

Contraceptia dupa nastere

Articol de: anca axenia

Dupa ce ai nascut iti pui intrebarea ce metoda de contraceptie ai putea sa folosesti ca sa nu afecteze calitatea laptelui. Care este cea mai buna metoda de contraceptie dupa ce ai nascut?

Este de luat in considerare faptul ca:

ai nevoie de o buna protectie impotriva unei noi sarcini, pentru ca sa poti continua sa alaptezi (o noua sarcina poate suprima lactatia);

este necesara spatierea nasterilor (timpul necesar refacerii organismului este de minim 2 ani).

Daca alaputati cele mai bune metode sunt cele non-hormonale: metoda amenoreei de lactatie (primele 6 luni), metodele de bariera (prezervativul, diafragma si spermicidele) si folosirea dispozitivelor intrauterine cu cupru (steriletele).

Steriletul

Steriletul (dispozitivul intrauterin - DIU) este un mic dispozitiv flexibil, confectionat din plastic, care se insereaza in cavitatea uterina de catre medicul ginecolog care confirma ca uterul femeii este sanatos. DIU poate contine cupru sau un hormon, care se elibereaza treptat in organism, in cantitati foarte mici.

Avantaje:

grad de protectie ridicat;

revenirea fertilitatii imediat dupa extragerea DIU.

Dezavantaje:

dureri in zona abdominala;

scurgeri vaginale intre menstruatii;

modificarea ciclului menstrual;

creste riscul aparitiei unor infectii pelviene.

Steriletul poate fi inserat la proaspatele mamici la 6-8 saptamani dupa nastere. Steriletul asigura contraceptia pentru o perioada de 5-10 ani, in functie de tipul de dispozitiv folosit.

Metoda amenoreei de lactatie

Femeia este protejata in mod natural de o sarcina atunci cand:

Menstruatiile inca nu au revenit – prima conditie a acestei metode;

bebelusul este alaptat in mod frecvent, atat in timpul zilei, cat si in timpul noptii (de 8-10 ori/zi dintre care cel putin odata in cursul noptii). Intervalul dintre doua alimentatii nu trebuie sa depaseasca 4 ore ziua si 6 ore noaptea.

copilul alaptat are varsta mai mica de 6 luni;

Eficienta acestei metode este foarte ridicata daca se respecta toate conditiile enumerate. Daca nu sunt indeplinite conditiile, ar trebui sa folosesti o alta metoda eficienta de contraceptie, care sa nu interfere cu alaptatul si sa continui sa alaptezi sugarul si dupa diversificarea alimentatiei lui, daca este posibil pana la 2 ani.

Dintre metodele hormonale, pot fi folosite contraceptivele numai cu progestativ (minipilule, contraceptiv injectabil, DIU cu progestativ) dupa 6 saptamani de la nastere.

Pilula

Pilulele contraceptive combinate nu se recomanda atunci cand mama alapteaza, deoarece contin doi hormoni feminini: estrogen si progesteron. Primul reduce cantitatea de lapte si poate avea o influenta negativa asupra cresterii si dezvoltarii copilului.

Pilulele care nu contin deloc estrogeni, pot fi utilizate fara nici o problema. Astfel de tablete contin doar progesteron intr-o doza mica (75 micrograme) si este suficienta pentru a impiedica fecundarea unui ovul.

Avantaje:

nu au nici o influenta asupra calitatii laptelui si nici a dezvoltarii copilului;

eficienta ridicata;

prevenirea sarcinii extrauterine;

revenirea fertilitatii la scurt timp dupa intreruperea administrarii.

Dezavantaje:

trebuie luata zilnic, la aceeasi ora, fara intrerupere de-a lungul intregului ciclu menstrual. Inainte de a lua aceste pilule se recomanda consultarea medicului ginecolog.

Contraceptivele injectabile

Au o eficacitate de 98-99%, asemanator contraceptivelor hormonale care se iau pe cale orala, pot fi administrate dupa sase saptamani de la nastere in cazul mamelor care alapteaza si imediat dupa nastere femeilor care nu alapteaza.

Metoda presupune o injectie intramusculara cu progesteron, care este apoi eliberat in mod treptat in fluxul sanguin si care va protejeaza pentru o anumita perioada de timp.

Avantaje:

eficienta foarte crescuta;

protectie pe termen lung;

previne cancerul endometrial si fibronul uterin.

Dezavantaje:

daca incepeti sa utilizati contraceptive injectabile, nu puteti sa va razganditi dupa doua sau trei luni;

reintoarcerea fertilitatii poate avea loc dupa aproape un an de la ultima injectie;

ciclu menstrual neregulat, cresterea greutatii corpului, sani durerosi,

instabilitate emotionala.

serviciu oferit de [GWP Entertainment](#)

