

60 ÉVES A FOGAMZÁSGÁTLÓ TABLETTA

SZERETKEZZ, ne háborúzz!

Hatvan évvel ezelőtt, 1960 augusztusában hozták forgalomba az első fogamzásgátló tablettát az Egyesült Államokban. A születésszabályozás e praktikus módja alaposan megváltoztatta az életünket. Az apró pirula bombaként robbant a társadalomban, mivel soha nem látott hatalmat adott a nőknek a testük és a szexuális életük fölött.

Jásdi Beáta összeállítása

Az első tablettáról csak az üvegen szereplő apró betűs rész figyelmes elolvasása után derült ki, hogy a menstruáció szabályozása mellett a teherbe esést is meggátolja. Erre a praktikára azért volt szükség, mert egy sor amerikai államban ekkor még tiltották a születésszabályozást. A tablettát kizárólag házas nőknek írták fel, de használata így is rohamosan terjedt, és hamarosan Európában is hozzá lehetett jutni.

MEGVÁLTOZOTT A SZERELEM

„Az ötvenes években a nem kívánt terhességtől való félelem uralta a szexualitást – emlékezett Alice Schwarzer, a német nőmozgalom egyik legismertebb képviselője és az Emma feminista folyóirat alapítója egy német tévésatornának adott interjújában. – Ha az erkölcsi aggályainkat félretettük is, a terhesség megszakítása túlságosan veszélyes volt, sok szörnyű történetet hallottunk konyhaasztalon elvérzett nőkről. Így, amikor a tablettát az 1960-as évek első felében elérhetővé vált, hatalmas felszabadulásnak, valóságos csodának éreztem.”

A tablettának még az orvosok között is akadnak ellenzői. Az 1964-es ulmi nyilatkozatban kétszáz orvos arra figyelmeztetett, hogy „pusztító hatással járna, ha a szerelem következmények nélkül maradna. A fogamzásgátlást korlátozni kell”. A katolikus egyház is hevesen kikelt ellene. 1968. július 25-én VI. Pál pápa kiadta a Humanae vitae pápai enciklikát, amelyben elítélte a mesterséges fogamzásgátlást. A katolikusok számára ez az állásfoglalás gyakorlatilag a tablettát használatának tiltását jelentette.

Az idő kerekét azonban nem lehetett visszaforgatni. Ahogy az embereknek egyre jobban ment a soruk, elsősorban Nyugaton, de lassacskán a szocialista táborban is, úgy nőtt a vágy az önmegvalósításra és az egyéni szabadságra. A kibontakozó szexuális forradalom elsöpörte az addigi társadalmi normákat, a hippik „szeretkezz, ne háborúzz!” jelszóval tüntettek. A fiatalok akkoriban elképzelhetetlenül gyorsan váltottak szexuális partnert. „Aki kétszer fekszik le ugyanazzal a partnerrel, eladta magát a rendszernek” – hirdette egy nyugat-németországi mozgalom, ami mai szemmel elég furcsának hat.

A már idézett Alice Schwarzer szerint a szexuális felszabadulásnak hamarosan megmutatkoztak az árnyoldalai is. „A tablettát előtt

a fiatal lányok és nők egyszerűen férjhez mentek. A tablettával viszont a dolgok fenekestül felfordultak, a nőknek kellett a fogamzásgátlással törődniük – mondta a német nőjogi aktivista. – Ha egy nő nem szedte a tablettát, az emberek azt kezdték mondogatni róla, hogy szűk látókörű, senki sem akart járni vele. A nőknek állandóan a férfiak rendelkezésére kellett állniuk, miközben ők semmilyen felelősséget nem vállaltak a szex esetleges következményeiért.”

HETENTE MÁSFÉL MILLIÓVAL TÖBBEN

2020-ban a világot 7,8 milliárdan lakjuk. Európában és Kínában csökken, az Egyesült Államokban stagnál a népesség, de Afrika és Ázsia néhány országában továbbra is gyors a növekedés, magas a termékenységi ráta. Huszonöt ország lakossága előreláthatólag megduplázódik 2020 és 2050 között. A valós idejű világstatisztikákat mutató Worldometer adataira pillantva megdöbbentő számokat látunk: idén januártól szeptember 22-ig több mint 59 millióval lettünk többen, vagyis hetente újabb másfél millió ember igényel élelmet és lakóhelyet a Földön.

