

Valdis Dakuļa

MFp IV, 15. gr.

04.11.2015., Rīga

Mentors: doc. D. Balodis

Kontracepcijas izvēle un tās ietekme uz pāra attiecībām



RĪGAS STRADIŅA
UNIVERSITĀTE

VITA BREVIS ARS LONGA

65RSU
IZAUGSMES
GADI

Kontracepcija – (*lat. contra – pret, conception – ieņemšana*) pasākumu kopums grūtniecības novēršanai.

Angļu literatūrā "birth control"

Vispārīgi par seksualitāti studentu vidū

- 1806 respondenti
- *Students were aged 18 - 25, 69.2% females and 30.8% males, 31.6% were medical students and 68.4% non-medical students.*
- *Only 1% of female and 30% of male student **are** satisfied with their sexual function and would not change anything.*
- *12% of female and 17% of male student feel depressed about their sexual life. [1]*

1. Olga Cvetkova, Lelde Smilte, «SEXUAL EXPERIENCE AND RELATED NEGATIVE EMOTIONS AMONG LATVIAN STUDENTS». RSU ISC 2015.

Zināšanas un metožu lietojums

- 100 medicīnas un 101 citu studiju programmu studenti
- Biežāk lietotas barjermetodes – 58.2%
- 89.1% uzskata, ka par kontracepciju jādomā abiem
- Zināšanu tests par kontracepciju zināšanām absolūti pareizi:
 - » Med studenti 21.2%
 - » Citas programmas 0 %

1. Solveiga Jekabsone, Jūlija Sapuna, «CONTRACEPTIVE CHOICE AND THE MECHANISM OF AWARENESS AMONG YOUNG PEOPLE». RSU ISC 2015.

Barjeras metodes

■ Darbojās fiziski novēršot spermas iekļūšanu

- » Prezervatīvi
- » Sieviešu prezervatīvi
- » Diafragma
- » Kontraceptīvais sūklis

www.prezervativi.lv/lv/prezervativi/sieviesu

Sākums → Prezervatīvi → Sieviešu p

• Akcijas

• Prezervatīvi

Pēc ražotāja

- Durex
- LifeStyles (Mates)
- Pasante
- Billy Boy
- Condomi
- SICO
- EXS
- Luxe Maxima
- Vitalis
- MY.SIZE
- ON
- Adore

Pēc veida

- Komplekti
- Pīšņi

Sieviešu p

Sieviešu prezervatīvi nodrošinā ierastos vīriešu prezervatīvus iepriekš, nepārtraucot priekšlietojot, sieviešu prezervatīvi transmisīvajām slimībām, saiti

Pasante Female Condom



1,29 € 1,49 €



Prezervatīvi

- **S:** Prezervatīvi ir izvēles metode neprecētiem, seksuāli aktīviem vīriešiem Zimbabvē, kamēr kontracepcijas tabletes ir izvēles metode precētu vīriešu vidū.
- 2000. g apkopota 1994. g. Zimbabves demogrāfijas un veselības aptauja
- Prezervatīvi primāri tiek lietoti ārpus laulību seksuālajām attiecībām
- *Single men* 7 reizes vairāk paļāvās uz prezervatīviem (50%), nekā uz orālo kontracepciju (7%)

Jacob Adetunji «Condom Use in Marital and Nonmarital Relationships in Zimbabwe» *International Family Planning Perspectives* Vol. 26, No. 4 (Dec., 2000), pp. 196-200



Prezervatīvi

Table 1. Percentage distribution of all survey respondents and of sexually active survey respondents, by current contraceptive use, according to sex and marital status, Zimbabwe, 1994

