

МЕТОД ЛАКТАЦИОННОЙ АМЕНОРЕИ

ОСНОВЫ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

МЕТОД

Метод лактационной аменореи (МЛА) основывается на временном бесплодии, наступающем во время грудного вскармливания.

Механизм действия

- Подавляет овуляцию

ПРИМЕНЯЕТСЯ

МЛА эффективен для женщин:

- которые исключительно или почти исключительно кормят грудью,
- у которых еще не возобновились менструации, **а также**
- у которых после родов прошло меньше 6 месяцев¹.

Исключительно грудное кормление означает:

- Кормление грудью по требованию ребенка (как минимум каждые 4 часа в течение дня)
- Ночное кормление (как минимум каждые 6 часов)
- Грудное молоко не заменяется никакой другой пищей или жидкостью



ХАРАКТЕРИСТИКА МЕТОДА

ДОСТОИНСТВА

Эффективен (1-2 беременности на 100 женщин в первые 6 месяцев после родов)

Немедленная эффективность

Не связан с половым актом

Отсутствуют системные побочные эффекты

Нет необходимости в медицинском наблюдении

Не требует пополнения запаса

Не требует никаких денежных расходов

Неконтрацептивные преимущества

Для ребенка:

- Пассивная иммунизация (передача защитных антител)
- Наилучший источник питательных веществ
- Уменьшение контакта с заразными организмами воды, другого молока или детского питания, а также кухонной утвари.

Для матери:

- Уменьшение послеродового кровотечения

НЕДОСТАТКИ

Зависит от пользователя (требует следования правилам грудного вскармливания)

Может оказаться трудно выполнимым в силу социальных обстоятельств

Обладает высокой эффективностью только до возобновления менструаций или не более 6 месяцев

Не защищает от ИПП и других ЗППП (например, ВГВ, ВИЧ/СПИД)

¹ ВОЗ рекомендует начинать прикорм в 6 месяцев. Если это делается раньше, МЛА не будет уже таким эффективным.



МЕТОД ЛАКТАЦИОННОЙ АМЕНОРЕИ

ПРОБЛЕМЫ, ТРЕБУЮЩИЕ ДЕЙСТВИЙ

| ПРОБЛЕМА | ДЕЙСТВИЯ |
|--|---|
| У пациентки возобновились менструации | Помогите пациентке выбрать другой метод. ² |
| Ребенок пациентки не сосет грудь часто (> 4 часов перерыв между дневными кормлениями, > 6 часов ночью) | Помогите пациентке выбрать другой метод. ² |
| Пациентка начала регулярно добавлять твердую пищу или жидкость к рациону ребенка (заменяя этим грудное молоко) | Помогите пациентке выбрать другой метод. ² |
| Ребенку исполнилось 6 месяцев или больше | Помогите пациентке выбрать другой метод. ² |

ОБОСНОВАНИЕ

Менструации означают возобновление овуляции и возврат фертильности. Если не использовать другой контрацептивный метод, вероятность беременности высока.

Уменьшение частоты кормлений позволяет яичникам восстановить нормальные функции (овуляция может более не подавляться).

Уменьшение частоты кормлений позволяет яичникам восстановить нормальные функции (овуляция может более не подавляться).

Замечание: Понятие “дополнительное питание” не включает в себя небольшие количества жидкости или пищи; под дополнительным подразумевается жидкость или пища, **заменяющая** грудное молоко.

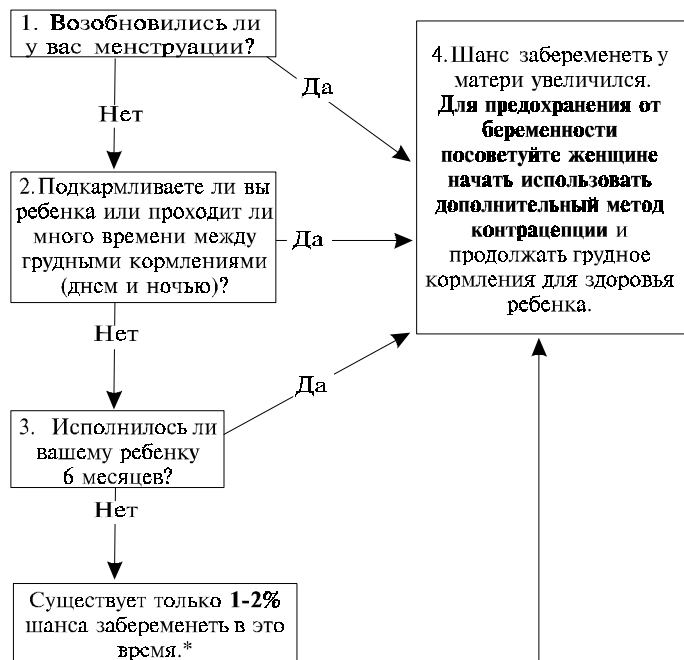
В 6 месяцев в диету ребенка надо начинать вводить дополнительную пищу, что может снизить частоту грудных кормлений. Это в свою очередь снижает вероятность того, что грудное кормление в одиночку будет эффективным методом предохранения от беременности (см. выше “**Ребенок пациентки не сосет грудь часто**”).

² Даже при переходе на другой метод следует убедить пациентку продолжать грудное вскармливание.



Рисунок 9. Алгоритм МЛА

Спросите у матери или посоветуйте ей самой задать себе следующие 3 вопроса:



Если ответ на любой из этих вопросов ДА...

* Однако женщина может решить использовать дополнительный метод контрацепции в любое время.

