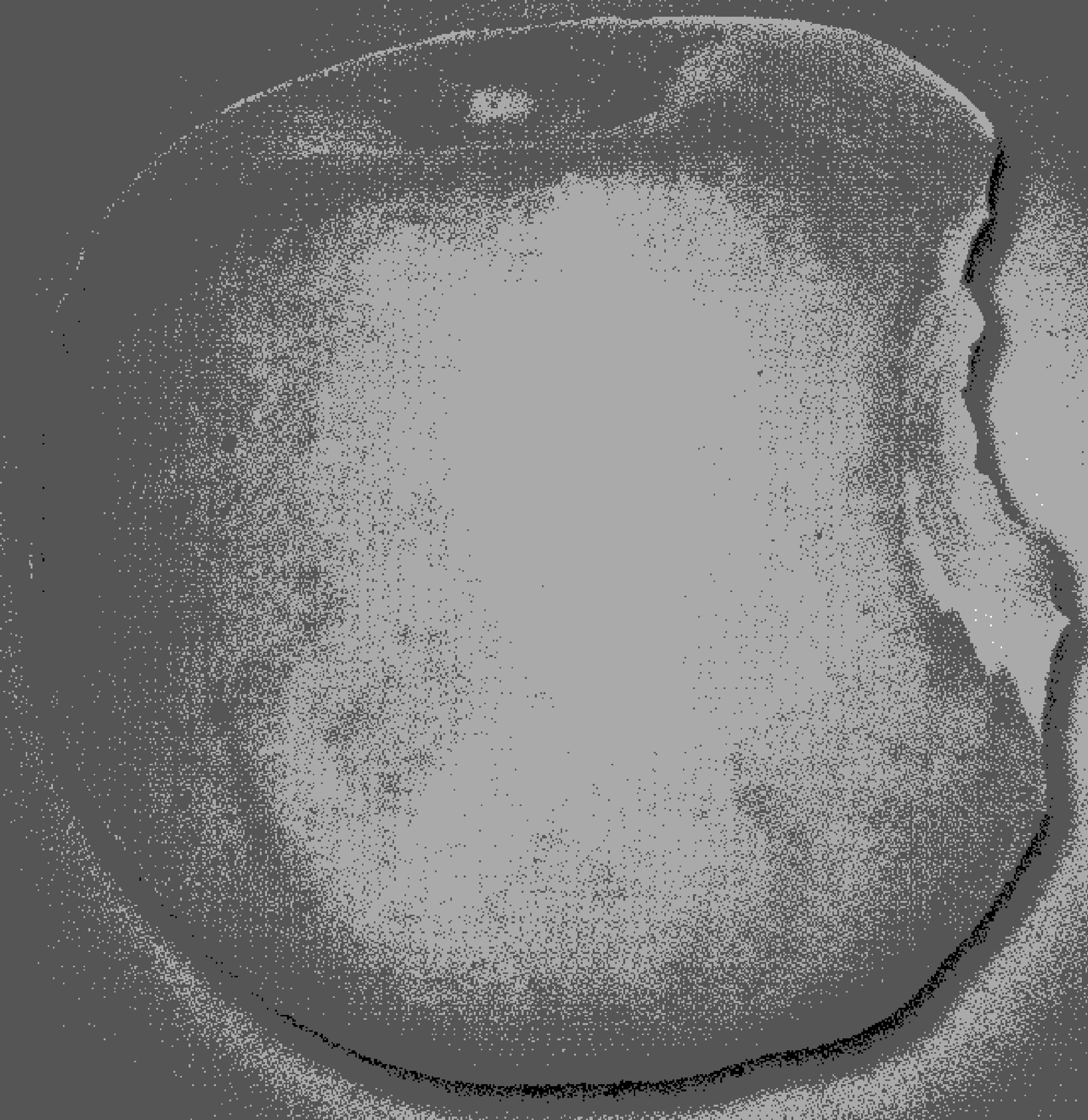


Γεώργιος Μ. Ιατράκης
ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ-ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΑΣ
ΤΟΥ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΥ ΤΟΜΕΑ ΤΗΣ ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ ΑΘΗΝΑΣ



ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟΣ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ



- Αντισύλληψη
 - Προφύλαξη από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα
 - Ευτυχισμένη οικογένεια



ΔΕΣΜΟΣ

Οικογενειακός Προγραμματισμός

2η έκδοση

ΑΘΗΝΑ 2008

ISBN: 978–960–87564–8–9

1η έκδοση 2002

2η έκδοση 2008

© 2008 Γ. Μ. Ιατράκης

Εκδόσεις «**ΔΕΣΜΟΣ**»

Ε. Γιάνναρη 5 118 53

ΑΘΗΝΑ

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση και γενικά η αναπαραγωγή εν όλω ή εν μέρει ή περιληπτικά, κατά παράφραση ή διασκευή, του παρόντος έργου, όπως και των συγγραμμάτων του συγγραφέα που χρησιμοποιήθηκαν ως πηγή του παρόντος, με οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο (όπως φωτοτυπικό, ηλεκτρονικό, ηχογράφησης κ.λπ.), σύμφωνα με τον Ν. 2121/1993 και σχετικούς ή μεταγενέστερους και τους λοιπούς κανόνες ημεδαπού και διεθνούς δικαίου, χωρίς τη γραπτή άδεια του συγγραφέα.