„Ez a szám azt jelenti, hogy hét nap alatt keletkezik egy új nagyváros, amely valahol lerombolja a természetes élőhelyeket, és növeli az üzemanyagigényt, fokozza az üvegházhatást – írja John Guillebaud, a londoni University College professzora Fogamzásgátlás című könyvében. – A fogamzásgátlás tehát messze nemcsak egészségügyi kérdés, a bolygónk fenntarthatósága, jövője is függ tőle. Hiszen már ma is milliók szűkölködnek olyan alapvető szükségletekben, mint a víz, étel, ruha, lakás, egészségügyi ellátás, oktatás vagy szórakozási lehetőség. Sosem lehet ezeket kielégíteni, ha nem teszünk valamit a demográfiai robbanás megakadályozása érdekében” – állítja a professzor.

– A mi tinédzserkorunkban, a hetvenes évek elején már kapható volt a hormontabletta – emlékszik vissza Erzsébet, a hatvanhét éves közgazdász. – Anyáink idejében csakis az esküvő után következhetett a szex, de mi bátrabbak voltunk, és a fiúk is követelőzőbbek. Már a gimiben is akadt, aki



Alice Schwarzer német feminista, az Emma című folyóirat alapítója

ÚJ MÓDSZEREK

Viszonylag új és nálunk alig ismert a női óvszer. A hüvelybe helyezett zsákocskák nem kívánt terhességtől és a nemi betegségektől is véd. A szexuális aktus előtt már akár nyolc órával felhelyezhető a női kondom, amely az alkalmazás során bekövetkező hibák miatt 79 százalékos hatékonyságú. Az interneten keresztül bárki megrendelheti. A kutatók napjainkban is keresik az új, a női szervezetet kevésbé megterhelő fogamzásgátló megoldásokat. Az eddigiektől eltérő, hormonmentes hüvelyi fogamzásgátló teszteléséről számolt be júliusban az Egyesült Államok egyik orvostudományi honlapja. A hüvely pH-ját megváltoztató módszert 1384 szexuálisan aktív, 28 év átlagéletkorú nőnél vizsgálták, 7 cikluson át. Terhesség 13,7%-ban következett be, a résztvevők 80 százalékának tetszett az új lehetőség.

elvezítette a szüzességét, sőt, olyan lányról is suttogtak, akinek abortusza volt. A tableta biztonságot adott, de el kellett menni érte a nőgyógyászhoz. Én is így tettem, az anyukám elkísért, nem kellett titkolóznom. De néhány hét után már panaszaim lettek, fájdogált a mellem, később kiderült, hogy méhszájsebem is kialakult. Kellemetlen beavatkozást követően az idős nőgyógyász azt tanácsolta, felejtsem el a hormontartalmú gyógyszert, mert korántsem veszélytelen. Így tizenkilenc éves koromtól kezdve soha többé nem szedtem hormontablettát. A gyermekeim születése után Ausztriából hoztunk be spirált, itthon még nem lehetett hozzájutni. Nagyon szomorú emlékem, hogy majdnem negyvenévesen a spirál mellett megfogantam. Nem mertem megszülni a babát, féltünk, hogy talán nem lesz egészséges. Szegény gyerek, ma huszonhét éves lenne, ha megengettük volna neki.

HORMONTÓL SPIRÁLIG

A 21. században a párok sokféle módon akadályozhatják meg a teherbe esést. Dr. Hetényi Gábort, a Nőgyógyászati Központ szülésznőgyógyászt a leggyakrabban alkalmazott fogamzásgátló módszerekről, előnyökről, hátrányokról kérdeztem.

– A tableta tökéletesen megbízható, veszélytelen megoldás, nem kell félni tőle. Ma már nem azokat a gyógyszereket írjuk föl, mint kezdetben, a hormontartalmuk az akkoriak töredéke. Nem növelik a mellrák kockázatát, viszont bizonyítottan csökkentik a petefészek- és a vastagbélrák előfordulásának gyakoriságát. Ezért egészséges, nem elhízott fiataloknak, kivizsgálás után, hormontablettát ajánlunk. A laborvizsgálattal elsősorban az esetleges Leiden-mutációt kell kizárni. Ez egy genetikai eredetű véralvadási zavar, amikor fokozott trombólizhajlam áll fenn. Ha beigazolódik, más fogamzásgátlási módszert kell alkalmaznunk.

