

Для коментарів чи іншого зворотного зв'язку заповніть форму:
[форма зворотного зв'язку щодо цієї версії настанови](#)

Версія цього документу для друку: <http://guidelines.moz.gov.ua/documents/2918?id=ebm00574&format=pdf>

Настанови на засадах доказової медицини.
Створені DUODECIM Medical Publications, Ltd.

Настанова 00574. Інші методи контрацепції

Коментар експерта. В Україні наявні медико-технологічні документи за темою Планування сім'ї <http://mtd.dec.gov.ua/index.php/uk/haluzevi-standarty-ta-klinichni-nastanovy/item/21-planuvannia-simi>

Автор: Anneli Kivijärvi

Редактор оригінального тексту: Heidi Alenius

Дата останнього оновлення: 2017-08-21

Основні положення

- Презерватив - єдиний засіб контрацепції, що захищає також і від захворювань, що передаються статевим шляхом.
- Контрацептивний ефект бар'єрних та природних методів при звичайному використанні є недостатнім. Вони придатні лише для непостійного використання людьми, для яких виникнення незапланованої вагітності не становить проблеми.
- Тих, хто використовує такі методи контрацепції, необхідно проінформувати щодо посткоїтальної контрацепції.

Бар'єрні методи

- Презерватив - це єдиний засіб контрацепції, що забезпечує захист від інфекцій. Тому у разі випадкових та нових статевих контактах слід завжди використовувати презервативи, навіть якщо вже використовується інший засіб контрацепції [Доказ 07267 |D]. Необхідність та корисність презервативів важко переоцінити. Також існують безлатексні презервативи [Доказ 05190 |C].

- Лубриканти на олійній основі та вагінальні препарати можуть швидко пошкодити презерватив.
 - Різні методи контрацепції є у вільному доступі (вони не завжди є у аптеках, проте їх можна придбати через Інтернет):
 - Вагінальні супозиторії, що містять сперміцид ноноксинол-9; їх не слід використовувати як єдиний метод контрацепції [доказ 05115 | A].
- Коментар експерта.* Лікарський засіб, що містить сперміцид ноноксинол-9, зареєстрований в Україні з синонімічною назвою ноноксинол*
- Діафрагма - засіб контрацепції у вигляді тонкого куполу з латексу. Вона встановлюється у вагіні навпроти шийки матки. Завжди повинна використовуватись разом зі сперміцидами [доказ 00675 | D]. [доказ 05188 | C] Зазвичай для підбору правильного розміру діафрагми необхідна допомога медичного фахівця.
 - Також можна використовувати силіконові діафрагми універсального розміру.
 - Губка з піни, просочена сперміцидом. Її можна описати, як "одноразова діафрагма універсального розміру". [доказ 05191 | A]
 - У випадку використання діафрагми підвищується ризик виникнення інфекцій сечовивідних шляхів, а використання губки може спричинити розвиток синдрому токсичного шоку.
- Бар'єрні методи можна використовувати як для нерегулярного, так і для постійного використання.
 - Їх ефективність значно зменшується при неналежному використанні.
 - Тим, хто використовує бар'єрні методи контрацепції, варто порадити можливість посткоїтальної контрацепції.

Природні методи контрацепції

- Природні методи контрацепції засновані на відмові від статевих зносин під час фертильної фази або на використанні бар'єрних методів контрацепції лише тоді, коли ймовірність завагітніти є найбільшою.
- Природні методи контрацепції не є надійними. Однак, їх можна застосовувати, якщо використання абсолютно надійної контрацепції не є обов'язковим, наприклад, якщо жінка хоче дещо подовжити інтервал між двома вагітностями.

- Запліднення яйцеклітини може відбутись впродовж 20 годин після овуляції. Сперма зберігає здатність до запліднення переважно впродовж 3 днів, а інколи навіть і 6-7 днів після еякуляції. Фертильна фаза триває приблизно 10 днів.
- В Інтернеті можна придбати пристрої, що передбачають час овуляції. Метод передбачення овуляції полягає у визначенні лютеїнізуючого гормону в ранковій сечі за допомогою тест-смужки.
- Календарний метод контрацепції: перші 8 днів та (можливо) останні 10 днів регулярного 28-денного менструального циклу є "безпечними".
- Метод вимірювання базальної температури: час овуляції визначається за допомогою вимірювання базальної температури тіла. Статеві зносини допускаються одразу, щойно підвищується базальна температура. Симптоматермальний метод поєднує вимірювання базальної температури із іншими симптомами овуляції.
- За методом Біллінгза жінка досліджує слизові виділення з шийки матки.
- Надійність природніх методів контрацепції коливається у дуже широких межах (індекс Перля 1-40) залежно від того, хто їх застосовує.
- Регулярне застосування виключно грудного вигодовування грає роль ефективного методу контрацепції до першої менструації, але не більше 6 місяців від народження дитини [Доказ 04414] [C].

