ERKEK kişi

göwrelilik barada näme bilmeli?

MEN

meýilleşdirilmedik göwreliligiň öňüni almak isleýärin.

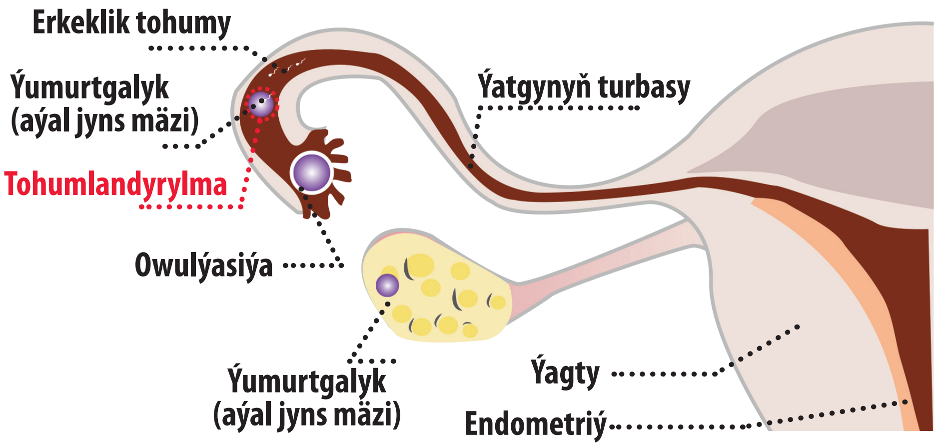
AIW-iň/JGGK-nyň geçmeginiň we ýokuşmagynyň öňüni almak isleýärin.
AIW/JGGK (adamyň immun ýetmezçiligi wirusy/ jynsy gatnaşyklar arkaly geçýän keseller.)

S. Erkek kişi göwrelilik barasynda näme bilmeli?

J. Erkek kişileriň aglaba köpüsi meýilleşdirilmedik göwreliligiň öňüni almak işiniň hut zenanlaryň işi bolup duryändygy barasyndaky berk ynanýan pikire eýýerýärler. Emma bu ýerde üns berilmeli hakykat taraplaryň ikisiniň hem, ýagny erkek kişileriň we zenanlaryň bu meselä degişlilikde deň derejede jogapkärçilikli garamagyndadyr. Är-aýallaryň hemmesi çaga isleýändiklerine degişlilikde we isleýän bolsalar, onuň haçan dogurylmagyna degişlilikde karar almaga gezek gelende, edil göwreli bolmakdan saklanmaga hakly bolşy ýaly haklydyr.

S. Göwrelilik nähili peýda bolýar?

J. Erkek kişi bilen aýal maşgalanyň hiç hili gorag serişdeden peýdalanmazdan waginal jynsy gatnaşyga baş goşan her gezeginde göwreliligiň peýda bolmagyna mümkinçilik döreýär. Jynsy gatnaşyk gidip duran mahalynda erkek kişiniň döli aýal maşgalanyň wlagalyşşesine dökülende, tohum goýberilýär we erkeklik tohumlary dessine erkeklik jyns öýjügine tarap hereket edip başlaýarlar. Erkeklik tohumy aýal maşgalanyň bedeniniň içinde 3-5 günläp ýaşamaga ukybyny ýitirmän saklap bilýär. Erkeklik jyns öýjügi erkek kişiniň erkeklik tohumynyň öýjügi tarapyndan tohumlandyrylyp, tohumlandyrylan tohum öýjügi aýal maşgalanyň ýatgysynyň içki diwaryna ornaşanda göwrelilik peýda bolýar. Özem göwreliligiň peýda bolmagyna hatda waginal jynsy gatnaşyga diňe ýekeje gezek baş goşan bolsaňyz hem ýeterlikdigini ýadyňyzdan çykarmaň. Şeýle hem, eger erkek kişi dölüni asla wlagalişşeniň içine dökmän, oňa golaý bir ýerde - agzynda döken hem bolsa göwrelilik peýda bolup biler! Mundan başga-da belläp goýmaly zat - dölden öň gelip başlaýan suwuklygyň düzüminde hem erkeklik tohumynyň bardygydyr. Bu bolsa erkek kişi tarapyndan tohum goýbermek işi dolulygyna berjäý edilmedik hem bolsa aýal maşgalada göwreliligiň peýda bolup biljekdigini aňladýar.