– Hormoninjekciót is adhatunk. Ilyenkor nagy mennyiségű sárgatesthormont juttatunk a szervezetbe, ami három hónapig hat, utána ismételni kell. Ez már kicsit kockázatosabb, nem ismert, hogy a hölgy hogyan reagál rá, leállítani viszont, ami a tablettánál lehetséges, nem tudjuk. Vészhelyzet esetén, tehát védekezés nélküli együttlétet követően a sürgősségi fogamzásgátlásra ma már öt nap áll rendelkezésre, addig kell bevenni a tablettát. Jó megoldás lehet, de mivel nagyobb mennyiségű hormonnal terheljük a szervezetet, egy évben egyszer, esetleg kétszer használható. Mindenképpen jobb azonban, mint a nem kívánt terhesség.

– Szülés után is van megoldás, ilyenkor sárgatesthormont ajánlunk a kismamáknak, amit szoptatás alatt is lehet szedni, tableta formájában – mondja az orvos. – Ez a hormon becsapja a központi idegrendszert: „ne termelj petét, várandós vagyok”. Ha a hölgy már túl van a gyermekáldás idején, akkor jöhet szóba a spirál. A hagyományos eszköz három évig maradhat a méhben, a hormontartalmú akár öt éven túl is bent lehet. Ez a klimaxhoz közeledve is hasznos lehet, mivel a sárgatesthormon megakadályozza a gyakoribbá váló vérzészavart.

Feltétlenül meg kell említeni a gumi óvszert, ami sajnos nem túl népszerű a fiatalok körében, pedig a szexuális úton terjedő betegségek, a hepatitis, a hüvelygyulladás és a HIV-fertőzés megakadályozásában nagy szerepe van. A gumi óvszer, sőt csak az, ezek ellen egyértelmű védelem ad.

– Sokan kérdezik, okozhatja-e a napjainkban a nőknél és férfiaknál is tapasztalható alacsonyabb termékenységet az antibébi-tabletta hosszú távú szedése – folytatja dr. Hetényi Gábor. – Véleményem szerint nem. Tény, hogy mind a férfiak, mind a nők ivarszervi működése sokkal gyöngébb, mint néhány évtizede, sajnos a 20 százalékot is meghaladja a teherbeesési nehézség a korábbi 15 százalékhoz képest. Nem tudjuk, miért ez a kedvezőtlen változás. Okozhatja látens cukorbetegség, inzulinrezisztencia, az, hogy túl sok vegyszert veszünk magunkhoz a tartósítószerrel, a szervezetbe bejutó műanyagrészekkel, esetleg a stressz, de gyanúba került az UV-sugárzás is. Nem fogamzásgátlás, de a témához tartozik. Sajnos Magyarországon nem engedélyezett az abortusztabletta. Ausztriában intézményi keretek között alkalmazható. Kár, hogy nálunk nem elérhető, mivel sokkal kevésbé durva módszer, mint a méhűri beavatkozás. A szövődménye gyakorlatilag nulla, és mivel nagyon korai stádiumban, még a magzati szívhang kialakulása előtt kell bevenni, a nők lelkét sem viseli meg annyira.

SZEZRŐL NEM BESZÉLÜNK

Tudjuk-e, hogy a magyar nők hogyan védekeznek, melyik korosztály milyen módszert használ, védekezik-e egyáltalán? Makay Zsuzsanna demográfus, a KSH Népeségtudományi Kutatóintézet tudományos főmunkatársa egy 2016-os felmérésben vizsgálta a magyar nők fogamzásgátlási szokásait.

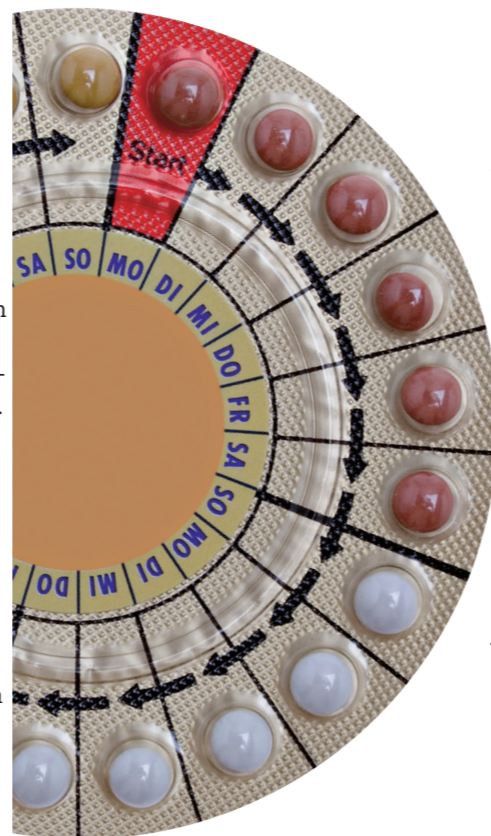
– Az adatokból kiderül, hogy a gyermeket nem tervező, reprodukív korú, párkapcsolatban élő nők 85-90 százaléka használ valamilyen fogamzásgátló módszert. Ebből



