

Kontracepcijas ceļš līdz mūsdienām



Kontracepcijas tēma ir bijusi aktuāla visos laikos, tālab ir gluži saprotami pēc iespējas efektīvāku izsargāšanās metožu meklējumi. No nevēlamas grūtniecības sievietes centušās izvairīties jau kopš neatminamiem laikiem. Piemēram, Senajā Ēģiptē 1500 gadu pirms mūsu ēras jauca medu, nātrija karbonātu un krokodilu mēslus, lai pirms akta ievadītu maksti un nosegtu dzemdes kaklu. Senajā Ķīnā konkubīnes indējās ar dzīvsudrabu, svinu. Maksa par šādu dzimstības kontroli bija augsta – sabojāta veselība, nieres, nervu sistēma, plānprātība un smaga invaliditāte.

Pat vēl 20. gadsimta sākumā attīstījās visai dīvaini un pat sievietes veselībai kaitīgi izsargāšanās paņēmieni. Tā 1920. gadā, reklamējot mājas kopšanas un stipru dezinfekcijas līdzekli lizolu, to pasniedza kā ģimenes laimes draugu, aizplīvurotā veidā atgādinot par to, ko toreiz darīja daudzas sievietes, – ar šo līdzekli skaloja maksti pēc dzimumakta. No tiem laikiem ir nācis arī jocīgais padoms maksti skalot ar kokakolu.

Ir skaidrs, ka 21. gadsimtā sievietēm ir nesalīdzināmi

vairāk iespēju lemt par savu dzīvi, attiecībām, arī par grūtniecības plānošanu un izsargāšanās metodēm. Atliek tikai izmantot to!

NEDAUDZ IELŪKOJOTIES AIZ VĒSTURES AIZKARA

1873. gads, Komstoka likums. Lai gan 19. gadsimta vidū ASV sāk ražot prezervatīvus, tomēr tikumības aizstāvju aktivitātes sit augstu vilni. Pateicoties pasta inspektora Antonija Komstoka aktivitātēm, 1873. gadā ASV pieņem likumu, ar kuru tiek aizliegta pat informācijas izplatīšana par kontracepciju. Šis likums to aizliedz pat ārstiem.

1911. gadā Mārgarita Higinsa Sengere sāk strādāt par medicīnas māsu Ņujorkas graustu rajonos. Viņa gan sniedz palīdzību dzemdībās, gan glābj sievietes pēc kriminālajiem abortiem. Seksuālās izglītības un kontracepcijas līdzekļu trūkums izraisa daudz traģēdiju. 1914. gadā Sengere sāk izdot mēnešrakstu Sieviete dumpiniece, kurā raksta arī par

izsargāšanos. Komstoka likums joprojām ir spēkā, un Sengerei, lai izvairītos no soda, jāpamet valsts.

1916. gada 16. oktobrī Mārgarita Sengere kopā ar savu māsu Eteli Birnu un draudzeni Faniju Mindelu Ņujorkā atver pirmo ģimenes plānošanas klīniku ASV. To slēdz pēc deviņām dienām, bet Sengeri arestē par kontracepcijas propagandu.

1921. gadā Sengere nodibina Amerikas dzimstības kontroles līgu, kas mūsdienās pazīstama kā visā pasaulē zināma nevalstiska organizācija *Planned Parenthood Federation of Amerika*. Joprojām šīs organizācijas galvenie mērķi ir strādāt visā pasaulē, lai nodrošinātu veselības aprūpi un izglītību seksuālās un reproduktīvās veselības jomā. Pamatprincipi, kas tika definēti 1921. gadā, ir aktuāli arī mūsdienās, lai katrai sievietei būtu spēks un brīvība novērst bērna ieņemšanu, izņemot gadījumus, kad turpmāk minētie priekšnoteikumi būtu izpildīti.

*Mēs vēlamies,
tai bērni:*

- 1) būtu ieņemti mīlestībā;
- 2) dzimuši mātei pēc apzinātas vēlēšanās;
- 3) viņu dzimšanai būtu nodrošināti veselīgas dzimšanas apstākļi.

1936. gadā Sengere ievēd ASV neatļautu kontracepcijas līdzekli – diafragmu. Sākas tiesāšanās. 1937. gadā šīs tiesas prāvas rezultātā ASV dzimstības kontroli atzīst par likumīgu ārsta prakses daļu, un par to varēja sākt mācīt medicīnas skolās.

ĪSI PAR KONTRACEPCIJAS TABLEŠU ATTĪSTĪBU

Kopš 1960. gada 9. maijā ASV Pārtikas un zaļu pārvalde apstiprināja pirmās orālās kontracepcijas tabletes, ir pagājis ilgs laiks.

Zīmīgi, ka pirmajās pretapaugļošanās tabletēs bija vismaz desmit reīžu lielāks hormonu līmenis nekā mūsdienu līdzekļos, tāpēc to lietošanai bija daudz izteiktākas blaknes. Līdz ar to virkne pieņēmumu un baīļu, kas saistītas ar kontracepcijas izvēli, sakņojas tieši kontracepcijas tablešu pirmsākumos. Izteiktās blaknes visbiežāk bija saistītas ar lielu hormonu devu.

