

### ***Fogamzásgátló tapasz:***

A hormontartalmú tapasz egy ösztrogén és progeszteron tartalmú, fényes tapasz, amelyet az alhasra, a fenékre, a felkarra vagy a hátra kell felhelyezni. A bőrön át, a véráramba kerülve fejt ki hatását: a folyamatosan felszívódó hormonok meggátolják a peteérést és a tüszőrepedést, valamint a méhnyaki nyák megvastagításával megakadályozzák a hímivarsejtek petesejthez való eljutását.

### **Hormonmentes szerek**

#### ***Hormonmentes spirál:***

A spirál egy viszonylag kicsi, T-alakú, rezet vagy nemesfém tartalmú eszköz, amelyet kizárólag nőgyógyász helyezhet fel a méhbe. A peteérést nem befolyásolja: a spirál rézionokat bocsát ki, amelyek lelassítják a spermiumokat, és szinte lehetetlenné teszik a mozgásukat a méhen belül, meggátolva ezzel a megtermékenyítést. Öt-tíz évig nyújt védelmet, elsősorban olyan nőknél alkalmazzák, akik már szültek.

#### ***Pesszárium:***

A kis kalapra hasonlító, rugalmas anyagból (latexből és/vagy szilikonból készült) pesszárium egy hormonmentes fogamzásgátló eszköz, amely megakadályozza, hogy a hüvelybe kerülő hímivarsejtek a méh közelébe jussanak. Bár a felhelyezése kezdetben nehézkesnek tűnhet, idővel hasonlóan egyszerű mozdulattá válhat, mint a tampon használata. A pesszárium kizárólagos alkalmazása közel sem nyújt maximális védelmet,

egyéb módszerekkel, például spermicid védekezéssel kiegészítve válik hatékonyá.

#### ***Óvszer:***

Az aktív szexuális életet élők körében az óvszer a leggyakrabban alkalmazott fogamzásgátló módszer: a működési elve egyszerű, megakadályozza, hogy a sperma a hüvelybe jusson, meggátolva ezzel a megtermékenyítést. A számtalan méretben, színben és anyagösszetételben kapható óvszer nem csak a nemkívánt terhességtől, de a nemi betegségek jó részétől (például a HIV fertőzéstől) is véd. Vannak azonban olyan nemi úton terjedő betegségek, mint például a humán papillómavírus (HPV), amely ellen nem elegendő az óvszeres védekezés.

#### ***Spermicidek:***

A krém, hab, zselé vagy kúp formájában is kapható spermicidek használata önmagában nem elég megbízható fogamzásgátló módszer, ám, ha egyéb módszerekkel, például pesszáriummal vagy óvszerrel ötvözve használjuk, dupla védelmet jelent.

A hatásmechanizmusa egyszerű: a hüvelybe felhelyezett anyag megbénítja vagy elpusztítja a hímivarsejteket, mielőtt azok a petesejthez érnének.

***Az Ön/Önök számára legmegfelelőbb módszer kiválasztásához, vegye igénybe a Családvédelmi Szolgálat munkatársának tájékoztatását.***



## **TÁJÉKOZTATÓJA**

### ***6. Fogamzásgátlás***

*Tisztelt Hölgyem! Tisztelt Uram!*

- Kérem olvassa el az alábbi rövid tájékoztatót a fogamzásgátlás lehetőségeiről, amely, ha a jelenleg alkalmazott módszer valamiért nem volt eredményes, segíthet Önnek megfelelő biztonságos módszert választani. A nem kívánt terhességek megelőzése érdekében sokfajta fogamzásgátló módszer létezik.
- A férfi spermium és a női petesejt érését, kilökődését, egyesülését, vagy a méh falába való beágyazódását akadályozzák meg.
- Bizonyos módszerek (mechanikus eszközök) nem csak születésszabályozásra jók, hanem a szexuális úton terjedő betegségek ellen is védenek.

#### **Fogamzásgátlás szabályai:**

- Minden szer jobb az abortusznál, de egyik módszer sem nyújt 100%-os védelmet.
- Minden párnak meg kell találni a neki legmegfelelőbb módszert!
- A választást befolyásolja az életkor, egészségi állapot, meglévő betegségek, első szülés előtti vagy utáni időszak, vallási hovatartozás, társadalmi szokások, együttlét gyakorisága stb.
- A fogamzásgátló eszközről a használónak teljes ismerettel kell rendelkezni!
- Az esemény utáni tabletta 72 órán belül hat. Szükség esetén minden nőgyógyász és házi orvos is felírja!

## **FOGAMZÁSGÁTLÁS MÓDSZEREI**

### **Hormontartalmú szerek**

#### **– Hüvelygyűrű:**

A hüvelygyűrű egy 54 mm átmérőjű, puha műanyagból készült gyűrű, amely kétféle hormont (progeszteron és ösztrogénszármazékot) tartalmaz, kifejezetten alacsony mennyiségben. Hormontartalma a tápcsatornát kikerülve, a 21 napos ciklus alatt egyenletesen és kíméletesen szívódik fel a hüvelynyálkahártyán keresztül. Mindössze havonta egyszer kell vele foglalkozni, amikor (hasonlóan, mint egy tampon) felhelyezzük/eltávolítjuk. Családtervezés esetén is ideális megoldás, hiszen az alacsony hormontartalom pár nap alatt kiürül a szervezetből.

#### **– Hormontartalmú injekció:**

A fogamzásgátló injekció egy progeszteron hormont tartalmazó fogamzásgátló módszer, melyet havonta vagy háromhavonta adhat be a nőgyógyász. A véráramba kerülő progeszteron az egész szervezetben eloszlik, meggátolva a peteérést és a tüszőrepedést, valamint megvastagítja a méhnyaki nyákot, amely megnehezíti a hímivarsejtek petesejthez való eljutását. Hátránya, hogy a beadást követően, a hatóidő lejárta előtt nem lehet eltávolítani a szervezetből.

#### **– Fogamzásgátló tabletta:**

Az egyik leggyakrabban alkalmazott fogamzásgátló módszernek két típusa létezik; a kombinált fogamzásgátló tabletta kétféle hormont, progeszteront és ösztrogént tartalmaz, az úgynevezett minipill csak progeszteront (ezek a tabletták szoptatás idején is szedhetők). A kettő közül a kombinált tabletta nyújt megbízhatóbb védelmet: megakadályozza a peteérést és a tüszőrepedést, valamint vastagítja a méhnyaki nyákot, megakadályozva ezzel a hímivarsejtek petesejthez való jutását (a minipill csak a méhnyaki nyákot vastagítja meg). Általában 21 napig kell szedni a tablettát, majd egy tablettamentes hét következik (amikor a menstruáció is jelentkezik), de vannak olyan tabletták is, amelyeket a 4. héten is szedni kell.

#### **– Hormontartalmú spirál:**

A puha, rugalmas műanyagból készült méhen belüli eszköz ösztrogénmentes, csak progeszteron hormont tartalmaz. Helyileg hat: működése során folyamatosan, alacsony dózisban progeszteron hormont bocsát ki, amely megvastagítja a méhnyaki nyákot, megnehezítve vagy teljesen megakadályozva ezzel a hímivarsejtek mozgását és petesejthez való eljutását. A méh nyálkahártyáját is elvékonyítja, meggátolva ezzel a petesejt beágyazódását, mivel azonban a véráramba csak kevés hormon kerül, a peteérés folyamata a legtöbb nőnél megmarad. Három-öt évig nyújt védelmet.