

ЗДОРОВ'Я

Не кохайтесь, чорнобриві, без... контрацептивів

ГІРКА ПРАВДА. Українська молодь занадто мало знає про сексуальне життя — і від цього чимало проблем

Катерина МАЦЕГОРА,
«Урядовий кур'єр»

Такого висновку дійшли фахівці після проведених соціологічних досліджень. І констатували: саме тому в країні стільки абортів і юних матерів-одиначок.

Статевий «дебют»

Прикладів підліткової сексуальної безграмотності вистачає. Наше суспільство ще не звикло говорити про це вголос. Та проблема від того не зникає і, що найприкріше, не стає менш гострою. Наприклад, історія 15-річної Олени К. Влітку дівчина поїхала відпочивати в табір. Там познайомила з хлопцем (на три роки старшим) і відразу ж закохалася. Саме Олег і став її першим чоловіком. Про наслідки небезпечного сексу якось не думалося, тож ні Олені, ні її коханому навіть на думку не спало скористатися презервативом...

Потім почалося звичне життя — заняття в школі, уроки... На відсутність упродовж якогось часу місячних Олена не звернула жодної уваги — цикл і раніше стрибав. А коли почав боліти живіт, довелося йти до лікаря. Гінеколог встановив одразу три невтішні діагнози: інфікована вірусом імунодефіциту, має сифіліс і... перебуває на другому місяці вагітності. «Отямитися після такого важко, — каже дівчина, — а ще важче зізнатися в усьому мамі...» Та найгірше — не розмова з матір'ю (це матері треба було раніше говорити з донькою на інтимні теми!), а необхідність проведення абортів та перспектива зламаної життя.

Лікарі впевнені: родина сьогодні не виконує ту роль, яка їй належить у плані сексуального виховання молоді. Хіба не мама чи, на крайній випадок, бабуся повинні вчасно розповісти майбутній жінці про ЦЕ? Хіба не вони мають дохідливо пояснити, чим небезпечний ранній сексуальний зв'язок? Зрозуміло, що медики, зі свого боку, також намагаються донести до сучасних старшокласників інформацію про позитив і негатив «дорослого» життя, радять підліткам якомога довше залишатися дітьми, не квапити природний процес.

— На жаль, Україна за міжнародними стандартами не входить до числа

країн, що опікуються жіночим здоров'ям, — нарікає професор кафедри акушерства, гінекології і перинатології Донецького національного медичного університету ім. М. Горького Валентина Квашенко. — Основна причина — вік першого статевого досвіду: сьогодні 20% наших дівчат і 40% хлопців отримують його до 15 років. При цьому останні передають ровесницям віруси, отримані від старших партнерок. Дівчата ж іноді зустрічаються з кількома хлопцями водночас і часто не користуються запобіжними засобами.

А постійно зайняті батьки, зазначає лікар, не в змозі встежити за нащадками. Тож результат закономірний: такий секс призводить до вкрай неприємних наслідків — від інфекцій, що передаються статевим шляхом, до небажаної вагітності й абортів. А це, в свою чергу, прямий шлях до безпліддя.

— Перший аборт, — говорить Валентина Квашенко, — вісник того, що наступна вагітність може бути з порушеннями: у таких мам діти народжуються слабкими, недоношеними, з низькою вагою, саме серед них висока смертність...

