- İmplant – tərkibində qadın hormonu ilə analoji olan sintetik hormon olan və dərialtına yeridilən kapsuldır; növündən asılı olaraq təsiri 1-5 il davam edir.
- Plastır – tərkibində qadın hormonları ilə analoji olan sintetik hormonlar vardır, dəriyə yapışdırılır; ay ərzində 4 ədədi istifadə olunur.
- Vaginal həlqə – tərkibində qadın hormonları ilə analoji olan sintetik hormonlar vardır, uşaqlıq yoluna yerləşdirilir; təsiri 1 ay davam edir.
- Uşaqlıqdaxili vasitə (spiral) – uşaqlıq boşluğuna yerləşdirilən kiçik ölçülü plastik elastik vasitədir; təsiri uzunmüddətlidir, növündən asılı olaraq 1-10 il davam edir.
- Spermisid – uşaqlıq yoluna yeridilən kimyəvi vasitədir, müxtəlif formalarda mövcuddur.
- Prezervativ/kondom – lateksdən hazırlanmış nazik, elastik və keçiriciliyi olmayan kisəcikdir, həm hamiləlikdən, həm də cinsi yolla yoluxan infeksiyalardan qoruyan yeganə üsuldur.
- Qadın və kişi sterilizasiyası – daha uşaq istəməyən insanlar üçün daimi və cərrahi yolla aparılan kontrasepsiya üsuludur: qadınlarda cərrahi yolla uşaqlıq borularının bağlanmasıdır, kişilərdə isə cərrahi yolla toxum daşıyıcı axarların bağlanmasıdır. Sterilizasiya haqqında qərar məlumatlı və könüllü surətdə qəbul olunur.

2. Döşlə əmizdirmə – həm ana, həm də uşaq üçün faydalıdır. Yenidoğulmuş körpəni yalnız ana südü ilə qidalandırdıqda və bəzi sadə şərtlərə riayət etdikdə, 6 aya qədər ana özünü hamiləlikdən qoruya bilər.

3. Fertilliyin dövri xarakterinə əsaslanan üsullar – qadının hamilə qalmaq ehtimalının yüksək olduğu günlərin (fertil günlər) müəyyənləşdirilməsinə əsaslanır.

Yadda saxlayın!

- Əgər hər hansı bir kontraseptiv üsul haqqında daha ətraflı məlumat əldə etmək və ya Sizə münasib olan üsul seçmək istəyirsinizsə, mütləq tibb işçisinə müraciət edin!
- Bütün kontraseptiv üsulların üstünlükləri və çatışmayan cəhətləri vardır. Tibb işçisi Sizə münasib üsulun seçimində kömək edəcək.
- Hamiləlikdən qorunmanın müasir üsulları təhlükəsizdir, etibarlıdır və onların istifadəsi asandır!
- Yalnız prezervativ həm hamiləlikdən, həm də cinsi yolla yoluxan infeksiyalardan qoruyan yeganə üsuldur!

Özünüzü qoruyun ki,
gələcək ailəniz sağlam olsun!

İCTİMAİ SƏHİYYƏ VƏ İSLAHATLAR MƏRKƏZİ

Buklet “Ana və uşaqların sağlamlığının yaxşılaşdırılmasına dair 2014-2020-ci illər üçün Dövlət Proqramı”nın icrası üzrə Azərbaycan Respublikası Səhiyyə Nazirliyinin Tədbirlər Planının 7.1-ci bəndinə uyğun olaraq İctimai Səhiyyə və İslahatlar Mərkəzi tərəfindən hazırlanmış və çap edilmişdir.

REPRODUKTİV SAĞLAMLIQ haqqında nələri bilməliyik?

Reproduktiv sağlamlıq nədir?

Reproduktiv sağlamlıq reproduktiv sistem, onun funksiya və proseslərinə aid olan bütün məsələlər daxil olmaqla insanın tam fiziki, əqli və sosial rifah halı deməkdir.

Gənclər üçün reproduktiv sağlamlığın daha aktual məsələləri aşağıdakılardır:

- ***Cinsi yolla yoluxan infeksiyaların (CYYİ) qarşısının alınması***
- ***Ailə planlaşdırılması***

Cinsi yolla yoluxan infeksiyalar nədir?

