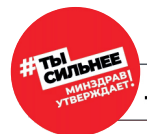


ПРАВИЛА СОХРАНЕНИЯ РЕПРОДУКТИВНОГО ЗДОРОВЬЯ ПОСЛЕ РОДОВ:

- Начинать половую жизнь рекомендуется не раньше 1,5-2 месяцев после родов.
- Запишитесь к вашему врачу-акушеру-гинекологу в первые 10-14 дней после родов. Если Вас беспокоят повышение температуры тела, боли внизу живота, обильные выделения из половых путей обратитесь к специалисту незамедлительно.
- Обсудите с врачом-акушером-гинекологом, какой метод контрацепции подходит именно Вам. Важно, чтобы выбранный метод не влиял на выработку грудного молока и был безопасен для Вас и Вашего малыша.



8 800 200 0 200
TAKZDOROV.RU



Служба
здоровья



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
НЕОБХОДИМА
КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА



РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР
ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ
РЕСПУБЛИКИ УДМУРТ

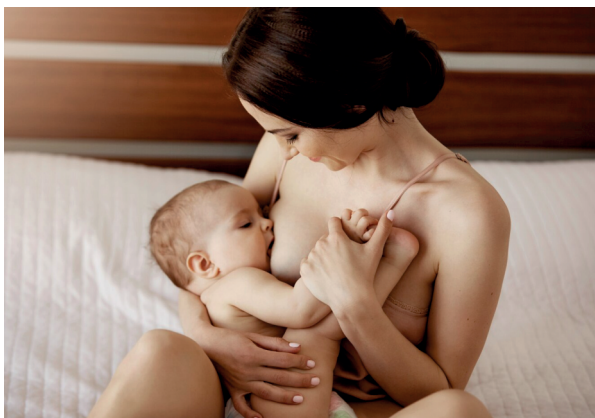


МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ УДМУРТСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
БУЗ УР «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ ЦЕНТР ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ
И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ МЗ УР»



КОНТРАЦЕПЦИЯ
В ПОСЛЕРОДОВОМ
ПЕРИОДЕ

ПОСЛЕРОДОВЫЙ ПЕРИОД НАЧИНАЕТСЯ ПОСЛЕ РОЖДЕНИЯ РЕБЕНКА И ПРОДОЛЖАЕТСЯ 6-8 НЕДЕЛЬ. В ТЕЧЕНИЕ ЭТОГО ПЕРИОДА ПРОИСХОДИТ ИНВОЛЮЦИЯ (ОБРАТНОЕ РАЗВИТИЕ) ВСЕХ ОРГАНОВ И СИСТЕМ, ПРИНИМАЮЩИХ УЧАСТИЕ В РАЗВИТИИ ПЛОДА И РОЖДЕНИИ РЕБЕНКА.



После беременности и родов женщине необходимо время, чтобы полностью восстановиться. Для полного восстановления необходимо около 3 лет – это оптимальный срок между беременностями. При интервале между беременностями меньше 2 лет увеличивается риск преждевременных родов и рождения ребенка с малым весом.

МЕТОДЫ ПОСЛЕРОДОВОЙ КОНТРАЦЕПЦИИ

Метод лактационной аменореи

Метод достаточно эффективен при строгом соблюдении условий:

- женщина кормит ребенка не реже 7-8 раз в день с перерывом не более 4-х часов в дневное и ночное время;
- докорм в этом случае полностью исключается.

Внимание!

С увеличением промежутков между кормлениями эффективность метода снижается.

Женская стерилизация

- Наиболее эффективный и необратимый метод контрацепции.
- Приемлем для тех, кто больше не планирует иметь детей.
- В России этот метод может быть использован только для женщин, старше 35 лет, имеющих не менее двух детей, либо по медицинским показаниям.



Внутриматочные контрацептивы (спирали)

- Эффективность достаточно высокая.
- При отсутствии противопоказаний метод может быть применен через 6-8 недель после родов.
- Не влияют на выработку молока и здоровье ребенка.

Барьерный метод контрацепции (презервативы, спермициды)

- Эффективен в послеродовом периоде при правильном использовании.
- Не влияет на грудное молоко и здоровье малыша.

Гормональная контрацепция

- Высокоэффективный метод контрацепции.
- Назначается с 6-й недели после родов только врачом-акушером-гинекологом, так как не все препараты можно принимать в послеродовом периоде и при кормлении грудью.

Естественные методы (измерение температуры в прямой кишке, календарный метод)

- Имеют низкую эффективность.

Прерванный половой акт

- Малоэффективный метод контрацепции.

Помните! Новая беременность может наступить через 4-6 недель после родов при отсутствии контрацепции!