

AİLE PLANLAMASI VE YÖNTEMLERİ



**AİLE PLANLAMASI
NEDEN ÖNEMLİ VE
KULLANILAN
YÖNTEMLER NELER?**

Aile planlanması neden önemli

- Anne ve çocuk ölümlerinin önemli ölçüde azaltır
- İstenmeyen gebeliklerin önüne geçer
- Çocukların fiziksel, sosyal ve ruhsal yönden daha iyi gelişmesini sağlar
- Sağlıklı doğum aralığı sağlar (en az 2 yıl)
- Annenin fizik ve ruh sağlığını korur
- İsteyerek düşüklerin azalmasını sağlayacaktır
- Cinsel yaşamın sağlıklı sürdürülmesini sağlar
- Ülke nüfusunun düzenlenmesinde katkıda bulunur



Aile planlanmasında kullanılan yöntemler neler?

Kondom



- Erkekler tarafından kullanılan bir çeşit latexten yapılan esnek kılıf
- Hem gebelikten hem de cinsel yolla bulaşan hastalıklardan korur
- Diğer doğum kontrol yöntemlerinden daha ekonomik ve ulaşması kolaydır
- Kadının rahim ağzı kanserine yakalanma riskini azaltır

Rahim içi araç (spiral)

- Rahim içine yerleştirilen küçük plastik bir araçtır bakır ve hormon içeren tipleri de vardır
- Hemen korumaya başlar ve 10 yıl koruma süresi vardır çıkarıldığında tekrar gebe kalınabilir
- İçerdiği bakır nedeniyle spermleri öldürüp tüplere geçişini engelleyerek ya da tüplerde oluşmuş bir döllenmiş yumurtanın rahim içine yerleşmesini engelleyerek etki eder



Gebeliği önleyici haplar

- Kadınlık hormonlarını (östrojen progesteron) içeren haplardır
- Kadının yumurtalıklarından yumurta hücresinin gelişip atılımını engeller
- Bırakıldığında tekrar gebe kalınabilir
- Rahim ve yumurtalık kanserine karşı koruyucudur
- Adet ağrısını azaltır ve adetleri düzenli hale getirir



Kadında tüplerin bağlanması

- Kadında yumurtayı taşıyan tüplerin ameliyatla bağlanmasıdır
- Kadında yumurtalık dan atılan yumurta hücresi tüplerden geçerek rahme ulaşır tüpler kapatılınca kadının yumurta hücresi erkek tohum hücresiyle birleşemediğinden dölleme olmaz
- Kalıcıdır geri dönüşü pahalı ve zordur
- Adet düzeyinde ve vücut yapısında değişiklik meydana getirmez



Erkekte tohum kanallarının bağlanması

- Erkeğin tohum kanallarının ameliyatla bağlanmasıdır
- Erkek tohum hücreleri tohum kanalları bağlanıp kesildiği için cinsel ilişki sırasında boşalan sıvıya geçemez ve kadının yumurta hücresini dölleyemez
- Kalıcıdır geri dönüşü pahalı ve zordur
- Bu işlemi yaptırmaya bilinçli ve gönüllü olarak karar veren çiftler, kesinlikle bir daha çocuk sahibi olmak istemeyenler, çocuk sahibi olması sakıncalı olanlar için uygundur
- İsteddiği sayıda çocuğu olmayanlar kendisi yada eşi ileride başka çocuk isteyecek olanlar kararından emin olmayanlar ve baskı altında karar vermiş olanlar için uygun değildir

Gebeliği önleyici iğneler

- Kadınlık hormonlarından biri olan progesteron içerir düzenli olarak 3 ayda bir kez iğne şeklinde uygulanır
- Kadın üreme hücresinin oluşumunu engeller
- Rahim ve yumurtalık kanserine karşı koruyucudur emziren annelerde kullanabilir
- Kilo artışı görülebilir cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı koruyuculuğu yoktur

