

что не захотите завести ребенка. Мужская стерилизация (вазэктомия) – это простая хирургическая процедура, которая включает в себя пересечение и перевязку обоих семявыводящих протоков. Это прекращает поступление сперматозоидов в семенную жидкость, при этом сексуальное влечение и оргазм останутся прежними. Очевидно одно – прежде чем решиться на стерилизацию, тщательно продумайте все последствия. Помните, что это решение принимается на всю жизнь!

### Экстренная контрацепция

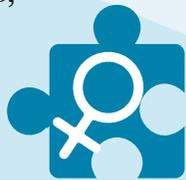
В жизни каждого может возникнуть момент, вынуждающий задуматься об экстренной контрацепции. К примеру, во время секса порвался презерватив или в нужный момент под рукой вообще не оказалось никаких средств защиты.

Как быть в этой ситуации?

Для решения подобных проблем существуют гормональные таблетки экстренной контрацепции (для женщин). Их можно приобрести в аптеке.

### Методы «женской» контрацепции:

- противозачаточные таблетки;
- инъекции;
- внутриматочная спираль;
- влагалищное кольцо;
- контрацептивный пластырь;
- мини-пили;
- диафрагма;
- естественные методы контрацепции (календарный и температурный);
- спермициды.



Создание приятных и гармоничных отношений в ваших руках, и выбор правильного метода контрацепции – один из важнейших шагов на пути к счастью.

Подобрать способ контрацепции Вашей паре помогут опытные специалисты женской консультации.

### Женские консультации г. Томска:

**Женская консультация роддома №1**

г. Томск, ул. Советская, 105, т. 41-83-98

**Женская консультация роддома №4**

г. Томск, ул. С. Лазо, 5, т. 66-48-16

**Женские консультации роддома**

**им. Н.А. Семашко.**

г. Томск, ул. Тверская, 68/2, т.43-22-03

г. Томск, пр. Ленина, 177а, т. 40-74-94

### МБЛПУ ЗОТ

**«Центр медицинской профилактики»**

**«Школа здоровья мужчины»**

цикла занятий для юношей старше 15 лет

Темы занятий в Школе:

- сексуальное здоровье юношей
- инфекции, передающиеся половым путем (ИППП)
- контрацепция
- искусственный аборт и его осложнения.
- влияние ПАВ на репродуктивную систему

**«Школа здоровья женщины»**

цикла занятий для девушек старше 15 лет

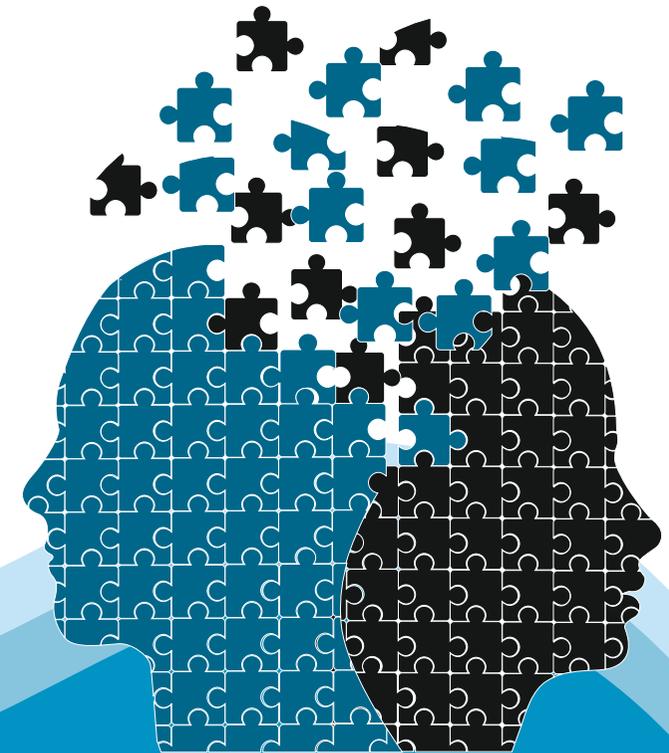
**Кабинет кризисной беременности**

ул. Красноармейская, 68,

тел. (3822) 282-448

<http://profilaktika.tomsk.ru>

## Поговорим о контрацепции...



Информация важная для двоих...  
и не только...