Dr. Hetényi Gábor



Makay Zsuzsanna



következik, hogy sajnos 10-15 százalékuk nem alkalmaz semmilyen megoldást. A felmérésből megtudtuk, hogy a védekezők 13 százaléka hagyományos, alacsony hatásfokú módszerrel, óvszerrel, naptármódszerrel, megszakított közösüléssel védekezik. A két csoport együtt a magyar nők egynegyedét jelenti, ők tehát ki vannak téve a nem kívánt terhességnek. Közéjük tartoznak az idősebbek, a házások, az alacsony iskolai végzettségűek és a rossz életkörülmények között élők. Ez utóbbiaknak még a tableta vagy a spirál ára és a szakorvoshoz eljutás is akadályt jelenthet.

Az adatok szerint a legmagasabb iskolai végzettségű nők az óvszert részesítik előnyben az összes többi módszerrel szemben. Az idősebb korcsoportokban pedig azt tapasztalták, hogy a tableta használata egyértelműen visszaszorul a többi megoldás javára. Spirált főleg a gyermekes, idősebb, közepes iskolai végzettségű nők használnak.

– Érdekes lenne további vizsgálatokkal feltárni, milyen szerepet játszanak a férfiak a fogamzásgátlási módszerrel kapcsolatos döntésben – figyelmeztet a demográfus. – Számos kutatás kimutatta ugyanis, hogy a férfiak sokszor nem is tudják, a partnerük milyen módon védekezik. A nem kívánt terhesség elkerülése mindkét fél számára fontos, és ennek esélye feltételezhetően nagyobb, ha mindketten átértik a fogamzásgátlás szükségességét. Sajnos Magyarországon az emberek nem szívesen beszélnek a szexuális szokásaikról, úgy vélem, mindenképpen szükséges a folyamatos felvilágosítás. Kutatások is kimutatták, hogy az iskolai felvilágosítás után megnőtt az óvszert használó fiatalok aránya.

MEDDIG KELL VÉDEKEZNI?

Elfogadott álláspont, hogy azok az ötven feletti nők, akiknek külső hormonok nélkül tizenkét hónapja nincs vérzésük, felhagyhatnak a fogamzásgátlással. Az egyéves várakozási idő alatt valamilyen egyszerű módszer, például spermicidek használata megfelelő. Fiatalabb korban két év vérzési hiány kivárása javasolt.

A fogamzásgátlás jövőjéről John Guillebaud professzor ezt írta: olyan hatékony és felhasználóbarát módszert kellene kifejleszteni, mint a hormont kibocsátó, méhen belüli eszköz, amely mellette annyira véd a szexuális úton történő fertőzések ellen, mint az óvszer. Addig is marad a »dupla holland« módszer, vagyis egyszerre két eszköz használata: egy hatékony orális vagy méhen belüli fogamzásgátló férfi- vagy női óvszerrel együtt. ■

Ne hagyja, hogy a foltos fogai elrontsák a mosolyát!

ÉS A FÉRFIAK?

A nők viszonylag sokféle megoldás közül választhatnak. A férfi-fogamzásgátlással sokkal kevesebbet foglalkoznak a kutatók, pedig van rá igény. Egy jelenleg klinikai tesztelés alatt álló módszer során úgynevezett spermakapcsolót kötnek az ondóvezetékre, amellyel kívülről, a bőrt egy bizonyos ponton megnyomva ki-be kapcsolható a spermaáramlás. A szerkezetet egy félórás ambuláns műtét során ültetik be, mindkét ondóvezetékre. A módszer óriási előnye, hogy a férfiaknak nem kell véglegesen meddővé tenniük magukat. A tizenkét hónapig ható fogamzásgátló injekció biztonságos és hatékony anyagot juttat az ondóvezetékbe, amelyet egy szilícós hidrogél anyaggal zár el, ezen a sperma nem jut át. Az új szer egyelőre szintén a klinikai tesztelés fázisában tart.



Papajával és ananással!

Eltávolítja a tea, kávé és cigaretta okozta foltokat

Akár 3 árnyalattal fehérebb fogak 4 hét alatt

Kémiai fehérítő nélkül

Növényi enzimatechnológia