S. Eger-de siz we siziň aýalyňyz taýar bolmadyk ýagdaýynda göwrelilikden nähili edip saklanmaly?

J. Göwrelilikden saklanmagyň ýeke-täk we ygtybarly usuly- bu jynsy gatnaşyklara baş goşmakdan saklanmakdyr. Beýle saklanmagyň ýüsden ýüz göterim netijeliligi bar. Emma eger siz jynsy gatnaşyk bolsaňyz, onda özüňiziň we siziň taýyňyzyň islenilmedik göwrelilikden goraglylygyny üpjün etmekde ulanylýan göwreliligiň üňüni alyjy birgiden usullar bar. Şol bir wagtyň özünde islenilmedik göwrelilikden we jynsy gatnaşyklar arkaly geçýän kesellerden (JGGK), şol sanda AIW-den sizi gorap biljek, özüňize elýeterli bolup duran eke - ýtäk usul - erkek kişiler we aýallar üçin niýetlenen prezerwatiwlerdir. Bar bolan başga usullaryň arasynda göwreliligiň öňüni alýan (kontraseptiw) girdenejikler, sanjymlar we garmonal implantlar bardyr. Ýöne welin berk bellemegiňiz gerek bolýan zat- bu usullaryň hiç haýsysynyň JGGK-dan we AIW-dan goramaýanlygydyr. Bar bolan mümkinçilikleri öz lukmanyňyz bilen maslahatlaşyň. Ol size we taýyňyza iň gowy usuly maslahat berip biler. Usullaryň haýsy birini saýlasaňyz hem, ony dogry we yzygiderlilikde peýdalanmagy ýadyňyzdan çykarmaň.

S. Gaýragoýulmasyz kontrasepsiýa näme?

J. Gaýragoýulmasyz kontrasepsiýa, başgaça aýdanymyzda "ertesi girdenejik" – bu aýallar tarapyndan ulanylýan bir usul bolup, aýal tarapyndan ulanylyp gelinen bir esasy usul şowsuz bolan ýagdaýynda, mysal üçin, jynsy gatnaşygyň gidip duran mahalynda prezerwatiw ýyrtylan bolsa, ýada tötänleýin sypyrylyp aýyrylan bolsa ulanylýar. Bu adaty yzygiderlilikde ulanylýan usul däl we ondan diňe gaýragoýulmasyz ýagdaýlarda peýdalanylýar. Gaýragoýulmasyz kontrasetsiýa – bu jynsy gatnaşyga baş goşan mahalynda göwreliligiň öňüni almak maksady bilen ulanylan usulyň garaşylmadyk ýerden goragsyz gatnaşyga öwrülen ýagdaýynda, şondan soň 72 sagadyň dowamynda aýratyn görnüşli derman serişdesini kabul etmek bolup durýar. Göwrelilik eýýäm peýda bolan bolsa, gaýragoýulmasyz kontrasepsiýa başlanan göwrelilik ýagdaýyny togtadyp bilmeýär. Şonuň üçin bolup geçen jynsy gatnaşygyň goragsyz bolandygyna gözüňiz ýeten dessine girdenejigi eglenmän içmegiň ähmiýeti ulydyr. Şeýle-de bu girdenejikler sizi JGGK-dan/AIW-dan goraýan däldir.

S. Göwrelilik nähili netijelere alyp barýar?

J. Meýilleşdirilmedik göwreliligiň kä halatlarda durmuş taýdan basyşlara, maliýe kynçylyklaryna, strese we umytsyzlyga hem göwniçökgünlige alyp barmagy mümkin. Eger siz garaşylmadyk ýerden kaka bolsaňyz, onda özüňiz hakynda jogapkärçilikli kaka hökmünde pikir edip görüň. Çagany nähili edip terbiýelejek bolýanlygyňyz, taýyňyzyň göwreliligiň hötdesinden gelmeginde ýardam bermekçidigiňiz barasynda we çaganyň terbiýesinde tutjak ornuňyz barasyndaky meseleleri taýyňyz bilen ara alyp maslahatlaşyň. Göwrelilik bilen bagly jogapkärçilik hem erkek kişiniň hem aýalyň gerdenine düşýändir.

HUKUKLARYŇ BARADA GÜRRÜŇ EDELI!

Reproduktiw saglygyna hukuklar – bu näme?

Bu adamyň aýrylmaz hukugydyr – näçe çaga etmegi, nähili ýygylykda we haçan etmegi özüniň meýletin çözmegi üçin hukugydyr. Şeýle hem bu hukuga eýelik etmek üçin saglygy goraýşyň gowy hilli maglumatlary we berilýän hyzmatlary bilmeli – özüniň maşgalasyny meýilleşdirmek üçin we öz saglygy babatda sowatly çözgütleri kabul etmek üçin bilmeli.

Sagdyn bolmak, sagdyn maşgala gurmak üçin adamyň aýrylmaz hukugydyr.

- Kim bilen we haçan durmuş gurmaly?
- Näçe çaga isleýäris?
- Nähili ýygylykda we haçan?

Sowatly çözgüt etmek üçin – gowy hilli maglumatlary almak hem maşgalalaryň hukugydyr.