6-10-24

ΕΥΔΟΞΟΣ 2013

Τ.Ε.Ι. ΑΘΗΝΑΣ

ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ

Αρ. ΕΙΣ. 81270

Οικογενειακός Προγραμματισμός

ΓΕΩΡΓΙΟΣ Μ. ΙΑΤΡΑΚΗΣ
ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ-ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΑΣ

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟΣ ΤΟΜΕΑΣ ΤΗΣ ΑΝΩΤΑΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ
ΤΜΗΜΑ ΜΑΙΕΥΤΙΚΗΣ ΑΘΗΝΑΣ

Κατά τη συγγραφή του βιβλίου δόθηκε ιδιαίτερη προσοχή για την ακρίβεια της πληροφόρησης που παρέχεται. Ωστόσο, ο συγγραφέας ή ο εκδοτικός οίκος δεν είναι υπεύθυνοι για λάθη (όπως εκείνα που αφορούν δοσολογίες, τρόπο χορήγησης κ.λπ.) ή παραλείψεις ή τις συνέπειες που θα προκύψουν από την εφαρμογή των γνώσεων που παρέχονται σε αυτό το βιβλίο και τις βιβλιογραφικές παραπομπές του, περιλαμβανόμενων και εκείνων του συγγραφέα. Με δεδομένο ότι η επιστημονική γνώση ανανεώνεται συνεχώς, πρέπει να γίνεται αναζήτηση της πιο σύγχρονης πληροφόρησης σε κάθε περίπτωση.

“Σύμφωνα με διάφορα κοινωνικά και θρησκευτικά πρότυπα, η ερωτική πράξη είναι η μόνη που ανάλογα με τις συνθήκες κρίνεται αποδεκτή ή απαράδεκτη, σε αντίθεση με άλλες πράξεις που είναι σταθερά αποδεκτές ή απαράδεκτες. Έτσι, είναι αποδεκτή όταν γίνεται με το ίδιο άτομο (π.χ. σύζυγο) ενώ όταν γίνεται με άλλα άτομα (π.χ. περιστασιακή σχέση) κρίνεται απαράδεκτη. Επίσης, είναι αποδεκτή όταν γίνεται με το ίδιο άτομο σε ορισμένη χρονική περίοδο (π.χ. μετά τον γάμο) ενώ όταν γίνεται με το ίδιο άτομο πριν μια ορισμένη χρονική περίοδο (π.χ. πριν τον γάμο) κρίνεται απαράδεκτη. Μήπως, τελικά, πρόκειται για το φιλοσοφικό ντύσιμο μιας ανθρώπινης αδυναμίας; Μήπως ή είναι καθολικά “καλή”, αν δεν μπορούμε με συγκεκριμένα λογικά επιχειρήματα να υποστηρίξουμε το αντίθετο (αν η αγάπη* κάνει τη διαφορά ανάμεσα στο αποδεκτό και το απαράδεκτο, αυτή και πάλι δεν πρέπει να είναι καθολική;) ή καθολικά “κακή” αφού εμπεριέχει τα συστατικά της επιλογής (π.χ. του πιο ωραίου), της έλλξης (π.χ. του πιο προκλητικού) και της ανισότητας (π.χ. του πιο νέου);”

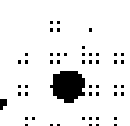
* Αν η αγάπη είναι τόσο δυνατή, τότε δεν θα αγνοούσε κάθε τι εξωτερικό; (καταργώντας κάθε τι που σχετίζεται με τη σημαντικότητα της εξωτερικής εμφάνισης, όπως είδη, πράξεις ή επεμβάσεις με “αισθητικό” προσανατολισμό)

Στον αγαπημένο μου μπαμπά
με την πιο ατέλειωτη αγάπη

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογοι.....	10–11
Εισαγωγή.....	13
Συντμήσεις & Επεξηγήσεις.....	15–18
1. Ιστορικά–Δημογραφικά στοιχεία.....	19–22
2. Διατήρηση του πληθυσμού.....	23–25
3. Υπογεννητικότητα–Γήρανση πληθυσμού.....	26–29
4. Στόχοι Οικογενειακού Προγραμματισμού.....	30
5. Τρόποι εφαρμογής Οικογενειακού Προγραμματισμού.....	31
6. Σεξουαλική διαπαιδαγώγηση.....	32–33
7. Έλεγχος των γεννήσεων–Μέθοδοι αντισύλληψης.....	34–35
Αποτελεσματικότητα μεθόδων αντισύλληψης.....	34–35
Καμιά μέθοδος αντισύλληψης.....	35
8. “Φυσικές” μέθοδοι αντισύλληψης.....	36
8.1. Αποχή.....	36
8.2. Θηλασμός.....	37–38
8.3. Ημερολογιακή μέθοδος.....	39–42
8.4. Τραχηλική βλήννα–Πόνος ωοθυλακιορρηξίας.....	43–44
8.5. Θερμομετρικό διάγραμμα.....	45–46
8.6. Διακοπτόμενη συνουσία.....	47–48
9. Αντισυλληπτικά ορμονικά δισκία.....	49–50
Γενικά.....	49–50
Ποια είναι καλύτερα.....	50
Ουσίες που περιέχονται.....	51–60
Εμπορικά σκευάσματα.....	61–62
Τρόπος δράσης.....	61 & 63
Αποτελεσματικότητα.....	63–64
Πλεονεκτήματα.....	64
Ευεργετικές δράσεις.....	64–67
Στη μήτρα.....	64–67
Στις ωοθήκες.....	67–70
Στην ενδομητρίωση.....	70
Στην πνευλική φλεγμονώδη νόσο.....	70