CYYİ – bir insandan digərinə əsasən cinsi əlaqə zamanı keçən xəstəliklərdir. Onlar digər yollarla da ötürülə bilər:
- qeyri-steril tibbi alətlərdən istifadə edildikdə
- yoluxmuş insanın qanı ilə kontaktda olduqda
- tək-tək hallarda xəstələrin məişət və şəxsi gigiyena əşyalarından istifadə etdikdə

CYYİ-yə aiddir: sifilis, qonoreya (süzənək), İİV/QİÇS, genital herpes (cinsi orqanlarda uçuqlama), xlamidioz, trixomoniaz, kandidoz (göbələk xəstəliyi), papillomavirus infeksiyası (cinsi orqanlarda ziyillər), hepatit B (sarılığın növü) və s.

CYYİ bəzi orqanları ciddi zədələyir, sonsuzluğa və hətta əlilliyə səbəb ola bilər.

Cinsi yolla yoluxan infeksiyaların əlamətləri:
- cinsi orqanlar sahəsində qaşınma və yandırma hissiyyatı
- çox tez-tez və ağrılı sidik ifrazı
- cinsi orqanlardan qeyri-adi və qoxulu selik ifrazı
- cinsi orqanlar və anal dəlik (anus) sahəsində qızartı
- bədəndə səpgilər
- cinsi orqanlarda və anus ətrafında, ağızda, dodaqlarda xoralar və sızanaqlar
- böyümüş limfatik düyünlər (əsasən qasıq nahiyəsində)
- qarının aşağı hissəsində ağrılar

Yadda saxlayın!

- CYYİ bəzən əlamətsiz/gizli və ya qismən gizli simptomlarla keçə bilər.
- CYYİ yalnız laborator müayinə nəticəsində müəyyən edilə bilər.
- CYYİ diaqnozu təsdiq olunduqda hər iki partnyor müayinə və müalicə olunmalıdır.
- CYYİ-nin müalicəsi yalnız dəri-zöhrəvi həkimi tərəfindən aparılmalıdır. Həkim məsləhəti olmadan öz-özünü müalicə xəstəliyin dərinləşməsinə və ağırlaşmasına səbəb ola bilər.
- Tam sağalma üçün müalicə kursu mütləq başa çatdırılmalıdır.

Ailə planlaşdırılması nədir?

- Ailə planlaşdırılması xidmətləri reproduktiv yaşda olan kişi və qadınlar üçün nə vaxt uşağa sahib olmağı, neçə uşağa sahib olmağı, uşaqlar arasında fasilənin qoyulması üçün müvafiq bilik və üsulları təmin edir.
- İnsanlar onları qane edən və təhlükəsiz cinsi əlaqədə olmaq, istədiyi zaman və sayda dünyaya uşaq gətirmək iqtidarındadırlar.
- Hamiləlik üçün optimal yaş 18-35-dir.
- Doğuşdan sonra növbəti hamiləliyə qədər 18-23 ay fasilə optimal sayılır.
- Doğuşların sayı dörddən çox olduqda ana və uşağın sağlamlığı üçün risk artır.
- Hamiləliyin planlaşdırılması və hamiləlikdən qorunmaq üçün bir sıra təhlükəsiz və effektiv metodlar mövcuddur.
- Cütlükdə həm kişi, həm də qadın ailə planlaşdırılmasının sağlamlıqla bağlı üstünlükləri və mövcud olan seçimlər barədə məlumatlı olmalıdırlar.
- Yaşlarından asılı olmayaraq bütün kişi və qadınlar ailənin planlaşdırılması üçün özləri cavabdehdirlər.

Ailə Planlaşdırılması üsulları:

1. Müasir üsullar

- Həblər – tərkibində qadın hormonları ilə analoji olan sintetik hormonlar vardır; gündə bir həb qəbul edilir.
- İnyeksion kontraseptiv – tərkibində qadın hormonu ilə analoji olan sintetik hormon vardır; növündən asılı olaraq hər 1-3 aydan bir vurulur.
- Təcili kontrasepsiya – qorunmamış cinsi əlaqədən dərhal SONRA hamiləliyin qarşısını almaq üçün istifadə olunan üsullardır; bu məqsədlə hormon tərkibli həblər və ya uşaqlıqdaxili vasitələr (spiral) istifadə olunur.