსდეს
- დაიცადეთ 10-15 წუთი სქესობრივი კავშირის დაწყებამდე
- გამოიყენეთ სპერმიციდები თითოეული სქესობრივი კავშირის დაწყებამდე
- გამოიყენეთ მეორე ტაბლეტი, თუ სქესობრივი კავშირი არ იქნება 1-2 საათის განმავლობაში
- თან იქონიეთ ტაბლეტების დამატებითი მარაგი

<u>ტრენერის დოკუმენტი</u>

მითითებები დემონსტრირებისათვის

1. გამოიყენეთ ეს უნარ-ჩვევა თქვენს პრაქტიკაში

2. შეამოწმეთ მასალები და/ან აღჭურვილობა, რათა დარწმუნდეთ, რომ ისინი ფუნქციონირებს

3. ისე დაალაგეთ სკამები, რომ ყველა მსმენელს შეეძლოს დანახვა, როდესაც რამეს უჩვენებთ და პრეზენტაციისა და დისკუსიის მოსმენა

4. სადემონსტრაციო მასალებს ნუ დაარიგებთ მანამ, სანამ მათი გამოყენება არ იქნება საჭირო

5. მსმენელებს აუხსენით დემონსტრირების მიზანი

6. დემონსტრირება ჩაატარეთ ნელა, ნაბიჯ-ნაბიჯ, ხელახლა უჩვენეთ

7. მსმენელებს დაუსვით კონკრეტული კითხვები იმ პროცედურებთან დაკავშირებით, რაც მათ ნახეს, რათა დარწმუნდეთ, რომ მათ გაიგეს

8. გაყავით მსმენელები პატარა ჯგუფებად (2-3 კაცისგან შემდგარი), დაურიგეთ მათ მასალები და შესთავაზეთ მონაწილეობის მიღება

9. თხოვეთ მსმენელებს თქვან, თუ რა ისწავლეს და რა სიძნელეებს წააწყდნენ

10. შეაჯამეთ დემონსტრირებასთან დაკავშირებული ძირითადი საკითხები