

МЕТОД ЛАКТАЦИОННОЙ АМЕНОРЕИ (МЛА)



ЧТО ТАКОЕ МЛА?

МЛА — это использование грудного вскармливания в качестве метода предохранения от беременности в первые шесть месяцев после рождения ребенка.

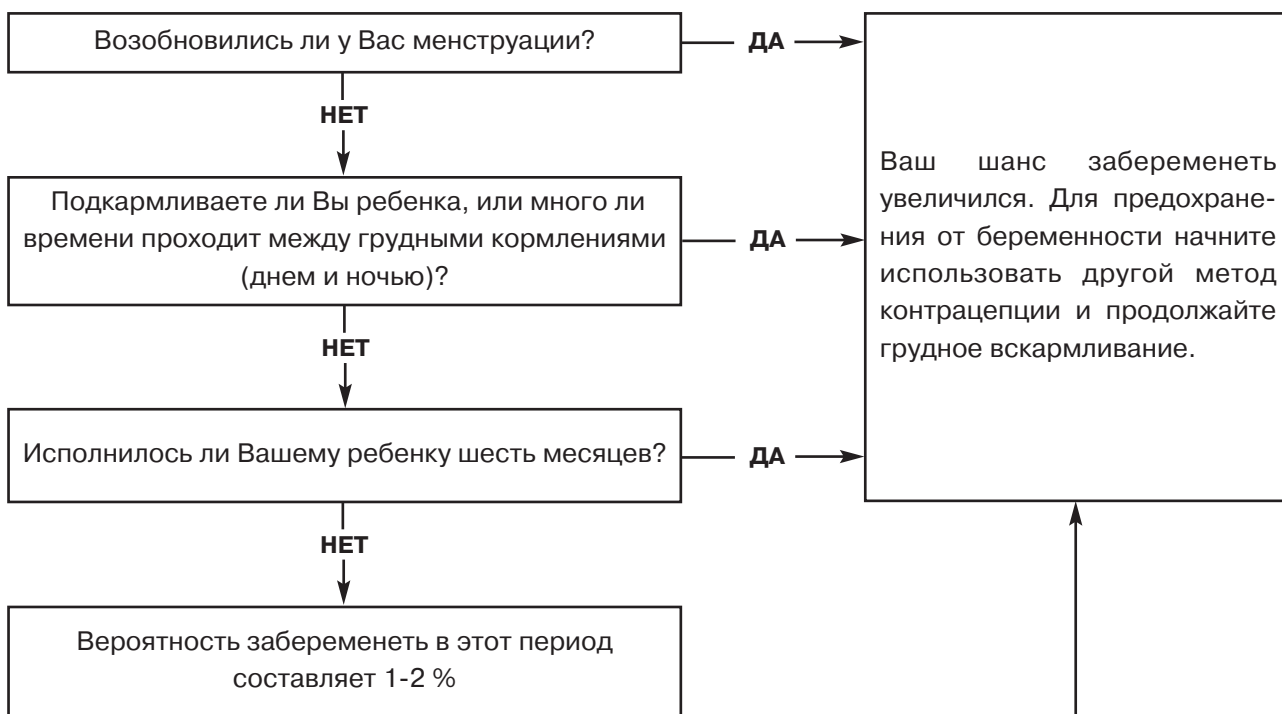
КАК ДЕЙСТВУЕТ МЛА?

МЛА основан на физиологических особенностях грудного вскармливания.

В результате отсасывания ребенком грудного молока у женщины резко снижается выработка гормонов, вызывающих овуляцию.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ МЕТОДОМ ЛАКТАЦИОННОЙ АМЕНОРЕИ?

МЛА эффективен лишь в том случае, если Вы регулярно и часто кормите ребенка грудью. Вы должны кормить ребенка по крайней мере каждые 4 часа в течение дня и каждые 6 часов в ночное время. Чтобы быть уверенной, что грудное вскармливание как метод контрацепции эффективно в настоящий момент, задайте себе несколько вопросов по следующей схеме:



Если Вы ответили ДА на какой-либо из данных вопросов...

(продолжение на обороте)

ПРЕИМУЩЕСТВА МЕТОДА

- ✓ Не требует материальных затрат.
- ✓ Не связан с половым актом.
- ✓ При правильном применении достаточно эффективен.
- ✓ Поощряет использование практики грудного вскармливания, крайне важной для здоровья ребенка.
- ✓ Наступление менструаций указывает на то, что следует начинать пользоваться другим методом контрацепции для предупреждения беременности.

ВОЗМОЖНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

- ✓ Иногда женщина не может достаточно часто и регулярно кормить ребенка грудью; в этом случае она должна выбрать другой метод контрацепции. Ваш врач или специалист по планированию семьи помогут Вам выбрать метод контрацепции, не влияющий на грудное вскармливание.
- ✓ После того, как ребенку исполнится 6 месяцев, Вы должны выбрать другой метод контрацепции. Обратитесь к своему врачу или к специалисту по планированию семьи.

ОБРАЩАЙТЕСЬ К СВОЕМУ ВРАЧУ, ЕСЛИ:

Возникли такие сложности с грудным вскармливанием, как застой молока, нарушение его оттока, мастит или абсцесс, требующие немедленного лечения.

ПОСЛЕДУЮЩЕЕ НАБЛЮДЕНИЕ

В случае, когда любое из трех необходимых условий эффективности МЛА (отсутствие менструаций, исключительное грудное вскармливание, ребенку не более 6 месяцев) не выполняется, следует начать пользоваться другим методом планирования семьи, который при этом не препятствовал бы кормлению ребенка грудью.

Помните: Метод не защищает от заражения ИППП!