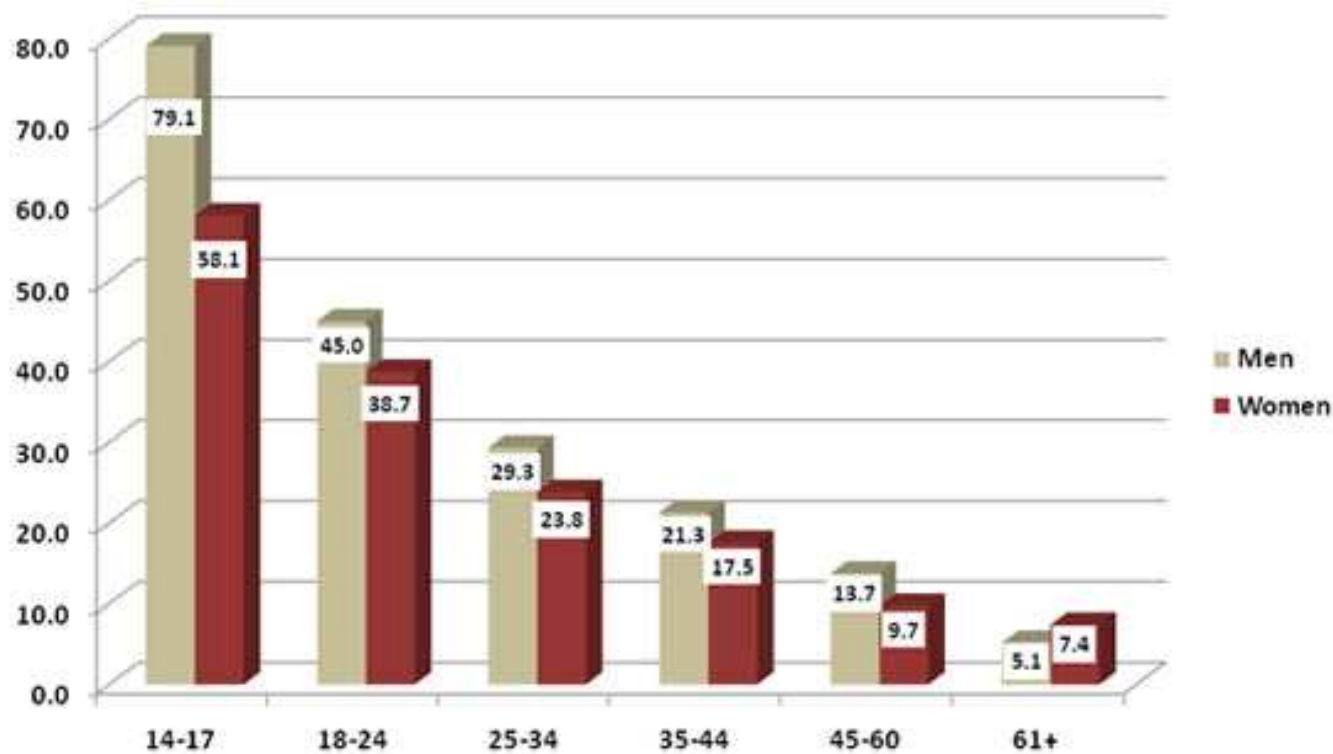
Method	Male			Female		
	All (N=2,141)	Sexually active		All (N=6,128)	Sexually active	
		Single (N=212)	Married (N=851)		Single (N=264)	Married (N=2,961)
None	58.6	42.5	36.1	64.9	43.5	46.7
Pill	21.3	6.5	46.8	23.6	32.1	37.2
IUD	0.6	0.5	1.2	0.6	0.2	1.1
Injectable	1.5	0.0	3.2	2.4	4.5	3.3
Condom	14.1	49.6	5.8	2.4	13.8	2.6
Sterilization	0.9	0.0	1.8	1.8	2.5	2.7
Female	0.7	0.0	1.5	1.7	2.5	2.5
Male	0.2	0.0	0.3	0.1	0.0	0.2
Rhythm	0.4	0.0	0.4	0.2	1.8	0.1
Withdrawal	1.6	0.9	3.0	2.6	0.8	4.4
Other	1.2	0.0	1.8	1.2	0.9	1.7
Implant	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.2
Total	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0

Jacob Adetunji «Condom Use in Marita
(Dec., 2000), pp. 196-200



Condom Use Rates by Age & Gender

(% of past ten vaginal intercourse acts that included condom use)
(N = 3457)



National Survey of Sexual Health and Behavior (NSSHB). Findings from the National Survey of Sexual Health and Behavior, Centre for Sexual Health Promotion, Indiana University. *Journal of Sexual Medicine*, Vol. 7, Supplement 5. 2010

Hormonālā kontracepcija

- Tabletes
- Implanti
- Injekcijas
- Plāksteri
- IUS
- Vaginālie gredzeni

Birth Control Pills Have Lasting Effects on Relationships

- Laboratoriski, sievietes lietojot kontraceptīvus izrāda mazāku tieksmi uz maskulīniem vīriešiem, nekā kontrolgrupa
- 2500 online sieviešu respondentu, kas lietoja hormonālos kontraceptīvus
- **S:** Sievietes bija mazāk *attracted* un mazāk seksuāli apmierinātas nekā tās, kuras nelietoja kontraceptīvus.
- Kontraceptīvu lietotājas tomēr bija laimīgākas par partnera finansiālo un citiem ne-seksuālajiem aspektiem, un bija mazāks šķiršanās risks.