Не секрет, что у мужчин и женщин мышление устроено по-разному. И эти различия неизбежно ведут к различному отношению к сексу. Этот вопрос, безусловно, требует особого внимания, так как он касается только вас двоих и ваших сексуальных отношений.

Удовлетворенность интимной жизнью зависит не только от индивидуальной совместимости, но и от того, как решается вопрос защиты от нежелательной беременности. Для большинства мужчин секс и беременность – понятия, которые ассоциативно не связаны друг с другом. Однако для женщин этот вопрос один из первостепенных. Секс без предохранения, скорее всего, не приведет ни к чему хорошему, так как женщина будет думать вовсе не о вас, а том, как бы «не залететь». Итак, каждая женщина, если она пока не планирует стать матерью, боится нежелательной беременности. И если вы найдете удобный и надежный метод защиты, вы достигнете сразу нескольких целей. Во-первых, вы снимите страх нежелательной беременности, и женщине будет гораздо проще расслабиться и раскрепоститься. Во-вторых (и это тоже очень важно, если женщина вам не безразлична), вы продемонстрируете заботу о ее здоровье, а это, безусловно, создаст благоприятную атмосферу и будет способствовать развитию гармоничных любовных отношений.

Если вы хотите самостоятельно планировать свою жизнь и быть уверенным в своем будущем, вам необходимо задуматься о подходящем методе предохранения.



### Методы «мужской» контрацепции Презерватив (эффективность 85%)

Презервативы относятся к барьерным методам контрацепции. Принцип их действия заключается в механическом предотвращении попадания спермы во влагалище.

Главным и неоспоримым достоинством (и даже предназначением!) является то, что презерватив является наиболее эффективным средством профилактики заболеваний, передающихся половым путем.

Недостатком презерватива является уменьшение чувствительности половых органов. А если прибегнуть к использованию сверхтонких презервативов, то необходимо быть вдвойне осторожным, ведь за приятные ощущения придется платить еще большим риском, так как прочность подобных видов презервативов невысока. При использовании презерватива сходит на нет столь важный элемент сексуальных отношений, как спонтанность. Если ваша пара, следуя советам производителей, сможет органично ввести процесс «одевания» в сексуальную игру, то этот недостаток сможет превратиться в достоинство.

### Прерванный половой акт (эффективность 71%)

Этот способ, наверное, является самым древним контрацептивным средством. Принцип действия этого метода заключается в выведении пениса из влагалища до начала семяизвержения. Прерванный половой акт является одним из самых неэффективных контрацептивных

методов. Согласно статистике, из 100 пар, пользующихся этим методом, около 20-25 из них потом сталкиваются с нежелательной беременностью:

**Во-первых**, не каждый мужчина способен контролировать себя в момент оргазма (особенно это касается подростков).

**Во-вторых**, некоторое количество сперматозоидов выделяется в самом начале полового акта вместе с естественной смазкой. Кроме того, при повторных половых актах во влагалище может попасть сперма, которая осталась после первого оргазма.

Кроме ненадежности этого метода следует заметить его вредность с психологической и неврологической точки зрения – необходимость извлекать половой член нарушает ощущения оргазма как у мужчины, так и у женщины, что может приводить к неудовлетворенности половым актом. А отсутствие стимуляции головки полового члена во время оргазма может вызывать нарушение ее механизмов, приводя к развитию разных нарушений. Наш вердикт: очень неприятно, очень сложно психологически (как мужчине, так и женщине) и малоэффективно.

### Стерилизация (эффективность 99,5%)

Стерилизация – метод необратимой контрацепции, ведущий к полному бесплодию. Правда, даже здесь нельзя говорить о 100% надежности, поскольку всегда существует небольшая вероятность того, что операция не даст нужного результата. Поэтому к нему можно прибегать только в том случае, если Вы абсолютно уверены,