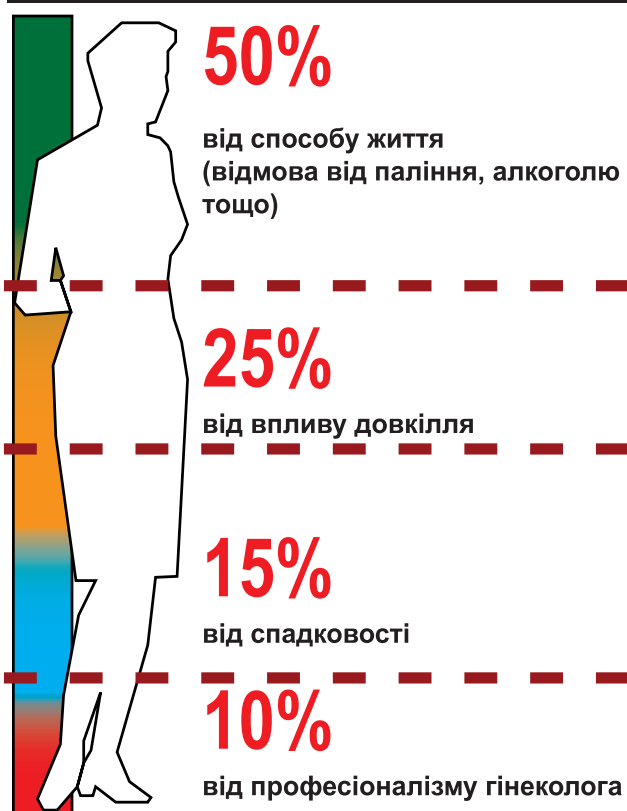
Як уберегтися

Біда в тім, що сфера інтимного життя у нашій країні засмічена багатьма стереотипами, які, без перебільшення, заважають нормально жити, посприяти піклуватися про здоров'я жінки. Чи не найпоширеніший — начебто гормональна контрацепція неефективна, шкідлива і надто дорога. Чи це справді так, «Урядовий кур'єр» поцікавився у фахівців.

— Гормональні препарати зорієнтовані на здорове населення, вони найбільш вивчені з тих, що застосовують у світі, — роз'яснює головний дитячий акушер-гінеколог МОЗ України професор Тетяна Татарчук.

Та питання в тому, наскільки ці препарати необхідні. У XIX ст. жінка за життя мала 40-50 менструальних циклів. Увесь інший час її яєчники відпочивали, бо вона була або вагітна, або годувала груддю. Нинішні жінки мають 400-500 циклів. Тобто ризику порушень у десять разів більше. Застосування гормональної контрацепції — той самий відпочинок для організму. Дове-

Жіноче здоров'я залежить...



дено: жінки, які користуються такими контрацептивами, можуть запобігти розвитку раку яєчників, ендометрії. І різновидів цього методу вистачає — це і щоденний (таблетки), і щотижневий (пластирі), і щомісячний (вагінальне кільце). Останній, до речі, ідеальний для молоді.

самперед, переконана Тетяна Татарчук, дівчину слід ознайомити з правильною етикою між чоловіком і жінкою. І найліпше починати, щойно дівчинка усвідомить, що вона — дівчинка.

— Незапланована вагітність — це недобре, та потрібно говорити, що це гірше підхопити ін-

200 000 — таку кількість офіційних абортів було зареєстровано торік.

— По-перше, це зручно, — підкреслює Тетяна Татарчук. — По-друге, у кількості низька доза контрацептиву, що добре відмодельована й повільно всмоктується. Навіть є певна користь: шкіра краща, кістки міцніші, зуби здоровіші, а знайомих будь-якій жінці передменструальний синдром слабшає.

Зарано не буде

Питання контрацепції, звісно, важливе, та починати треба не з цього. На-

фекції, які передаються статевим шляхом, чи вірус папіломи людини, що потім призведе до раку шийки матки, — застерігає дитячий акушер-гінеколог.

Організм повністю формується до 22-річного віку. Тож саме мама, переконані медики, повинні пояснити, що до цього віку цю тему краще не обговорювати: поліпшується імунітет до вірусних інфекцій (у майбутньому їх набагато легше лікувати), та й шансів захворіти набагато менше. До того ж, за-

ПРОБЛЕМА В ЦИФРАХ

У світі, за результатами Європейського дослідження в галузі контрацепції, щорічно реєструється 210 млн вагітних. На Східну Європу припадає 11 млн, Західну — 7 млн. Проте планують свою вагітність у середньому 62% жінок. У Східній Європі — всього 35%, у Західній — 67%. Однак пологами закінчуються лише 6% вагітностей у Східній Європі та 12% — у Західній.

Щодо оральних контрацептивів, у Нідерландах, Бельгії і Франції їх обирає 40% людей. Далі йдуть Чехія, Данія, Британія (30%). Україна, до речі, за цим показником практично зрівнялася з французами, голландцями й бельгійцями (40%). А в Польщі ледве здолали планку 10%. Причому після спілкування з гінекологом майже половина українок обирає новинку — вагінальне кільце, а 24% продовжують використовувати оральний захист.

