

KONTRATSEPTSIYA USULLARI: AFZALLIKLARI VA KAMCHILIKLARI**Berdiyeva Gulziyira Ziyomiddinovna**

Osiyo Xalqaro Universiteti

*“Davolash ishi” yo‘nalishi talabasi***Annotatsiya**

Mazkur maqolada kontratsepsiya usullarining asosiy turlari, ularning ishlash mexanizmi, afzalliklari va kamchiliklari ilmiy manbalar asosida tahlil qilinadi. Shuningdek, zamonaviy kontratsepsiya vositalarining reproduktiv salomatlikni saqlashdagi o'рни, jinsiy yo'l bilan yuqadigan infeksiyalardan himoyalash imkoniyatlari hamda har bir usulni tanlashda e'tibor berilishi lozim bo'lgan omillar yoritiladi.

Kalit so'zlar: kontratsepsiya, reproduktiv salomatlik, gormonal kontratseptivlar, prezervativ, bachadon ichi vositasi, oilani rejalashtirish.

Kirish

Kontratsepsiya reproduktiv salomatlikni muhofaza qilish, istalmagan homiladorliklarning oldini olish hamda oilani rejalashtirishning eng muhim vositalaridan biri hisoblanadi. Zamonaviy tibbiyotda kontratsepsiya nafaqat homiladorlikni rejalashtirish, balki onalar va bolalar salomatligini yaxshilash, xavfsiz reproduktiv xulq-atvorni shakllantirish hamda abortlar sonini kamaytirishda ham muhim o'rin tutadi. Jahon sog'liqni saqlash tashkiloti ma'lumotlariga ko'ra, zamonaviy kontratsepsiya vositalaridan foydalanish har yili millionlab istalmagan homiladorliklarning oldini oladi, onalar o'limi va homiladorlik bilan bog'liq asoratlarni kamaytirishga xizmat qiladi (World Health Organization [WHO], 2024).

Kontratsepsiya deganda urug'lanish yoki homilaning rivojlanishining oldini olishga qaratilgan biologik, mexanik, gormonal va jarrohlik usullarining yig'indisi tushuniladi. Ushbu usullar insonning reproduktiv huquqlarini ta'minlash bilan birga, oilaning farovonligi va jamiyat salomatligini mustahkamlashga ham xizmat qiladi (American College of Obstetricians and Gynecologists [ACOG], 2023).

Kontratsepsiya usullari ishlash mexanizmiga ko'ra tabiiy, to'siq (barrier), gormonal, bachadon ichi vositalari, favqulodda kontratsepsiya hamda jarrohlik sterilizatsiyasi kabi asosiy guruhlariga bo'linadi. Har bir usulning o'ziga xos afzalliklari va kamchiliklari mavjud bo'lib, kontratseptiv vositani tanlashda ayolning yoshi, umumiy sog'lig'i, reproduktiv rejalari, surunkali kasalliklari hamda individual ehtiyojlari hisobga olinishi lozim (WHO, 2024).

Asosiy qisim. Tabiiy kontratsepsiya usullari inson organizmining fiziologik xususiyatlariga asoslanadi. Ushbu usullarga kalendar usuli, bazal tana haroratini

kuzatish, bachadon bo'yni shilliq qavati o'zgarishlarini kuzatish, laktatsion amenoreya usuli hamda jinsiy aloqani uzish usuli kiradi. Mazkur usullar dori vositalari yoki tibbiy aralashuvni talab qilmasligi sababli ayrim oilalar tomonidan afzal ko'riladi. Shu bilan birga, ularning samaradorligi foydalanuvchining bilim darajasi, tajribasi va hayz siklining muntazamligiga bog'liq bo'lib, noto'g'ri qo'llanilganda homiladorlik xavfi sezilarli darajada oshadi (WHO, 2024). Bundan tashqari, tabiiy usullar jinsiy yo'l bilan yuqadigan infeksiyalardan himoya qilmaydi.

To'siq kontratsepsiya usullari dunyo bo'yicha eng ko'p qo'llaniladigan usullardan biri hisoblanadi. Erkaklar va ayollar prezervativlari, diafragma, servikal qalpoqcha hamda spermitsid vositalari ushbu guruhga kiradi. Ayniqsa, erkaklar prezervativi nafaqat homiladorlikning oldini olish, balki OIV infeksiyasi va boshqa jinsiy yo'l bilan yuqadigan kasalliklardan himoyalashda ham eng samarali vositalardan biri hisoblanadi (Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2024). To'g'ri va muntazam foydalanilganda prezervativlarning samaradorligi yuqori bo'lsa-da, noto'g'ri qo'llash, yaroqlilik muddatining o'tishi yoki mexanik shikastlanish natijasida himoya darajasi pasayishi mumkin.

