



## **ZAMONAVIY KONTRATSEPTSIYA USULLARI: AFZALLIKLARI VA KAMCHILIKLARI**

***Iskandarova Bahora Bektosh qizi***

*Samarqand Davlat Tibbiyot Universiteti,*

*Samarqand sh, O`zbekiston*

**Annotatsiya:** *Mazkur maqolada zamonaviy kontratsepsiya usullari, ularning tasnifi, samaradorligi, afzalliklari va mumkin bo'lgan nojo'ya ta'sirlari tahlil qilinadi. Reproktiv salomatlikni saqlashda kontratsepsiya vositalarining ahamiyati, shuningdek, O'zbekiston va xalqaro tajriba asosida ularning qo'llanilish holatlari muhokama qilinadi. Maqolada shaxsiy tanlov, sog'liq holati va ijtimoiy madaniyatning kontratsepsiya usulini tanlashdagi o'rni ham yoritiladi.*

**Kalit so'zlar:** *kontratsepsiya, gormonal vositalar, spiral, prezervativ, rejalashtirish, reproduktiv salomatlik, zamonaviy tibbiyot, nojo'ya ta'sirlar*

### **Kirish:**

Kontratsepsiya — bu istalmagan homiladorlikni oldini olishga qaratilgan tibbiy va psixologik usullar majmuidir. XXI asrga kelib kontratsepsiya usullari katta rivojlanishga erishdi. Ular inson organizmiga minimal ta'sir ko'rsatadigan, yuqori samaradorlikka ega vositalar shaklida takomillashtirildi.

Reproduktiv salomatlikning asosiy yo'nalishlaridan biri bu — shaxsning o'z farzand ko'rish qobiliyatini boshqarish huquqini ta'minlashdir. Kontratsepsiya — bu tanlov erkinligi, sog'lom turmush tarzi va ongli oilaviy qarorlarning asosi hisoblanadi.

### **Asosiy qism:**

#### **1. Kontratsepsiya usullarining umumiy tasnifi**

Kontratsepsiya vositalari tasnifi ularning ta'sir mexanizmi va qo'llanilish shakliga ko'ra quyidagilarga bo'linadi:

- **Gormonal kontratsepsiya:**



- Ogʻiz orqali qabul qilinadigan tabletkalar (kombinatsiyalangan va faqat progestinli)

- Inyektsiyalar (3 oylik, 1 oylik)
- Implantlar (teriga joylashtiriladi)
- Vaginal halqalar
- **Intrauterin vositalar (spiral):**
  - Misli spiral
  - Gormonal spiral (levonorgestrel asosida)

- **Barrier (toʻsiqli) usullar:**

- Prezervativ (erkaklar va ayollar uchun)
- Diafragma va servikal qopqoqlar

- **Tabiiy usullar:**

- Ovulyatsiya kuzatuv
- Bazal harorat usuli
- Kalendarcha usuli

- **Doimiy usullar:**

- Vazektomiya (erkaklar uchun)
- Tuba ligatsiyasi (ayollar uchun)

## 2. Gormonal vositalar: afzalliklari va kamchiliklari

Gormonal kontratsepsiya vositalari ovulyatsiyani bostirish yoki servikal shilliqni oʻzgartirish orqali taʼsir koʻrsatadi.

### Afzalliklari:

- Yuqori samaradorlik (99% gacha)
- Hayz siklini tartibga soladi
- Akne va ogʻriqli hayzlarni kamaytiradi
- Homiladorlikdan keyin tezda tugatiladi

### Kamchiliklari:

- Qon bosimini oshirishi mumkin
- Qoʻl-oyoqlarda shishlar
- Ovqat hazm qilish buzilishi



- Ko'krak sezuvchanligi
- Yurak-qon tomir kasalligi xavfi ortadi (chekuvchilar va 35 yoshdan yuqorilar uchun)

### **3. Intrauterin vositalar (spiral): samaradorlik va xavfsizlik**

Spirallar uzoq muddatli kontratsepsiya vositasi sifatida tan olinadi.

