



Планирование семьи — это **ваше решение** Это ваше время. Это ваш выбор.

Экстренная контрацепция для предупреждения беременности

Что нужно знать

Что собой представляет экстренная контрацепция?

Экстренная контрацепция (emergency contraception, EC) — это одна из форм контрацепции, т. е. один из методов предупреждения беременности. Экстренная контрацепция рекомендуется в тех случаях, когда противозачаточные средства, например презервативы, не использовались или есть сомнения в их эффективности.

Ее можно использовать после секса, когда оба партнера согласились на секс (секс по обоюдному согласию), или после секса, когда не было согласия обоих партнеров (секс без обоюдного согласия).

Экстренную контрацепцию можно применять в течение 5 дней после полового акта. Ее применение не имеет смысла, если беременность уже наступила. Экстренная контрацепция не прерывает беременность.

- Существует 2 вида экстренной контрацепции: внутриматочные средства (intrauterine devices, IUD) и таблетки для экстренной контрацепции.

- Для экстренной контрацепции существует 3 вида таблеток: улипристал; таблетки, содержащие только прогестин; комбинированные таблетки для экстренной контрацепции.
- Внутриматочное средство, введенное в течение периода до 5 дней после незащищенного полового акта, может обеспечить дополнительные годы высокоэффективной контрацепции. Есть 2 вида IUD: IUD с левоноргестрелом 52 мг предотвращает беременность в течение периода до 7 лет; медное IUD предотвращает беременность в течение периода до 12 лет.
- Чем раньше будут приняты таблетки для экстренной контрацепции, тем больше вероятность того, что беременность не наступит. Безрецептурные таблетки для экстренной контрацепции следует принимать в течение 3 дней после незащищенного полового акта. Рецептурные таблетки можно принимать в течение 5 дней после незащищенного полового акта.



Каковы побочные эффекты?

Таблетки для экстренной контрацепции могут иметь следующие побочные эффекты:

- Тошнота или рвота
- Головокружение
- Болезненность молочных желез
- Усталость
- Головная боль
- Боли/спазмы в животе

Внутриматочные средства могут иметь следующие побочные эффекты:

- Тошнота или рвота
- Головная боль
- Головокружение
- Усталость
- Кисты яичников
- Тазовый перитонит (пельвиоперитонит)
- Болезненность молочных желез
- Учащенное мочеиспускание
- Боли/спазмы в животе (могут быть сильнее при применении медного внутриматочного средства)

Чтобы уменьшить тошноту после приема таблетки для экстренной контрацепции, можно принять безрецептурное средство от тошноты за час до приема таблетки. Таким средством может быть меклизин, который продается под торговыми марками Dramamine II или Bonine. Можно принять Tylenol (ацетаминофен), Aspirin или Advil (ибупрофен) перед установкой внутриматочной спирали, чтобы уменьшить спазмы и боль. Все побочные эффекты обычно проходят в течение нескольких дней. Экстренная контрацепция может повлиять на ваш менструальный цикл (месячные). Месячные могут наступить раньше или позже, быть скудными или обильными.

Что делать после применения средств экстренной контрацепции?

После применения средств экстренной контрацепции шанс забеременеть может значительно снизиться. Однако рекомендуем сделать домашний тест на беременность примерно через 2 недели. Если у вас вообще не будет следующих месячных, следует обратиться к врачу.

Часто задаваемые вопросы

Повлияет ли экстренная контрацепция на мои шансы забеременеть в будущем?

Нет, экстренная контрацепция не влияет на репродуктивную функцию или шансы забеременеть в будущем.

Нужно ли мне по-прежнему использовать какой-либо метод контрацепции, даже если я могу применить средство экстренной контрацепции?

Лучший способ предотвратить нежелательную беременность — использовать регулярный метод контрацепции. Экстренная контрацепция предназначена для экстренных ситуаций.

Куда можно обратиться, чтобы проконсультироваться с кем-нибудь или получить дополнительную информацию?

Обратитесь к своему поставщику медицинских услуг, чтобы обсудить приемлемые для вас методы контрацепции. Если у вас нет поставщика медицинских услуг, то почти в каждом округе есть как минимум одна клиника Программы планирования семьи (Family Planning Program). В ней работают специально подготовленные медицинские работники, которые могут вам помочь. Чтобы найти поставщика медицинских услуг в вашем районе, перейдите по ссылке:

<https://www.health.ny.gov/familyplanning>



Следует ли принимать средства экстренной контрацепции после сексуального насилия?

После сексуального насилия важно обратиться за медицинской помощью. Если вы будете находиться в больнице, вам расскажут о возможных вариантах контрацепции и бесплатно предоставят средство экстренной контрацепции. Также можно обратиться за медицинской помощью к своему основному поставщику медицинских услуг или в клинику планирования семьи. Существуют организации, которые оказывают помощь в таких случаях. Примером такой организации является Национальный информационный центр по борьбе с сексуальным насилием (National Sexual Violence Resource Center). Для получения более подробной информации обратитесь на горячую линию штата Нью-Йорк по противодействию сексуальному и домашнему насилию (NYS Sexual & Domestic Violence Hotline).

Звоните по номеру: 1-800-942-6906. Отправляйте текстовое сообщение на номер: 1-844-997-2121.

Звонки и текстовые сообщения принимаются в режиме 24/7. Звонки абсолютно бесплатны и конфиденциальны.

Программа планирования семьи штата Нью-Йорк финансируется федеральной Программой по Разделу X (Title X Program). Содержание не обязательно отражает официальную точку зрения правительства США. Более подробную информацию см. на веб-сайте opa.hhs.gov

