A kamaszok életébe sokszor mint egy sebes vonat érkezik az az első szexuális aktus, pedig nagyon fontos lenne időben gondolni a megelőzésre. Dr. Katona Renáta a szegedi klinika szülész-nőgyógyásza tapasztalata szerint – az összes művi abortuszból - 10% körüli a kiskorúak terhesség megszakításainak száma, amire megoldást a tervezés hozna.

**Mit kellene tenni a lányoknak a szexuális aktus előtt?**

A leges legfontosabb az lenne, hogy gondoljanak a védekezésre. A nemi betegségek elkerülésére és a terhesség kivédésére. A tapasztalatom sajnos az, hogy legtöbb esetben már az első aktusok után érkezik a nőgyógyászati rendelőbe a kamasz, és sokszor csak a véletlen műve, hogy elkerülték a terhességet.

A nemi betegségek ellen csak a gumióvszer véd, ezért ezt mindig ajánlom mindenkinek, aki nem tartós párkapcsolatban él. Viszont a nem megfelelő óvszerhasználat sokszor vezet nem kívánt terhességhez és abortuszhoz, ezért fontos a majdhogynem 100%ig biztos hormonális fogamzásgátlók használata is.

Rettentően fontosnak tartom, hogy a fiatalok, ne féljenek a nőgyógyászati vizsgálatoktól, mert nagyon sokszor csak egy megbeszélés az első „vizsgálat”. Soha semmi nem történik a nőgyógyásznál a páciens beleegyezése nélkül, és legtöbbször a szülő el is kíséri a lányát, és bent is lehet a rendelőbe. Az első vizsgálatnál sokszor választanak a lányok nő nőgyógyászt, talán az intimebb kapcsolat kialakításának lehetősége miatt, talán ez az oka annak is, hogy a gyermeknőgyógyászok többsége az nő.

Rengeteg fogamzásgátló tabletta áll a fiatalok rendelkezésére, amikkel személyre szabottan a lehető leghatékonyabban és a lehető legkevesebb mellékhatással lehet elérni a fogamzásgátlást.

**Sokszor hallani a fogamzásgátló tabletták mellékhatásairól. Mi az igazság a témában?**

Vannak rizikófaktorok, melyek szerint kiválasztjuk a legmegfelelőbb fogamzásgátló módszert, de sok a tévhit a mellékhatások tekintetében. Fokozott figyelmet igényelnek az elhízott, dohányzó fiatalok, vagy a genetikailag nagyobb trombózis hajlammal élők, de számukra is vannak olyan hormonális készítmények, amelyek biztonsággal szedhető. Hangsúlyoznám, hogy rettentően fontos a megbízhatóság, mert a tervezett várandóságot a művi terhesség megszakítások negatívan befolyásolják, míg a hormonális fogamzásgátlók semmilyen negatív hatással nincsenek a későbbi termékenységre.

Igazán az lenne a szerencsés, ha egy stabil menstruációs ciklussal rendelkező lányok élnének csak nemi életet. Viszont ha mégis úgy dönt a 13-14 éves lány, hogy szexuális életet szeretne élni, akkor neki a legbiztonságosabb módszer a tartós hormonális fogamzásgátló tabletta a gumi óvszerrel együttesen használva.

Meg kell említeni a sürgősségi fogamzásgátló tablettákat is, ami rendszeresen nem lehet megoldás, de ha hiba csúszott a számításokba, akkor feltétlenül szükséges lehet. Az esemény után legoptimálisabban 48 órával később - de létezik 72 órás sőt 120 órás – bevenni. Ezek a készítmények vénykötelesek, de akár szülő nélkül is felírja a nőgyógyász bármelyik ambulancián.