

Withdrawal



I pored prisustva niza kontraceptivnih preparata na svetskom tržištu i kod nas, često u praksi čujem da se iz nekih neubedljivih razloga kao kontraceptivni metod koristi prekinut snošaj-*coitus interruptus* u vreme plodnih dana.

Taj metod kontracepcije spada u prirodne odnosno tradicionalne metode kontracepcije. Zasniva se na određivanju plodnih dana tj. sigurnog perioda kada se očekuje da nema ovulacije, pa samim tim ni mogućnosti ostajanja u drugom stanju. Ipak, ta metoda ne obezbeđuje adekvatnu sigurnost iz više razloga.

Sve metode za izračunavanje plodnih dana zasnivaju se na saznanju da u toku svakog menstrualnog ciklusa postoji samo jedna ovulacija i da je to jedino vreme kada je koncepcija moguća. Treba uzeti u obzir da jajna ćelija živi i ostaje sposobna za oplodnju nekoliko sati nakon ovulacije, maksimalno tokom 24 sata, dok su spermatozoidi sposobni za oplodnju najduže 48-72 sata. Prema tome, u svakom ciklusu postoje najviše 4 plodna dana, 3 dana pre i 1 dan nakon ovulacije. Međutim, jednostavna metoda kojom bi se vreme ovulacije moglo predvideti ne postoji. Danas se kao moguće metode utvrđivanja plodnih dana koristi nekoliko metoda: Knausova, Oginoва, temperaturna metoda i Bilingsova metoda.

Knausova metoda bazira se na zapažanju o smanjenoj kontraktilnosti materice 12 dana pre početka sledeće menstruacije, što je povezano sa lučenjem progesterona od strane jajnika. Kako je potrebno da prođe bar 3 dana od ovulacije da bi došlo do pojačanog lučenja

progesterona, Knaus je zaključio da ovulacija nastaje tačno 15 dana pre naredne menstruacije i da je trajanje postovulatornog perioda 14 dana. Znači, može se zaključiti da je ovulacija bolje povezana sa sledećom, a ne prethodnom menstruacijom, jer je postovulatorna faza ciklusa stalna, a preovulatorna faza promenljiva. Kako se ne zna tačan momenat ovulacije, i kako se zna da jajna ćelija živi određeni deo dana, kao i koliko žive spermatozoidi, smatra se da u svakom ciklusu postoji 5 plodnih dana. Kako su varijacije u dužini ciklusa vrlo česte, potrebno je

poznavati dužinu ciklusa tokom 12 meseci i ustanoviti koji je najduži, a koji najkraći u tom intervalu.

Oginova metoda se temelji takođe na zapažanju da je dan ovulacije više povezan sa sledećom nego sa prethodnom menstruacijom. On je pratio funkcionisanje jajnika i zaključio, da

uzevši u obzir vreme preživljavanja jajne ćelije i spermatozoida, broj plodnih dana iznosi 9, tj. od 11. do 19. dana menstrualnog ciklusa.

Ove metode mogu imati efekta samo kod žena koje imaju cikluse od 28 dana. Kako su kod žena ciklusi uglavnom varijabilni i ne može se sa sigurnošću predvideti početak sledeće menstruacije, ova metoda nije sigurna. Takođe, na hormonska dešavanja u organizmu utiče niz faktora kao način ishrane, psiho-fizička aktivnost, stresovi, gubici telesne mase, promena klime i sredine, istovremeno prisustvo drugih oboljenja, način života

i dr. što se odražava i na ovulaciju. Opisane su, osim toga tzv. superovulacije, vanredne ovulacije, koje se dešavaju mimo svih očekivanja. Zato u praksi postoje slučajevi kada žene navode da su imale odnose odmah nakon mensesa ili neposredno uoči mensesa ili čak i za vreme mensesa i ostale su trudne. Stari ginekolozi navode primere žena mornara koje željno očekuju da im se muževi vrate

posle mnogo meseci plovidbe i od previše sreće i uzbuđenja ostaju trudne sa njima bez obzira da li su u periodu plodnih ili neplodnih dana ciklusa.

Temperaturna metoda bazira se na tome da 24-72 sata nakon ovulacije dolazi do progesteronski uslovljenog porasta bazalne temperature za 3 ili više desetinki stepena. Preporučuje se da se sprovodi apstinencija od početka ciklusa pa do trećeg dana nakon porasta bazalne telesne temperature (BT T) uz redovno merenje i praćenje BTT.

Osim što ima dug apstinencijalni period i što zahteva svakodnevni angažman, ova metoda nije sigurna jer se pokazalo da može doći do ovulacija i bez porasta BTT.

Bilingsova metoda za određivanje plodnih i neplodnih dana temelji se na razlici u intenzitetu izlučivanja cervikalne sluzi u različitim fazama ciklusa. Neposredno nakon menstrualnog krvarenja izlučivanje cervikalne sluzi gotovo da i ne postoji. Kako se bliži ovulacija, dolazi do postepenog povećanja izlučivanja cervikalne sluzi koje dostiže vrhunac u vreme ovulacije što žena oseća kao povećanu vlažnost vagine. Nakon ovulacije ponovo se smanjuje izlučivanje cervikalne sluzi. Znači, u periodu povećane i maksimalne vlažnosti odnosno lučenja cervikalne sluzi treba izbegavati seksualne odnose. Ova metoda nije previše primenljiva, jer

se bazira na subjektivnoj proceni od strane same žene, a da bi bila preciznija podrazumevala bi primenu određenih medicinskih testova, koji se inače više koriste u lečenju steriliteta, nego obrnuto.

Prekinut snošaj ili *coitus interruptus* je u nekim sredinama najprimenljivija metoda kontracepcije. Na podrazumeva primenu nikakvih pomoćnih sredstava niti bilo kakvo angažovanje za ženu, već samo određeno ponašanje u toku seksualnog odnosa. Podrazumeva

izbegavanje ejakulacije

u vaginu, čime spermatozoidi ne dolaze u kontakt sa vaginom.

Metoda nije sigurna. Određeni broj spermatozoida može i pre ejakulacije dospeti u vaginu jer se nalaze u tečnosti koja se tokom odnosa izlučuje pre ejakulata. Takođe može izazvati određene

emocionalne smetnje, psihički uslovljenu impotenciju kod muškaraca i frigidnost kod žena.

Dr Anđela Petrović-Milinković

