Автор: Administrator
18.07.2008 08:37 -



Если вы будете более чем неприятно удивлены незапланированной беременностью в этот период своей жизни, обязательно пользуйтесь лишь эффективными противозачаточными средствами во время каждого полового сношения до тех пор, пока врач не определит точно, что вы достигли климакса. Если вы не будете делать этого, возможно, вскоре вам придется принимать ответственное решение в связи с неожиданно возникшей проблемой. Хотя абсолютно справедливо то, что вы, скорее всего, уже далеко не так способны к зачатию и деторождению, как прежде: фертильность убывает с каждым прошедшим годом, оставлял к 41 году по-прежнему способными к деторождению лишь приблизительно половину женщин и одну десятую из них к 45 годам, - конечно же, возможно забеременеть и в сорок лет, а иногда (хотя и редко) и в пятьдесят лет. Фактически, по проценту искусственных абортов женщины за сорок идут сразу же за девочками-подростками и девушками, не достигшими двадцати лет.

Нельзя рассчитывать на то, что вы больше не способны к деторождению, до полного наступления климакса; но и тогда желательно пользоваться контрацептивами еще, по крайней мере, в течение шести месяцев после последней менструации, просто на случай того, если ваши яичники предпримут последнюю попытку произвести последнюю жизнеспособную яйцеклетку. Многих женщин сбивает с толку пре-климакс - время, когда организм готовится к окончанию своих репродуктивных функций, когда менструальный цикл и овуляции становятся сбивчивыми и неустойчивыми. Если преклимакс будет проходить у вас по типичной схеме, время от времени вы будете пропускать менструации. Или менструации могут прекратиться на какое-то время, а потом вновь начаться, возможно, исчезнут на несколько месяцев, чтобы потом еще на несколько месяцев возобновиться. В это время вы, возможно, придете к выводу, что уже не можете забеременеть, но на самом деле, вы можете это сделать. Время от времени вашим яичникам удается произвести жизнеспособную яйцеклетку, яйцеклетку, которая может встретиться с энергичным сперматозоидом и оплодотвориться. Сейчас наступило время решать, хотите вы или не хотите столкнуться с такой возможностью.

Наступило и самое подходящее время для того, чтобы пересмотреть свои методы

предохранения от беременности и решить, по-прежнему ли отвечает выбранный вами метод предохранения от беременности вашим потребностям в настоящее время. За последние несколько лет произошло множество изменений в области средств контрацепции, да и ваша жизнь, скорее всего, тоже значительно изменилась. Те средства, которыми вы пользовались в двадцать пять или в тридцать лет, возможно, уже не то, что вам нужно теперь.

ЧТО ВАМ СТОИТ ВЫБРАТЬ СЕЙЧАС

Какие контрацептивы подойдут именно вам, зависит от вашего образа жизни. Если ваши сексуальные отношения с партнером взаимно моногамны, вам предоставляется самый полный их выбор, независимо от того, сколько вам лет, так как вам не стоит опасаться передаваемых половым путем болезней, хотя новейшая комбинация оральных противозачаточных средств предоставит вам ряд преимуществ, облегчив предклимактерический период. Если же у вас несколько партнеров, или вы их меняете, или, выбрав одного, вы не уверены в том, что готовит вам будущее, - только презервативы (с убивающей сперматозоиды жидкостью, чтобы обеспечить дополнительную защиту), независимо от того, пользуетесь ли вы уже каким-то другим методом предохранения от беременности.

Две трети женщин старше сорока лет лишили себя репродуктивных функций с помощью перевязки труб или удаления семявыводящего протока у партнера. Стерилизация - самый эффективный из всех методов, и, кроме того, она может снизить степень риска рака яичников. По своей способности предотвратить беременность практически вплотную следом за ними идут стандартные имплантанты, а дальше - оральные противозачаточные средства и внутриматочные спирали, которые обладают тем преимуществом, что позволяют спонтанный секс, хотя и оставляют более, высокую степень риска беременности и обладают некоторыми побочными эффектами. У механических и уничтожающих сперматозоиды средств меньше побочных эффектов, но их применение требует мотивации, дисциплины и усилий. Кроме того, некоторые женщины считают их слишком неприятными и утомительными. К сожалению, оптимальный метод контрацепции пока не изобретен, так что вам придется выбирать из существующих тот, который подходит вам больше всего.

