

Контрацепция после родов



Когда рождается малыш, женщина с головой погружается в приятные хлопоты о нем. Стоит ли в это время ей думать о контрацепции? К тому же большинство подруг настойчиво утверждают, что кормление грудью полностью исключает риск очередной беременности. Так ли это?

Начнем с того, что половую жизнь рекомендуется начинать не ранее, чем через 6-8 недель после родов, т.к. у женщины в это время происходит инволюция внутренних половых органов (их обратное развитие), к тому же в это время существует и риск инфекционных осложнений. Но вот 6 недель прошли, и наступает вожделенный момент, когда «можно».

ВАЖНО! С началом половой жизни после родов необходимо пользоваться методами предохранения от нежелательной беременности.

1. Метод лактационной аменореи. Заключается в том, что если женщина кормит грудью не менее 8-10-ми раз в сутки без докорма, менструации у нее еще не появились, и послеродовой срок не превышает 6-ти месяцев, то при этом создаются такие условия, при которых блокируется овуляция и способность к зачатию снижается практически до минимума.

2. Внутриматочные средства (спираль). ВМС не влияет на качество и секрецию грудного молока и особенно приемлем в период лактации из-за высокой эффективности. Оптимальное время введения - спустя 6 недель после физиологических родов или спустя 6 месяцев после операции Кесарево сечение.

3. Барьерные методы (презервативы, диафрагмы, шеечные колпачки). Этот метод контрацепции можно использовать сразу с началом половой жизни после родов.

4. Спермицидные препараты (свечи, вагинальные таблетки, кремы, гели). Эти средства можно использовать с началом половой жизни даже при грудном вскармливании, т.к. они действуют только местно и никак не отражаются на качестве грудного молока.

5. Гормональные препараты (мини-пили)- это таблетки, содержащие одни гестагены. Их применение начинается через 6 недель после родов в непрерывном режиме по 1 таблетке в день строго в одно и то же время. Метод оптимально подходит для кормящих мам. После прекращения лактации возможен «плавный» переход с мини-пили на комбинированные оральные контрацептивы.

ВАЖНО! Не рискуйте, выбирая метод контрацепции самостоятельно, а только после консультации с квалифицированным врачом!