

## Что такое контрацепция?

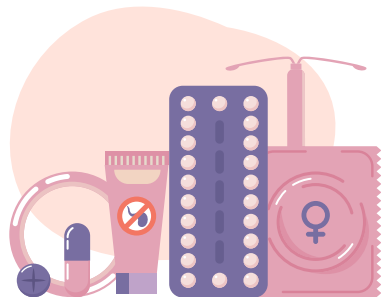
**Контрацепция** (от новолатинского *contracerption* - «противозачатие») - это методы и средства предупреждения нежелательной беременности.

Это не только защита от нежелательной беременности, но и сохранение твоего здоровья и возможность родить здорового ребенка, когда ты этого захочешь.

**Основная цель контрацепции - надежное предупреждение абортов, нежелательных родов и воспалительных заболеваний половых органов.**

### Методы контрацепции:

- гормональная контрацепция
- барьерные (механические)
- спермицидные (химические) методы
- внутриматочная контрацепция
- методы экстренной контрацепции
- натуральные методы планирования семьи (физиологические).



Согласно рекомендациям Всемирной организации здравоохранения наиболее приемлемой контрацепцией для подростков является презерватив как идеальный барьерный метод и гормональная контрацепция, отличающаяся высокой эффективностью, занимающая ведущее место в мире среди средств, предупреждающих нежелательную беременность.

Иногда один из партнеров не хочет использовать презерватив в силу разных причин. Постарайся отбросить условности, ложный стыд, неуверенность в себе. **На чаше весов - твое здоровье, твое благополучие, а может быть, и твоя жизнь.**

Выбор контрацепции зависит от твоих индивидуальных особенностей, и поэтому правильный выбор ты можешь сделать только с врачом (консультация врача-гинеколога или врача-андролога).

#### Литература:

1. О.В. Шарапова, А.А. Баранов, П.А. Кротин, И.С. Долженко. Консультирование подростков и молодежи по вопросам репродуктивного здоровья. - М., 2005, с. 103-105.
2. М. Буш, О. Ромашенко. Вопросы, которые стоит задавать. Все что интересует девушек и юношей. - М., 2010, с.81-101.

#### Составитель:

Е.Ф. Борцова, медицинский психолог, психолог центра охраны репродуктивного здоровья подростков Государственного автономного учреждения Калининградской области «Региональный перинатальный центр», г. Калининград, Каштановая аллея, д.145



Министерство здравоохранения  
Калининградской области

16+

# Подростковый возраст. Ребенок во взрослом теле



# Привет!

Мы рады, что ты читаешь сейчас нашу памятку –  
для нас это значит очень многое.

Это значит, что ты заботаешься о своем здоровье и хочешь в будущем  
иметь здоровую крепкую семью. Канется, мы угадали?

Ну, тогда нагнем обо всем по порядку!

## Достаточно ли ты взрослая, чтобы начинать жить половой жизнью?

Без сомнения, ты считаешь себя взрослой, не обращая внимания на то, что думают об этом родители или окружение. Но взрослым человек становится не в каком-то определенном возрасте, а тогда, когда он научится отвечать за свои поступки, и, более того, научится совершать их осознанно.

Начало половой жизни - это всегда очень личное, всегда ответственное решение, которое в значительной мере может изменить твоё восприятие и дальнейшую линию жизни.

## Когда можно начинать половую жизнь?

Парень и девушка могут встречаться, дружить, нравиться друг другу, но совсем не обязательно вступать в половые отношения, необходимо найти ту границу, за которую выходить нельзя.

Скорее всего, начало половых отношений связано с чувством любви, взаимоуважения и достижением соответствующего возраста (после завершения периода полового созревания).

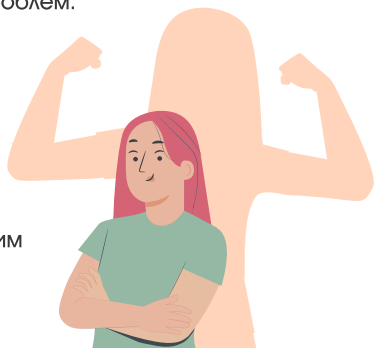
В этом вопросе важно учитывать, что начало интимных отношений - это решение двух людей. Относитесь с большим уважением к ответной реакции твоего избранника (избранницы).

## Чем опасно раннее начало половой жизни?

Раннее начало половых отношений связано с высокой степенью риска возникновения воспалительных заболеваний половых органов, обусловленных инфекциями передаваемыми половым путем, которые становятся основной причиной таких серьезных проблем, как бесплодие, внематочная беременность, не вынашивание беременности. К тому же, возможность нежелательной беременности впоследствии может стать причиной «порочного круга» проблем.

## Навыки безопасного поведения:

- Навыки общения с противоположным полом.
- Способность к критическому мышлению.
- Способность к принятию решения.
- Способность сказать «нет» наркотикам, ранним сексуальным связям, незащищенному сексу.
- Навыки использования средств защиты.



## Проблемы ранней беременности

Во время беременности организм работает в усиленном режиме - большая нагрузка падает на сердечно-сосудистую, эндокринную систему и внутренние органы. **Организм девушки-подростка еще не готов к таким перегрузкам.**



Исходом беременности у девушки-подростка может быть самопроизвольный аборт (выкидыш).

Большую угрозу здоровью девушке-подростку может нанести искусственное прерывание беременности или аборт.

Процесс рождения ребенка, особенно в подростковом возрасте, может оказаться травматичным как для юной матери, так и для новорожденного.

Если ребенок родился преждевременно или в срок, но оказался маловесным, ему необходим особый уход, который девушка-подросток обеспечить не в состоянии.

Некоторым подросткам удастся довольно успешно ухаживать за ребенком, особенно если они состоят в браке и живут в благоприятной социальной среде, где принято опираться на помощь семьи. При этом возможности для развития их личности временно могут быть ограничены. Например, не удастся получить образование или профессиональную подготовку, которые помогли бы им нормально развиваться и вести более полноценную и творческую жизнь.

Дети, рожденные девушками-подростками, нередко оказываются отказными или запущенными подкидышами.

Если ребенок остается с одним из родителей или родителями, которые и сами еще не вышли из подросткового возраста, он может вырасти без необходимой психологической и социальной поддержки, в которой он нуждается в первые годы своей жизни.

Но в любом случае, не забывайте о том, что рождение ребенка - это радостное событие в жизни каждой семьи. Согласно Семейному кодексу РФ последнее слово остается за девушкой и ее партнером.

Иногда одним из возможных вариантов бывает временная передача ребенка после его рождения в дом ребенка или кому-то на воспитание. Такой шаг может быть очень травмирующим для матери.

Открываемые приюты «Маленькая мама» также позволяют сохранить связь с ребенком, воспитывать его и одновременно продолжить образование.