Помните о том, что у вас нет выбора, когда вы имеете половое сношение с партнером, которого недостаточно знаете, который не является вашим моногамным партнером, или вы не можете на 100% положиться на его слова, хотя он утверждает, что больше ни с

кем не спит. Но даже в таком случае он может являться носителем болезни, полученной при прежних половых сношениях, хотя и не подозревает об этом. Пользуйтесь презервативами. Постоянно. Пользуйтесь ими независимо от того, употребляете вы или нет другие методы предохранения от беременности. Никогда не рискуйте, не оставляйте ни единого шанса.

А в том случае, если вы захотите рискнуть, учтите следующие обстоятельства: СПИД убьет вас. Вирусные венерические болезни, такие, как папиллома или герпес, хотя и не приводят к летальному исходу, не излечиваются. Другие венерические болезни не являются пожизненными, но повлечь за собой весьма серьезные последствия для здоровья они могут.

ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЕ ПИЛЮЛИ: ПРЕКРАСНОЕ СРЕДСТВО НА ВРЕМЯ ПРЕКЛИМАКСА

Вплоть до самого последнего времени всего 5% женщин свыше 35 лет и 3% свыше 40 употребляли оральные противозачаточные средства. Но теперь эти пилюли стали тем методом предохранения от беременности, который выбрали многие женщины среднего возраста, и приблизительно полмиллиона из них, по оценкам специалистов, относятся к возрастной категории от 45 до 50 лет. Так произошло потому, что этот метод, имеющий уже более чем тридцатилетнюю историю и исследованный лучше любой другой методики применения лекарственных препаратов во всем мире, был значительно усовершенствован со времени своего появления на свет.

Средства из последнего поколения оральных контрацептивов низкой дозировки содержат приблизительно одну пятую часть эстрогена и менее половины прогестерона, нежели прежние препараты, и Федеральный департамент здравоохранения объявил их безопасными для здоровых женщин, приближающихся к пятидесяти годам или к климаксу, независимо от того, когда бы он ни наступил. Прежде многочисленные

опасения по поводу их связи с проблемами сердечно-сосудистой системы были связаны лишь с препаратами, содержащими более высокую дозу эстрогена, которые в настоящее время не применяются. (Также применяются и оральные контрацептивы, не содержащие эстрогена. Называемые прогестинами, или мини-пилюлями, они предназначаются для женщин, которые не могут принимать эстроген. (См. ниже.)

Настоящее спасение для женщин предклимактерического возраста, которые постоянно гадают, означает ли пропущенная менструация беременность или климакс, оральные контрацептивы не только великолепно предотвращают беременность (при правильном применении они оставляют всего 1 % степени вероятности беременности), но к тому же предоставляют вашему организму и эстроген, и прогестерон в безопасной, низкой дозировке, которые восстанавливают сбитый менструальный цикл и избавляют от приливов крови. В то же самое время они увеличивают костную плотность и могут защитить вас от сердечных приступов.

Более того, как было установлено, долгосрочный прием оральных противозачаточных средств более чем на 50% снижчет степень риска рака яичников и матки, и этот благотворный эффект их приема сказывается еще в течение пятнадцати лет после того, как вы перестанете их принимать. В действительности, снижение степени риска рака яичников настолько эффективно, что эти средства часто прописывают женщинам, в чьей семейной истории болезни было это заболевание. У женщин, принимающих эти пилюли, также реже образуются яичниковые кисты и доброкачественные опухоли груди.

На вопросы о связи этих новых пилюль с риском развития рака груди пока не получено определенного ответа, но на основе данных, имеющихся в нашем распоряжении, можно предположить, что они значительно не отклоняют его ни в ту, ни в другую сторону.

Сейчас принято считать, что эти пилюли низкой дозировки - комбинацию эстрогена с прогестеро-ном - можно употреблять без опасности для собственного здоровья (если вы не курите), по крайней мере, до 50 лет. После этого, если у вас наступит климакс, вы можете сразу же, без всякого перерыва, перейти непосредственно к гормональной терапии.

В это время гормональная терапия предпочтительнее пилюль, так как в отличие от них она не конкурирует с гормонами, производимыми в вашем организме, а напротив

восполняет их.

Кому не стоит пользоваться пилюлями

Оральные противозачаточные средства, даже и низкодозированные, имеют свои ограничения в применении. Вам желательно выбрать другую форму предохранения от беременности, если вы:

· Курите.

· Часто болеете ангиной, страдаете от сердечных приступов или инсультов.

· Страдаете от расширения вен, тромбофлебита или других отклонений, связанных с системой кровообращения или образованием тромбов.

