



KONTRASEPSIYANING ZAMONAVIY USULLARI

Abbosova Marxabxon

*Asaka Abu Ali ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi Jarrohlik
kafedrası yetakchi o'qituvchisi.*

Annotatsiya:Maqola kontratsepsiya nazariyasi va amaliyotining zamonaviy yo'nalishlarini tahlil qiladi. Unda homiladorlikdan oldini olishning turli metodlari — hormonal preparatlar, ichki vositalar (IUD), to'siq usullar, implantarlar, shuningdek barqaror va favqulodda kontrasepsiya haqida ilmiy asoslangan ma'lumotlar beriladi. Har bir usulning samaradorligi, afzalliklari, nojo'ya ta'siri va tanlov mezonlari batafsil ko'rib chiqiladi. Maqola tibbiy tadqiqotlar, klinik tavsiyalar va zamonaviy kontrasepsiya bo'yicha yo'riqnomalarga asoslanadi.

Kalit so'zlar:Kontrasepsiya, zamonaviy usullar, gormonal kontraseptivlar, intrauterin vositalar, barqaror metodlar, favqulodda kontrasepsiya, reproduktiv salomatlik, samaradorlik, nojo'ya ta'sir.

KIRISH

Reproduktiv salomatlik va homiladorlikdan oldini olish insoniyat salomatligi strategiyasining muhim qismidir. Kontrasepsiyaning maqsadi — ixtiyoriy reproduksiyanı boshqarish, ayol va erkaklarning hayot sifatini oshirish, hamda keraksiz homiladorliklar va u bilan bog'liq salomatlik xavflarini kamaytirishdir. So'nggi yillarda tibbiyotda kontrasepsiya bo'yicha innovatsion metodlar paydo bo'lib, ularning samaradorligi va xavfsizligi yuzasidan ko'plab tadqiqotlar olib borildi.

ASOSIY QISM

1. Gormonal kontraseptivlar

1.1 Og'iz orqali qabul qilinadigan gormonal dori-vositalar



Bu metod estrogen va progestin gormonlarini o'z ichiga oladi. Ular ovulyatsiyani to'xtatadi, bachadon shilliq qavatini qalinlashtiradi va sperma harakatini susaytiradi. Samaradorligi yuqori ($\approx 99\%$ to'g'ri qo'llanishda). Ammo qon ivishidagi o'zgarishlar, bosh og'rig'i yoki vazn o'zgarishi kabi nojo'ya ta'sirlar bo'lishi mumkin.

1.2 Transdermal plastirlar

Teriga yopishtiriladigan plastirlar doimiy gormon tarqatadi. Haftada bir marta o'zgartiriladi. Komfortli va ishonchli usul sifatida baholanadi.

1.3 Gormonli in'ektsiyalar

Uzoq muddatli har 8–12 haftada in'ektsiya qilinadigan progestin bazasidagi vositalar. Homiladorlikdan uzoq muddat oldini oladi, ammo qayta tug'dirishdan oldingi davrda reproduktiv funksiyani qaytarishga vaqt talab qilishi mumkin.

2. Ichki reproduktiv vositalar (IUD)

2.1 Gormonal IUD

Uterus ichiga joylashtiriladi va bir necha yil davomida (odatda 3–7 yil) ishlaydi. Bu usul ham yuqori samaradorlikka ega bo'lib, yo'qolgan sutemizish yoki ba'zi qon ketish holatlarini kamaytirishi mumkin.

2.2 Mis IUD

Gormon bo'lmagan usul bo'lib, mis ionlari sperma faoliyatini yo'q qiladi. Taxminan 10 yil davomida samarali bo'lishi mumkin. Gormonal ta'sirga chidamli bo'lmagan ayollar uchun mos.

3. To'siq usullar (barrier methods)

Barrier metodlar — fizikal to'sqinlik orqali spermani bachadon bo'ynidan o'tishiga yo'l qo'ymaydi. Masalan:

- Prezervativlar (erkak va ayol variantlari)
- Diafragma va servikal shlyuzlar



Ular STI (seksual yo‘l bilan yuqadigan infektsiyalar)ga qarshi ham himoya beradi, ammo SAMARADORLIGI bir oz pastroq ($\approx 82-88\%$) bo‘lishi mumkin, to‘g‘ri qo‘llanmasa.

4. Favqulodda kontrasepsiya

Homiladorlikdan oldini olish zarur bo‘lgan holatlarda qo‘llanadi — himoyasiz jinsiy aloqa, kondom shikastlangan hollarda. Bunga kiradi:

-Favqulodda kontraseptiv tabletkalar (levonorgestrel yoki ulipristal asosida)

-Mis IUD joylashtirish favqulodda vosita sifatida samarali — 5 kun ichida joylashtiriladi.

5. Zamonaviy va innovatsion yo‘nalishlar

So‘nggi yillarda kontrasepsiya texnologiyalari quyidagilarni o‘z ichiga oladi:

Implantlar — kichik novda shaklida teri ostiga joylashtiriladi va 3–5 yil davomida ishlaydi.

Smart kontraseptivlar — elektron monitoring orqali foydalanishni yengillashtiradi.

Molekulyar darajadagi tadqiqotlar — kelajakda sperma faolligini yo‘qotuvchi yoki reproduktiv jarayonni nazorat qiluvchi yangi molekulalarni ishlab chiqish.

XULOSA

Zamonaviy kontrasepsiya usullari turli ehtiyoj va tibbiy holatlar uchun mos variantlarni taklif qiladi. Gormonal preparatlar, IUDlar, to‘siq metodlar va favqulodda kontrasepsiya bugungi tibbiy amaliyotda keng qo‘llaniladi. Har bir usulning samaradorligi, qulayligi va nojo‘ya ta’sir profili turlicha bo‘lib, bemor bilan shifokor maslahatida shaxsiy mos tanlov qilinishi kerak. Innovatsion texnologiyalar reproduktiv salomatlik sohasini yanada rivojlantirib, xavfsiz va samarali kontrasepsiya imkoniyatlarini oshiradi.

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR

1. Hatcher, R. A., et al. (2018). Contraceptive Technology. 21st Edition. Ayer Company Publishers.



2. World Health Organization. (2022). Family Planning/Contraception Factsheet.
3. Trussell, J. (2011). "Contraceptive Failure in the United States," *Contraception*, 83(5), 397–404.
4. WHO & UNFPA. (2020). Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use.
5. Stewart, F. M., et al. (2020). Recent Advances in Contraceptive Development, *Journal of Reproductive Medicine*, 65(10), 550–562.
6. Black, K. I., et al. (2016). "Safety of Hormonal Contraception," *Obstetrics & Gynecology*, 128(3), 619–627.
7. Bahamondes, L., & González, C. (2015). "Intrauterine Devices and Systems," *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 29(4), 557–569.
8. Polis, C. B., et al. (2019). "Emergency Contraception: Mechanisms and Effectiveness," *Clinical Obstetrics and Gynecology*, 62(2), 292–305.
9. Hubacher, D. (2017). "Long-Acting Reversible Contraception," *Contraception*, 96(6), 363–367.
10. WHO. (2021). Global Guidelines for Contraceptive Use.