Tomēr visās jomās zinātne ir attīstījies milzīgiem soļiem, tieši tāpat arī medicīnā.

*Kontracepcijas tablešu
pilnveide ir virzījies no lielām
uz mazām hormonu devām,
lai saglabātu kontraceptīvo
efektu, bet ievērojami mazinātu
blakusparādības.*

Nozīmīga attīstība ir notikusi, meklējot iespējas hormonus sintezēt maksimāli tuvu dabiskajiem hormoniem, lai organisms tos pieņemtu un kontracepcijas tablete papildus vēl sniegtu ieguvumus, mazinot esošās veselības problēmas, piemēram, izteiktus PMS simptomus, sāpīgas un stipras menstruācijas, ārstētu pinnes u. c.

Laikā no pirmās kontracepcijas tabletes līdz šodienai ir veikti pētījumi, kas palīdzējuši attīstīt jaunas kontracepcijas tabletes, kā arī snieguši rezultātus par esošo tablešu efektivitāti, drošību, blaknēm un ieguvumiem. Ginekologiem ir daudz vieglāk strādāt, jo pētījumu dati sniedz informāciju par to, kad konkrētie medikamenti ir piemēroti un kad ir jāizvēlas cits preparāts vai metode.

Mūsdienās ir pieejamas vairāk nekā 200 dažādas hormonālās kontracepcijas tabletes, ko lieto ne tikai dzimstības regulēšanai, bet arī dažādu citu veselības problēmu ārstēšanai. Latvijā šobrīd reģistrēti vairāk nekā 50 hormonālās kontracepcijas līdzekļi.

Tie atšķiras gan pēc estrogēnu devas, gan progestīnu veida, devas, attiecībām, kādās tie savienoti ar estradiolu, kā arī – vai tie ir kombinētie preparāti ar estrogēnu vai tīrie progestīni. Vēsturiski to daudzveidība attīstījies, samazinot estrogēnu diennakts devu un sintezējot aizvien jaunus progestīnus. Kontracepcijas tabletes var tikt izmantoti apmēram 15 dažādi progestīni.

Gandrīz katrai sievietei atkarībā no viņas organisma īpatnībām un vajadzībām var piemērot kontracepcijas tabletes ar piemērotu hormonu devu un progestīnu veidu, kas ne tikai sniegtu kontraceptīvu efektu, bet varētu atrisināt vairākas veselības, labsajūtas un skaistuma problēmas, piemēram, pārmērīgu asiņošanu menstruāciju laikā, pinnes, pastiprinātu apmatojumu u. c. Tieši tālab ir nepieciešams ārsts ginekologs, kurš, izmantojot savas zināšanas un pieredzi, var izvērtēt, kura kontracepcijas metode ir vispiemērotākā, lai sieviete varētu izbaudīt savu dzīvi un sagaidīt mazuli brīdī, kad ir tam gatava. ■

JAUTĀJUMS / ATBILDE

Jau otro mēnesi menstruāciju ilgums ir 1,5 dienas. Nezinu, vai tā tam jābūt, jo iepriekš bija 4 dienas. Kas varētu būt pie vainas manām izmaiņām? Man ir 27 gadi, pastāvīgs partneris, un bērnam ir 9 gadi.



ATBILD ĀRSTE, GINEKOLOĢE, DZEMDĪBU SPECIĀLISTE INTA DINSBERGA:

Ja menstruālā asiņošana ir tik īsa, tad noteikti jāapmeklē ginekologs, lai veiktu izmeklējumus, ultrasonogrāfiju, hormonu analīzes un noskaidrotu problēmas cēloni. Šādas menstruāciju izmaiņas var būt kā simptoms hormonāliem traucējumiem.

Īpašie gadskaiti

1960. gads

Tiek reģistrētas pirmās kontracepcijas tabletes.

Tās bija atļauts izrakstīt tikai precētām sievietēm, un daudzas neprecētās, ejot pie ginekologa, aizņēmas laulību riņķus. Jau 1965. gadā 66,5 miljoni ASV sieviešu lieto orālo hormonālo kontracepciju, lai gan tā joprojām atļauta tikai precētajām.

1969. gads

Pieejams progestīnu saturošs pretapaugļošanās līdzeklis – intramuskulāras injekcijas, ko reizi trijos mēnešos sieviete var saņemt ārsta kabinetā.

1972. gads

ASV kontracepcija likumīgi ir atļauta visām sievietēm, ne tikai precētajām.

1973. gads

Pieejamas progestīna kontracepcijas tabletes jeb minipilles.

1976. gads

Pirmā hormonālā dzemdes spirāle.

1983. gads

Pirmais hormonālais implants.

2002. gads

Pirmais kontraceptīvais maksts riņķis.

2002. gads

Pirmais hormonālais kontraceptīvais plāksteris.