такого розкладу стабільний і гормональний розвиток. Тобто всьому свій час. Саме тому, на думку Валентини Квашенко, мами мають відверто говорити з доньками на найінтимніші теми, починаючи з раннього віку. А коли настане час — навчити їх правильно вести календар менструацій, стежити за тим, чи немає збоїв у циклі. Все це допоможе у складному випадку (хвороба чи незапланована вагітність) швидко впоратися з ситуацією.

Як «правильно» дорослішати

Фахівці дотримуються однієї думки — консультуватися у гінеколога! В Україні вистачає клінік, де приймають, навчають та інформують дітей. Але краще туди йти з мамою. Як правило, дівчинка нервує і не в змозі збагнути всіх нюансів. Пам'ятають про підлітків і в школах. У Донецьку, наприклад, з третього класу проводять бесіди на статеві теми студенти-медики або дитячі акушери-гінекологи.

А чому не раніше 11 років починати вести теми? — запитаете. Тут усе просто: аби дитині не захотілося раніше спробувати захистити себе гормонально і завчасно не зацікавити її сексуальною тематикою. З віком інформація ускладнюється і стає більш повною. Приміром, школярі мають вчасно дізна-

тися, якими контрацептивами і в якому віці краще користуватися. А вже сьогодні вже не можна заплещувати очі на те, що молодь розпочинає статеве життя дуже рано. Що найліпше може захистити юних і від хвороб, і від такої небажаної в цьому віці вагітності?

— Контрацептиви в таблетках, — пояснює Валентина Квашенко. — Якщо дівчинці 16 років і вона не живе постійним статевим життям, використовувати вагінальне кільце не варто. Та є ще й екстрені методи: аби не мати проблем, після незахищеного сексу слід упродовж перших трьох днів випити таблетку «постинор», а через 12 годин — ще одну. Якщо до такого захисту вдаватися раз на рік, це не зашкодить. Однак постійно користуватися гормональним захистом без консультації лікаря не можна.

— До 18 років дівчина обов'язково має відвідати гінеколога, — додає Тетяна Татарчук, — оскільки в неї можуть бути проблеми, побачити які і вдатися до відповідних заходів може лише фахівець. Якщо в такому віці почати на власній розсуд вживати контрацептиви, то з припиненням використання проблеми виглядатимуть, як ускладнення після таблеток.

До речі, юний вік має свої особливості. Приміром, дівчата до 20-ти мають високий шанс завагітніти, тож надійний захист від інфекцій не завадить. Тому лікарі радять застосовувати подвійну контрацепцію, поєднуючи гормональну з бар'єрною (презервативом), аби не наражати здоров'я на небезпеку й не опинитися на межі вибору: чи позбавляти життя власну дитину, нехай і небажану, чи ні. І за жодних умов не нехтувати цими правилами.

НАЙПОШИРЕНІШІ МІФИ

- ✓ Використання контрацепції шкодить здоров'ю чоловіка. Якщо користуватися презервативом, ризик підцепити хворобу зменшується вдвідесятеро. Проте чоловік повинен вміти ще й правильно знімати використаний презерватив, аби те, що залишилося на ньому, не зіткнулося з голівкою, інакше інфекції не оминуть. Гормональна контрацепція захищає на 14-50%.
- ✓ Від гормональних таблеток гладшають. Отут варто враховувати психологію кожної жінки. Якщо вона підсвідомо проти такого способу захисту, гінеколог навряд чи зарадить. А почати набирати вагу можна й без гормонів — нервуючи.
- ✓ Вагітніють і під час застосування контрацептивів. Можливо і таке, однак не можна забувати, що таблетки треба пити щодня. Якщо ви не дотримуватиметеся правил прийому препаратів, пропустивши хоча б одне драже, результатом якраз і може стати вагітність. Таких «забудькуватих» в Україні, до речі, 71%. Пластир наклеюється на сім днів, а хтось носить вісім...