Janelle Weaver, «Birth Control Pills Have Lasting Effects on Relationships», Scientific American, Mar 1, 2012. Tiešsaitē:
<http://www.scientificamerican.com/article/the-problem-with-the-pill/>

Women's Sex Drive

- Sievietēm, kas lieto hormonālo kontracepciju, ir augstāks risks seksuālajai disfunkcijai (samazināta iekāre un uzbudinājums)
- Sievietes stabilās attiecībās, nesmēķētājas, nav bijušas stāvoklī, neplāno drīzumā bērniņu, biežāk izmanto orālo kontraceptīvu.

Katrina Woznicki, «Hormonal Contraception Puts Women at Higher Risk of Sexual Dysfunction, Study Finds», WebMD, May 5, 2010. Tiešsaitē:
<http://www.webmd.com/sex/birth-control/news/20100505/birth-control-pills-put-brakes-on-womens-sex-drive>

Biheiviorālās metodes

- Auglības atpazīšana
- Pārtrauktais dzimumakts
- Abstinence
- Laktācijas amenoreja
- Kalendārā metode

Auglības atpazīšanas metode

- Balstās uz simptotermālajām pazīmēm, lai noteikt ovulācijas brīdi:
 - » Serdes temperatūras kāpums
 - » Gļotu simptomātika
 - » Dzemdes kakla novietojums un cietība
- Var izmantot, lai atliktu grūtniecību, vai tieši sekmētu ieņemšanu



Seksa biežums

- Vidējais *coitus* biežums bija līdzīgs ar citu metožu lietotājiem.
- Dzimumaktu biežums pieaug ilgstoši lietojot metodi
- Dzimumaktu biežums auglīgajās dienās un mēnešreižu laikā samazinās.
- Pierādījumi liecina par uzvedības pārmaiņām gūstot pieredzi lietojot šo metodi, veicinot komunikāciju par auglību partneru vidū.

Sinai I, Arévalo M. «It's all in the timing: coital frequency and fertility awareness-based methods of family planning.» J Biosoc Sci. 2006 Nov;38(6):763-77.

Neplānoto grūtniecību risks

Method (1)	% of Women Experiencing an Unintended Pregnancy within the First Year of Use		% of Women Continuing Use at One Year ³
	Typical Use ¹ (2)	Perfect Use ² (3)	(4)
No method ⁴	85	85	
Spermicides ⁵	28	18	42
Fertility awareness-based methods	24		47
Standard Days method ⁶		5	
TwoDay method ⁶		4	
Ovulation method ⁶		3	
Symptothermal method ⁶		0.4	
Withdrawal	22	4	46
Sponge			36
Parous women	24	20	
Nulliparous women	12	9	
Condom ⁷			
Female (fc)	21	5	41
Male	18	2	43

Trussell J , Nelson AL, Cates W, Kowal D, Policar M. Contraceptive Technology: Twentieth Revised Edition. New York NY: Ardent Media, 2011.

Neplānoto grūtniecību risks

Method (1)	% of Women Experiencing an Unintended Pregnancy within the First Year of Use		% of Women Continuing Use at One Year ³
	Typical Use ¹ (2)	Perfect Use ² (3)	(4)
Diaphragm ⁸	12	6	57
Combined pill and progestin-only pill	9	0.3	67
Evra patch	9	0.3	67
NuvaRing	9	0.3	67
Depo-Provera	6	0.2	56
Intrauterine contraceptives			
ParaGard (copper T)	0.8	0.6	78
Mirena (LNg)	0.2	0.2	80
Implanon	0.05	0.05	84
Female sterilization	0.5	0.5	100
Male sterilization	0.15	0.10	100

Trussell J , Nelson AL, Cates W, Kowal D, Policar M. Contraceptive Technology: Twentieth Revised Edition. New York NY: Ardent Media, 2011.

Apkopojums

- Prezervatīvus biežāk lieto neprecēti pāri.
 - » Tie samazina baudu
- Orālos kontraceptīvus lietojošām sievietēm ir pazemināts libido
- Auglības atpazīšanas metode veicina uzvedības pārmaiņas un komunikāciju par auglību partneru vidū.
 - » Ierobežo dzimumattiecības auglīgajās dienās
 - » Lietošana nav vienkārša

Paldies par uzmanību



Vai sievietē, kurai lietojot p/o hormonālo kontracepciju nav ovulācijas, ir fizioloģiski vesela?



Kāpēc nelietojot kontracepciju
grūtniecības risks gada laikā ir 85%?