· Страдаете от мигреней и депрессий, которые обостряются благодаря содержащимся в пилюлях гормонах.

· Страдаете или подозреваетесь в опухолях груди, энодометрия, шейки матки или печени.

"Почему нельзя принимать пилюли, если вы курите?"

У курильщиков существуют две связанные с приемом пилюль проблемы. Во-первых, курение мешает усвоению содержащихся в пилюлях гормонов, в результате чего их доза может оказаться недостаточной, что может закончиться беременностью. Во-вторых,

пилюли усиливают все негативные эффекты курения, в том числе проблемы, связанные с закупоркой сосудов, что может привести к инфаркту или к инсульту.

"Можно ли мне принимать пилюли, если я страдаю диабетом?"

Да, если вы будете принимать пилюли последнего поколения с тем небольшим содержанием эстрогена и прогестерона, который очень незначительно влияет на обмен веществ (если вообще влияет на него).

"Чем отличаются новейшие противозачаточные пилюли?"

Прежние оральные противозачаточные средства помимо многих неприятных побочных .эффектов могли повысить кровяное давление, нанести ущерб печени, а у предрасположенных к этому женщин привести к закупорке сосудов, нанести ущерб коронарной артерии и вызвать инфаркт или инсульт. Современные низкодозированные пилюли, содержащие всего 20% эстрогена своих предшественников, считаются безопасными для здоровых женщин старше 40, которые не курят и не обладают другими факторами риска.

"Как действуют данные противозачаточные пилюли?"

Несколькими способами. Во-первых, они подавляют выработку гормона передней доли гипофиза и предотвращают овуляцию. Они ослабляют стенки матки, делая их неспособными удерживать яйцеклетку, даже если овуляция и произошла. И они делают влагалищную слизь враждебной для сперматозоидов. Их принимают по три недели подряд с недельным перерывом, чтобы оставить время для менструации.

"Как я узнаю, что у меня наступил климакс, если продолжу по-прежнему принимать пилюли?"

Возможно, так и не узнаете, если на неделю-другую не прекратите их прием и не измерите уровень гормона, стимулирующего образование фолликулина. Если его уровень будет выше 40 микроединиц на миллиметр, ваши яичники уже перестали действовать, и вы можете сразу же начать курс восстановительной гормональной терапии, если захотите. Если вы так и поступите, вы никогда не будете страдать от симптомов климакса или от связанной с ним потери костной плотности. Вы даже можете продолжить прием этих пилюль после наступления климакса, употребляя их для замещения собственных гормонов, хотя в них может содержаться и больше гормонов, чем вам нужно. По этой причине и предпочтительнее восстановительная гормональная терапия, так как применяемые в ходе нее средства содержат еще меньше гормонов.

"Каковы побочные эффекты приема оральных противозачаточных средств? Я как-то раз начала их принимать и значительно прибавила в весе".

Прибавка в весе (почти всегда менее чем пять фунтов) является одним из возможных побочных эффектов, как и внезапные кровотечения в межменструальный период. Новейшие пилюли, в отличие от прежних, обычно не вызывают головных болей, чрезмерной чувствительности груди, воспаления сальных желез, тошноты, подавленности или депрессии. Но, если что-то вы и почувствуете, эти побочные эффекты, скорее всего, исчезнут после нескольких первых циклов. Если они продолжат проявляться, попробуйте принимать разные сорта пилюль, чтобы найти тот, который принимает ваш организм.

"Почему некоторые женщины все же умудряются забеременеть несмотря на то, что они принимают пилюли?"

Самая распространенная причина наступления беременности при приеме оральных противозачаточных средств - это нарушение графика их приема, когда вы забываете их принять или начинаете и прекращаете прием в зависимости от состояния своей сексуальной жизни. При использовании противозачаточных пилюль прежнего поколения, вы могли без особого риска пропустить день-другой, но теперь этого делать нельзя. Чтобы обезопасить себя в том случае, если вы пропустили один день при приеме пилюль низкой дозировки, пользуйтесь презервативами, влагалищными колпачками, мембранами или, по крайней мере, убивающими сперматозоиды жидкостями параллельно с пилюлями до конца всего данного цикла.

Как мы уже упоминали, курение при приеме этих пилюль может снизить уровень усвоения гормонов и также привести к беременности несмотря на то, что вы будете абсолютно уверены, что гарантировали себя от нее.

"Могут ли другие лекарственные препараты повлиять на действие пилюль?"

Да. К примеру, оральный прием антибиотиков может сделать содержащийся в них эстроген менее эффективным.