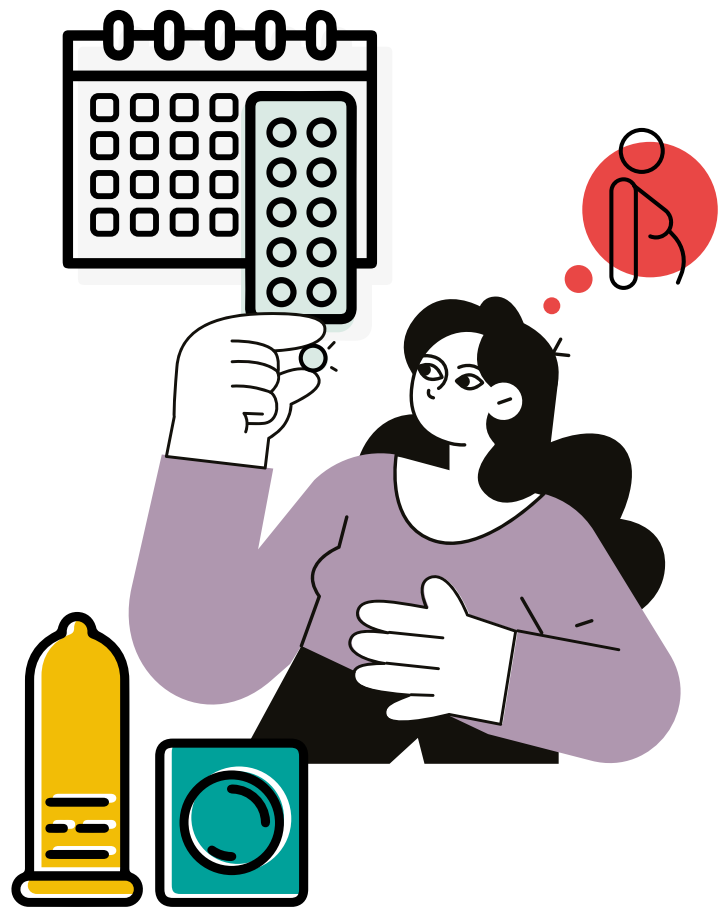


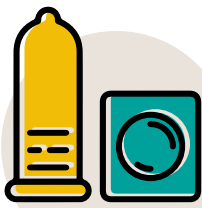
## Контроль рождаемости и ВИЧ

Семейное планирование – важная тема для женщин с ВИЧ, так как грамотный контроль рождаемости позволяет избежать нежелательной беременности. Для женщин с ВИЧ подходит большинство методов контрацепции.



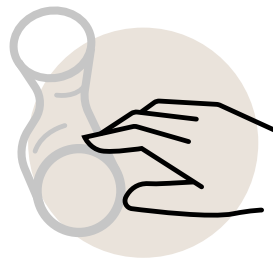
### Барьерные методы

препятствуют продвижению сперматозоидов к яйцеклетке



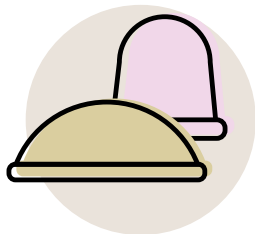
#### Мужской презерватив:

При правильном и сознательном использовании, его эффективность доказана – при этом презерватив защищает не только от беременности, но и от заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП).



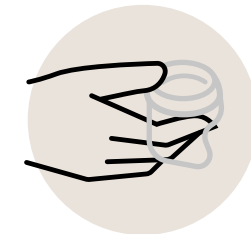
#### Женский презерватив:

Такой же эффективный и безопасный метод, как мужской презерватив, только менее распространенный.



#### Диафрагма или маточный колпачок:

Сами по себе эти средства не очень эффективны, поэтому их нужно использовать совместно со спермицидом. Спермицид – это вещество, убивающее сперматозоиды. Этот метод не защищает от ЗППП.

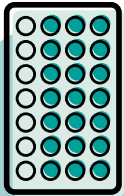


#### Контрацептивная губка:

Губка создает физический барьер между спермой и влагалищем, не давая сперматозоидам проникнуть внутрь матки. Не защищает от ЗППП.

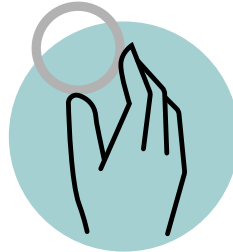
## Гормональные методы краткосрочного действия

Предотвращают овуляцию, оплодотворение и/или имплантацию оплодотворенной яйцеклетки. Не защищают от ЗППП, поэтому рекомендуется комбинировать их с барьерными методами.



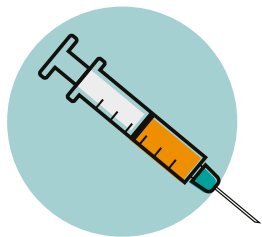
### Противозачаточные таблетки:

Содержат гормоны, схожие с теми, которые производят яичники (эстрогены и гестагены). Они предотвращают овуляцию и, следовательно, беременность. Таблетки принимаются перорально каждый день.



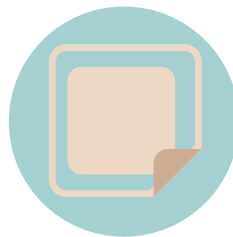
### Вагинальное кольцо:

Вводится в вагину раз в месяц, ежедневно высвобождая небольшие дозы гормонов. Диарея и рвота не снижают эффективность кольца.