Gormonal kontratsepsiya usullari zamonaviy tibbiyotda eng samarali usullardan biri sifatida e'tirof etiladi. Ularning asosiy ta'sir mexanizmi ovulyatsiyani to'xtatish, bachadon bo'yni shilliq qavatini quyuqlashtirish va endometriyda homilaning joylashishiga noqulay sharoit yaratishdan iborat. Ushbu guruhga kombinatsiyalangan og'iz kontratseptivlari, faqat progesteron saqllovchi tabletkalar, kontratseptiv in'eksiyalar, implantlar, vaginal halqa va transdermal plastir kiradi (Hatcher et al., 2024). Ilmiy tadqiqotlar gormonal kontratseptivlarning nafaqat homiladorlikning oldini olish, balki hayz siklini tartibga solish, dismenoreyani kamaytirish, endometrioiz simptomlarini yengillashtirish hamda tuxumdon va endometriy saratoni xavfini pasaytirishda ham foydali ekanligini ko'rsatadi (ACOG, 2023). Biroq ayrim ayollarda bosh og'rig'i, ko'ngil aynishi, tana vaznining o'zgarishi yoki tromboz xavfining ortishi kabi nojo'ya ta'sirlar kuzatilishi mumkin. Shu sababli gormonal kontratseptivlarni qo'llashdan oldin shifokor maslahatini olish zarur.

Bachadon ichi kontratseptiv vositalar (Intrauterine Device – IUD) uzoq muddatli va qayta tiklanadigan kontratsepsiya usullaridan biri hisoblanadi. Ular mis saqllovchi va levonorgestrel ajratuvchi turlarga bo'linadi. Mazkur vositalarning samaradorligi 99 foizdan yuqori bo'lib, 3 yildan 10 yilgacha xizmat qilishi mumkin (WHO, 2024). Ularning asosiy afzalligi kundalik nazorat talab qilmasligi, uzoq muddat davomida ishonchli himoya ta'minlashi hamda olib tashlangandan keyin reproduktiv funksiyaning tez tiklanishidir. Kamchiliklari sifatida dastlabki oylar davomida hayz qon ketishining kuchayishi, qorin pastida og'riq kuzatilishi va kam hollarda bachadon devorining shikastlanishi qayd etiladi (Berek, 2020).

Favqulodda kontratsepsiya himoyalanmagan jinsiy aloqadan yoki kontratsepsiya vositasi muvaffaqiyatsiz qo'llangan holatlardan keyin homiladorlikning oldini olish uchun qo'llaniladi. Levonorgestrel, ulipristal asetat tabletkalari hamda misli spiral favqulodda kontratsepsiya vositalari hisoblanadi. Ularning samaradorligi imkon qadar qisqa muddat ichida qo'llanilishiga bog'liq bo'lib, eng yaxshi natija jinsiy aloqadan keyingi dastlabki 24 soat ichida kuzatiladi (WHO, 2024). Favqulodda kontratsepsiya muntazam himoya usuli sifatida emas, balki favqulodda vaziyatlarda qo'llanishi lozim.

Doimiy kontratsepsiya usullari qatoriga erkaklarda vazektomiya va ayollarda bachadon naylarini bog'lash operatsiyasi kiradi. Ushbu usullar 99 foizdan ortiq samaradorlikka ega bo'lsa-da, ular deyarli qaytarib bo'lmaydigan usullar hisoblanadi. Shu sababli sterilizatsiya to'g'risidagi qaror kelgusida farzand ko'rish rejalari to'liq yakunlangan hollarda qabul qilinishi tavsiya etiladi (ACOG, 2023).

Har qanday kontratsepsiya usulini tanlash individual yondashuvni talab qiladi. Ayolning yoshi, sog'lig'i, reproduktiv rejalari, emizish davri, surunkali kasalliklari hamda jinsiy yo'l bilan yuqadigan infeksiyalar xavfi albatta baholanishi lozim. Masalan, bir nechta jinsiy sherikka ega shaxslar uchun prezervativdan foydalanish nafaqat homiladorlikning oldini olish, balki infeksiyalardan himoyalanish nuqtai nazaridan ham muhim hisoblanadi. Uzoq muddatli va ishonchli himoya istagan ayollar uchun esa implant yoki bachadon ichi vositalari eng maqbul variantlardan biri sanaladi (WHO, 2024).

Xulosa qilib aytganda, kontratsepsiya usullari zamonaviy sog'liqni saqlash tizimining ajralmas qismi bo'lib, reproduktiv salomatlikni saqlash, oilani rejalashtirish va onalar hamda bolalar salomatligini yaxshilashda muhim ahamiyatga ega. Har bir usulning afzalliklari va kamchiliklari mavjud bo'lganligi sababli kontratseptiv vositani tanlash shifokor maslahati asosida, individual xususiyatlarni hisobga olgan holda amalga oshirilishi lozim.

Foydalanilgan adabiyotlar

1. World Health Organization. Family Planning/Contraception. Geneva: WHO, 2024.
2. World Health Organization. Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use. 5th ed. Geneva: WHO.
3. American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). Long-Acting Reversible Contraception. Washington, DC, 2023.
4. Centers for Disease Control and Prevention (CDC). Contraception. Atlanta, 2024.
5. Hatcher R.A., Nelson A.L., Trussell J. Contraceptive Technology. 22nd Edition. New York: Ayer Company Publishers, 2024.
6. James D.K., Steer P.J., Weiner C.P., Gonik B. High Risk Pregnancy: Management Options. Elsevier.
7. Berek J.S. Berek & Novak's Gynecology. 16th Edition. Wolters Kluwer.

8. Williams Obstetrics. 26th Edition. McGraw-Hill Education.
9. Speroff L., Fritz M.A. Clinical Gynecologic Endocrinology and Infertility. Lippincott Williams & Wilkins.
10. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi. Reproduktiv salomatlik va oilani rejalashtirish bo'yicha klinik tavsiyalar. Toshkent.