Her bir maşgalanyň şu aşakdakylar barada bilmäge hukugy bardyr:

- Dogrumlaryň arasynda 2-2,5 ýyl bolmagy zenanyň saglygyny dikeltmäge, özüniň we indiki çagalarynyň saglygyny saklamaga mümkinçilik berer.
- Kontrasepsiýa usulyny ulanmazdan öň hünärmene ýüz tutmak maslahat berilýär.
- Kontrasepsiýanyň häzirki zaman usullaryny ulanyp, islenilmedik göwreliligiň öňüni almak bolýar.
- Jyns ýollary arkaly geçýän ýokançlardan goramak we islenilmeýän göwreliligiň öňüni almak üçin bökdenç (goraýyş) usulyny ulanmak yerlikli bolar.

Türkmenistanda reproduktiw saglygy ugrunda hödürlenilýän hyzmatlar

Türkmenistanyň ähli welaýatlarynda aýallaryň we erkekleriň reproduktiw saglygy merkezleriniň we otaglarynyň 95 sanysy hereket edýär. Olara är-aýal jübütleri we şahsy adamlar şu aşakdaky hyzmatlar üçin ýüz tutup bilýärler:

- Maşgalany meýilleşdirmek we özüňiz üçin gabat gelýän kontrasepsiýa usulyýetini saýlamak
- Ýatgynyň boýunjygynyň howply täze döreme keselleriniň öňüni almak
- Jyns ýollary arkaly geçýän ýokançlaryň öňüni almak we bejermek
- Ýetginjekleriň reproduktiw saglygy
- Andrologiýa – erkekleriň reproduktiw saglygy
- Aýbaşy sikliniň bozulmasy
- Önelgesizlik

Howply topara degişli aýallar, şeýle hem sagdyn göwreliligi meýilleşdirmek üçin kontrasepsiýanyň maslahat berilýän usulyýetlerini alyp bilerler.

Sizde bu ýagdaýlar bar bolsa, siz howply topara degişli:

- Ýokanç keselleri (inçekesel, AIW keseli, wirusly gepatit)
- Howply täze döremeler (süýt mäzleriniň we ýatgy boýunjagazynyň)
- Ganazlyk 3-nji dereje
- Endokrin ulgamynyň keselleri (galkan şekilli mäziň keselleri, süýji kesel, semizlik 3-nji dereje)
- Ýürek-damar ulgamynyň keselleri (gan basyşynyň ýokarlanmagy)
- Aşaky dem alyş ýollarynyň hroniki keselleri (dem gysma)
- 15-19 ýaşly zenanlar
- 8 we ondan köp çaga dogran zenanlar
- Başga keseller (maşgala hem-de reproduktolog lukman tarapyndan tassyklanan keseller we ýagdaýlar)

Edebiýat:

Birleşen Milletler Guramasynyñ Ilat Gaznasy (UNFPA)

Näme etmelidigimi men bilýärin!

MAŞGALANY MEÝILLEŞDIRMEK MESELELERINDE

HAKYKY ERKEK BOL

ÖZÜŇ WE ÖZÜŇE ÝAKYN BOLAN ADAM BARADA ALADA ET!

Has jikme-jik maglumat almak isleseňiz, reproduktiw saglyk merkezlerine ýüz tutuň. Ol ýerde siz maşgalany meýilleşdirmek meseleleri boýunça maslahat alyp bilersiňiz:

- Milli merkez: Enäniň we çaganyň saglygyny goraýyş YKM, Aşgabat şäheriniň Görogly köçesiniň 80-nji jaýy; tel.: 36 82 01; 36 82 06; 36 82 17; 36 92 03; 36 82 08; 36 97 11
- Çagalar üçin şäher hassahanasynda; Aşgabat şäheriniň Garaja Burunow köçesiniň 29-njy jaýy; tel.: 92 72 14
- Enäniň we çaganyň saglygyny goraýyş welaýat hassahanasy, Ahal welaýaty, Aşgabat şäheri, etr. Büzmeýin, Arkadag köçesiniň 15-nji “A” jaýy; tel.: 33 53 44
- Enäniň we çaganyň saglygyny goraýyş welaýat hassahanasy, Balkan welaýaty, Balkanabat şäheri, kwartal 189, hassahana şäherçesi; tel.: 5 97 20; 5 97 24
- Enäniň we çaganyň saglygyny goraýyş welaýat hassahanasy, Daşoguz welaýaty, Daşoguz şäheri, Aşgabat köçesiniň 2/3-nji jaýy; tel.: 2 22 34
- Enäniň we çaganyň saglygyny goraýyş welaýat hassahanasy, Lebap welaýaty, Türkmenabat şäheri, Mollanepes köçesiniň 44-nji jaýy; tel.: 9 14 42
- Enäniň we çaganyň saglygyny goraýyş welaýat hassahanasy, Mary welaýaty, Mary şäheri, Bitaraplyk köçesiniň 32-nji jaýy; tel.: 5 25 66

UNFPA