#### **Afzalliklari:**

- 5–10 yilgacha davom etadi
- Har kuni eslab qabul qilish talab qilinmaydi
- Misli spiral gormonsiz bo'lib, gormonal yuklama bermaydi

#### **Kamchiliklari:**

- Joylashtirish jarayoni og'riqli bo'lishi mumkin
- Dastlabki oylar qon ketishi va hayz og'rig'i ortadi
- Gormonal spiral ba'zida og'irlik ortishiga olib keladi
- Ektopik homiladorlik xavfi (kam hollarda)

### **4. Barrier usullar: imkoniyatlari va cheklovlari**

Prezervativlar eng ommaviy kontratsepsiya vositalaridan biri bo'lib, ular jinsiy yo'l bilan yuqadigan infeksiyalarni oldini olishda ham muhimdir.

#### **Afzalliklari:**

- Qo'llash oson
- Qulay narx
- Infeksiyalardan himoya qiladi
- Gormonal yuklama yo'q

#### **Kamchiliklari:**

- To'g'ri qo'llanmasa, samaradorlik kamayadi
- Allergik reaksiyalar (lateksga)
- Jinsiy aloqani rejalashtirishga to'sqinlik qiladi

### **5. Tabiiy va doimiy usullar: nazorat va qaror**

Tabiiy usullar organizm biologik sikllariga asoslanadi. Samaradorlik darajasi pastroq, lekin diniy e'tiqodga ega yoki sog'lig'i cheklanganlar uchun muqobil hisoblanadi.





Doimiy usullar esa reproduktiv hayotni yakunlashni istagan shaxslar uchun mo'ljallangan.

## **Materiallar va usullar:**

Ushbu maqola quyidagi materiallar asosida tayyorlandi:

- 2020–2024 yillarda JSST tomonidan e'lon qilingan kontratsepsiya bo'yicha tavsiyalar
- O'zbekiston Respublikasi SSV statistikasi
- Ginekologlar bilan intervyular (15 nafar, Toshkent, Samarqand, Farg'ona viloyatlari)
- The Lancet, Reproductive Health va BMC Women's Health jurnallaridan 10 ta maqola tahlili

## **Muhokama:**

Kontratsepsiya vositasini tanlash — shaxsiy va tibbiy qaror. Har bir usulning samaradorligi va xavfsizligi ayrim insonlarga nisbatan o'zgarishi mumkin. Bu tanlovda ginekolog maslahatining o'rni beqiyos. Rivojlangan mamlakatlarda yuqori texnologiyali vositalar keng qo'llanilsa, rivojlanayotgan hududlarda asosiy muammo — axborot yetishmovchiligi va kontratsepsiya vositalarining iqtisodiy qulayligi masalasidir.

O'zbekistonda so'nggi yillarda aholi o'rtasida sog'lom reproduktiv xulq-atvorni shakllantirish bo'yicha targ'ibot ishlari kuchaymoqda. Ammo, ayrim viloyatlarda hali ham an'anaviy yondashuv ustun. Shu sababli, ta'lim va sog'liqni saqlash tizimi orqali kontratsepsiya madaniyatini kengaytirish zarur.

## **Xulosa:**

Zamonaviy kontratsepsiya vositalari inson reproduktiv salomatligini muhofaza qilishda muhim rol o'ynaydi. Har bir usulning afzallik va kamchiliklarini bilish, shaxsiy sog'liq holatini inobatga olib tanlash, homiladorlikning rejalashtirilgan bo'lishini ta'minlaydi. Kontratsepsiya vositalari to'g'risida aholining xabardorligini oshirish, bepul maslahat markazlari tashkil etish, tibbiyot xodimlarining bu boradagi salohiyatini kuchaytirish sog'lom jamiyat qurish yo'lida muhim bosqichdir.



## FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR:

1. World Health Organization. Contraceptive options for women. Geneva, 2022.
2. O'zbekiston Respublikasi Sog'liqni saqlash vazirligi hisobotlari, 2023.
3. BMC Women's Health, Vol. 23, 2023.
4. The Lancet. "Modern contraception in developing countries", 2022.
5. Guttmacher Institute. Contraceptive Use Worldwide, 2021.
6. Trussell J. "Contraceptive technology", 21st ed., 2020.
7. WHO Medical Eligibility Criteria for Contraceptive Use, 2023.
8. Reproductive Health Journal, Issue 19, 2024.