### Иньекции:

Содержат эстроген или прогестин. Вводятся каждые 30-90 дней.

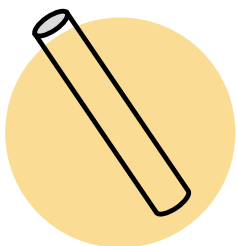


### Контрацептивный пластырь:

Приклеивается на кожу каждые 7 дней в течение 3 недель, последняя неделя – для отдыха. Гормоны медленно высвобождаются, попадая в организм через кожу.

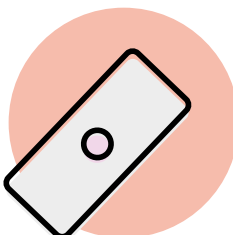
## Обратимые методы контрацепции продолжительного действия

Препятствуют овуляции, оплодотворению и/или имплантации оплодотворенной яйцеклетки. Не защищают от ЗППП, поэтому рекомендуется комбинировать их с барьерными методами.



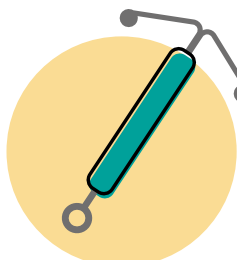
### Имплант:

Представляет собой стержень размером со спичку, который вводится под кожу предплечья и постепенно высвобождает прогестин. Этот метод является высокоэффективным, действие гормонов длится от 3 до 5 лет, хотя удалить имплант можно в любой момент.



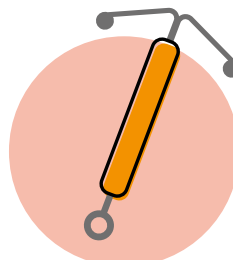
### Экстренная контрацепция:

Такие методы можно использовать после незащищенного полового акта, если используемый метод контрацепции подвел, либо после изнасилования. Данный способ не прекращает уже наступившую беременность, в отличие от abortивной таблетки.



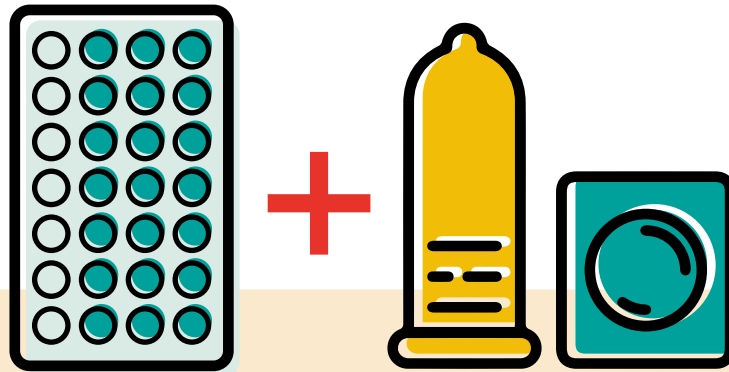
### Внутриматочная спираль:

Небольшое и очень гибкое устройство, которое вводится внутрь матки. Спираль высвобождает медь и прогестин, которые не дают сперматозоиду оплодотворить яйцеклетку. Эффект спираль длится от 3 до 10 лет.



### Медная внутриматочная спираль:

При введении в первые пять дней после полового акта эффективность этого средства достигает 99%. После введения женщина может продолжать использовать спираль как регулярный метод контрацепции, либо принять решение отказаться от него в пользу другого метода.



Некоторые препараты для лечения ВИЧ могут снизить эффективность гормональных методов контроля рождаемости. Некоторым женщинам могут потребоваться другие методы контрацепции, чтобы избежать беременности.

## Помни:

Женщины с ВИЧ могут спокойно использовать любой метод контроля рождаемости, чтобы предотвратить нежелательную беременность.

Тем не менее, презерватив является единственным методом контрацепции, который защищает от ЗППП.

Медицинские работники, которые тебе помогают, помогут подобрать наиболее подходящий метод контрацепции.

**gt** grupo de trabajo sobre tratamientos del VIH  
ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA  
ONG DE DESARROLLO



¿TIENES DUDAS  
SOBRE EL TEMA?  
PREGÚNTANOS

Tel. 93 458 26 41

### Отказ от ответственности

Информация, содержащаяся в этом буклете, не отменяет информации, полученной от врача. Решения, связанные со здоровьем, должны приниматься только после консультации с медперсоналом. Информация о медицинских аспектах может со временем потерять свою актуальность.

Если после прочтения этого буклета у тебя возникли вопросы, советуем обсудить их с твоим врачом или медсестрой, либо позвонить в gTt-VIH по телефону 93 458 26 41, чтобы проверить наличие новой информации по данной теме.

### SUBVENCIONA



✓ POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL

Generalitat  
de Catalunya

Salut/ Agència de Salut  
Pública de Catalunya

Diputació  
Barcelona

Àrea d'Igualtat  
i Sostenibilitat Social

Ajuntament de Barcelona

### COLABORA



Vall  
d'Hebron

eSPiC  
Equip de salut  
pública i comunitària

[www.gtt-vih.org](http://www.gtt-vih.org)

SI TE HA PARECIDO ÚTIL Y INTERESANTE  
EL CONTENIDO, COMPÁRTELO.