Пов'язані ресурси

- Кокранівські огляди [Пов'язані 00216] [Other methods of contrac...]
- Інші огляди доказових даних [Пов'язані 00216] [Other methods of contrac...] [Доказ 00675] [D]

Доказові огляди Duodecim

- [Доказовий огляд 07267](#). Behavioral interventions for improving condom use for dual protection.
Дата оновлення: 2014-06-13
Рівень доказовості: D
Резюме: Interventions promoting condom use for dual protection might not be effective for preventing pregnancy or sexually transmitted infections, although the evidence is insufficient.

- [Доказовий огляд 05190](#). Non-latex versus latex male condoms for contraception.
Дата оновлення: 2014-03-15
Рівень доказовості: C
Резюме: Non-latex condoms may break easier than latex condoms but may be better preferred by the users. There is no reliable evidence of a difference in contraceptive efficacy.
- [Доказовий огляд 05115](#). Spermicide used alone for contraception.
Дата оновлення: 2017-09-02
Рівень доказовості: A
Резюме: Vaginal spermicides used alone lead to unintended pregnancy in the first year in up to one fourth of cases. The differences in the efficacy of the different spermicide preparations are unclear but may be dose-related.
- [Доказовий огляд 00675](#). Diaphragm versus diaphragm with spermicides for contraception.
Дата оновлення: 2012-05-15
Рівень доказовості: D
Резюме: There is no evidence from controlled trials on the contraceptive effectiveness of diaphragm versus diaphragm with spermicides.
- [Доказовий огляд 05188](#). Cervical cap versus diaphragm for contraception.
Дата оновлення: 2012-05-23
Рівень доказовості: C
Резюме: The Prentif cervical cap may be as effective as a diaphragm in preventing pregnancy, but the FemCap may not.
- [Доказовий огляд 05191](#). Sponge versus diaphragm for contraception.
Дата оновлення: 2014-03-18
Рівень доказовості: A
Резюме: The sponge is less effective than the diaphragm in preventing pregnancy, and discontinuation rates are higher at 12 months.
- [Доказовий огляд 04414](#). Lactational amenorrhea for family planning.
Дата оновлення: 2016-03-15
Рівень доказовості: C
Резюме: Lactational amenorrhoea method may be effective when used correctly the first 6 month postpartum.

Авторські права на оригінальні тексти належать Duodecim Medical Publications, Ltd.

Авторські права на додані коментарі експертів належать МОЗ України.

Published by arrangement with Duodecim Medical Publications Ltd., an imprint of Duodecim Medical Publications Ltd., Kaivokatu 10A, 00100 Helsinki, Finland.

Ідентифікатор: [ebm00574](#) Ключ сортування: 027.005 Тип: EBM Guidelines

Дата оновлення англomовного оригіналу: 2017-08-21

Автор(и): [Anneli Kivijärvi](#) Редактор(и): [Heidi Alenius](#) Лінгвіст(и)-консультант(и) англomовної версії: [Kristian Lampe](#)
Видавець: [Duodecim Medical Publications Ltd](#) Власник авторських прав: [Duodecim Medical Publications Ltd](#)

Навігаційні категорії
[EBM Guidelines](#) [Gynaecology](#)

Ключові слова індексу

[mesh: Contraception](#) [mesh: Contraception, Barrier](#) [mesh: Condoms](#) [mesh: Contraceptive Devices](#)
[mesh: Contraceptive Devices, Female](#) [mesh: Sterilization](#) [Sterilisation](#) [mesh: Pessaries](#) [mesh: Preconception Care](#)
[mesh: contraceptive foam](#) [mesh: contraceptive implant](#) [mesh: lubricant](#) [mesh: Spermatoxicidal Agents](#)
speciality: [Gynaecology](#) icpc-2: [W14](#)