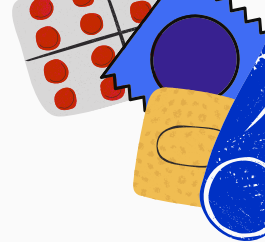


ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
КОНТРАЦЕПЦИИ  
(ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ  
СРЕДСТВ) ПОЗВОЛЯЕТ  
КОНТРОЛИРОВАТЬ ЖИЗНЬ И  
ЗДОРОВЬЕ ОБОИХ  
ПАРТНЕРОВ: УБЕРЕЧЬСЯ ОТ  
ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАВАЕМЫХ  
ПОЛОВЫМ ПУТЕМ, И  
ЗАПЛАНИРОВАТЬ ЖЕЛАННУЮ  
БЕРЕМЕННОСТЬ.

## ПОЧЕМУ КОНТРАЦЕПЦИЯ ВАЖНА?

ПО ДАННЫМ ВСЕМИРНОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ (ВОЗ)  
СУЩЕСТВУЕТ ОКОЛО **30**  
ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАВАЕМЫХ  
ПОЛОВЫМ ПУТЕМ?



**КМПА**

Казахстанская ассоциация  
по половому и репродуктивному  
здоровью (КМПА)



**IPPF**

International  
Planned Parenthood  
Federation

**050012**, г. Алматы  
ул Жамбыла **114/85**,  
офис **227/1, 227/2**  
**kmpa.center@gmail.com**  
**+7 (727) 292-16-77**,  
**+7 (727) 391-12-14**

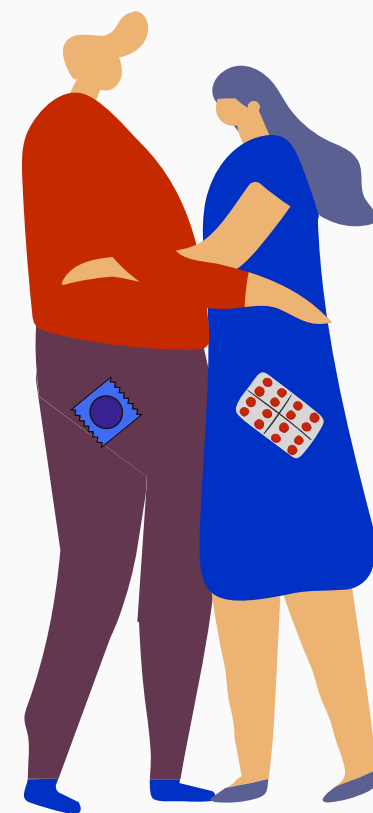
**8 - 8000 - 040 - 540**

kmpakaz.org

@kmpa\_projects

@ne\_tabu

# КОНТРА- ЦЕПЦИЯ



**NE  
TABU**



## КАКИЕ КОНТРАЦЕПТИВЫ НАДЕЖНЫЕ?

Есть три современных метода, которые считаются более распространёнными, относительно надёжными и доступными для молодежи.

### ПРЕЗЕРВАТИВ

Мужской презерватив – это чехол из тонкого латекса, который надевается на возбуждённый половой член. Если презерватив надет правильно и не повреждён, во время семяизвержения сперма остаётся в нём, благодаря чему оплодотворение невозможно.

Эффективный метод, который защищает от ВИЧ и инфекций, передаваемых половым путём.

Презерватив можно приобрести в аптеках без рецепта.

### ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЕ ТАБЛЕТКИ

Во время приёма противозачаточных таблеток у девушек не созревает яйцеклетка (сперматозоиду нечего оплодотворять), а слизь в канале шейки матки становится более плотной и густой, что мешает сперматозоидам попасть в полость матки.

Таблетки имеют некоторые противопоказания, их нельзя принимать без консультации врача.

### ВНУТРИМАТОЧНОЕ СРЕДСТВО (СПИРАЛЬ)

Спираль – это Т-образное пластиковое устройство, которое содержит медь. Спираль вводится врачом в полость матки и медь начинает окисляться. Это мешает продвижению сперматозоида к яйцеклетке. Яйцеклетка не оплодотворяется и беременность не наступает.

### НЕНАДЕЖНЫЙ МЕТОД КОНТРАЦЕПЦИИ

#### ПРЕРВАНЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ

Метод заключается в том, что мужчина полностью извлекает половой член из влагалища женщины до того, как у него произойдёт эякуляция. Это предотвращает попадание спермы во влагалище и снижает риск наступления беременности.

Эффективность метода невысокая из-за присутствия в предэякуляте небольшого количества сперматозоидов.

Это значит, что даже если во время секса эякуляции не было, отдельные сперматозоиды могли попасть во влагалище женщины.

## ВЫВОД

Решать вам, какой метод выбрать, отталкиваясь от доступности контрацепции и от того, что является более удобным. Но помните, что у всего есть плюсы и минусы.

**Поговорите со своим врачом и решите, какой метод подходит именно вам.**