Στις υπερανδρογονικές καταστάσεις.....	71
Στην οστική πυκνότητα.....	71
Στον καρκίνο του παχέος εντέρου.....	72
Στη ρευματοειδή αρθρίτιδα.....	72
Σε άλλες καταστάσεις.....	72
Μειονεκτήματα	
Παρενέργειες	
Στο προεμμηνορρυσιακό σύνδρομο & στις κεφαλαλγίες.....	73
Στο γαστρεντερικό σύστημα.....	73
Σε ήπαρ-χοληφόρα-πάγκρεας.....	74
Στον μαστό.....	74-76
Στον τράχηλο της μήτρας.....	76-80
Στο ενδομήτριο.....	80-81
Στο καρδιαγγειακό σύστημα.....	81-94
Στην αντίσταση στην ινσουλίνη.....	94
Τα ΑΟΔ επικίνδυνα ενώ η ΟΘΥ όχι στα καρδιαγγειακά;.....	95-96
Άλλες παρενέργειες.....	96
Παρενέργειες των προγεστερινοειδών.....	97
Ενδείξεις	97-99
Αντενδείξεις	99-104
Τρόπος λήψης	104
Αλληλεπίδραση με άλλα φάρμακα	104-105
Οιστρογονικό περιεχόμενο ΑΟΔ και ΟΘΥ	105
10. Λοιπά ορμονικά αντισυλληπτικά μέσα	
10.1. Επείγουσα αντισύλληψη.....	106-108
10.2. Ορμόνη σε ενέσιμη μορφή.....	108-109
10.3. Ορμόνη σε εμφύτευμα.....	110-111
10.4. Ορμόνες σε κοήπικό δακτύλιο.....	111-114
10.5. Ορμόνες σε διαδερμική χορήγηση.....	114-115
11. Τοπικά αντισυλληπτικά μέσα	
11.1. Διαφραγματικές μέθοδοι	
11.1.1. Προφυλακτικό (ανδρικό).....	116-120
11.1.2. Κοήπικό διάφραγμα.....	121-129
11.1.3. Τραχηλική καλύπτρα	130-131



11.1.4. Αντισυλληπτικός σπόγγος.....	132–134
11.1.5. Γυναικείο προφυλακτικό.....	135–137
11.1.6. Σπερματοκτόνα.....	138–142
11.2. Αντισυλληπτική ενδομητρική συσκευή.....	143–153
12. Χειρουργική αντισύληψη στη γυναίκα	
12.1. Διακοπή του αυλού των σαλπίγγων	154–158
12.2. Έκτρωση.....	159–167
13. Αντισύληψη στον άνδρα	
13.1. Φαρμακευτική αντισύληψη.....	168–171
13.2. Διακοπή σπερματικού πόρου.....	171–174
14. Εφηβεία στα δύο φύλα – διαφυλικές σχέσεις.....	175–176
15. Μη ιογενή σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα	
15.1. Βακτηρίδια.....	177–178
15.2. Παράσιτα.....	178
15.3. Χλαμυδιακή λοίμωξη.....	179–181
15.4. Μυκητιασική αιδοιοκολπίτιδα.....	182–183
15.5. Τριχομοναδική λοίμωξη.....	184–185
15.6. Γονοκοκκική λοίμωξη.....	186–187
15.7. Σύφιλη.....	188–191
16. Ιογενή σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα	
16.1. Ηπατίτιδα Β.....	192–194
16.2. Ηπατίτιδα C.....	194–195
16.3. Κυτταρομεγαλοϊός.....	196–197
16.4. HPV.....	197–200
16.5. Έρπητας (απλός).....	201–206
16.6. HIV.....	207–210
17. Αντισύληψη σε σακχαρώδη διαβήτη.....	211–213
18. Αντισύληψη σε άλλες ενδοκρινολογικές παθήσεις.....	214–215
19. Αντισύληψη σε λήψη δυνητικά τερατογόνων φαρμάκων.....	216
20. Σημασία του ιστορικού πριν από την αντισυλληπτική συμβουλευτική.....	217
Βιβλιογραφία.....	219–249
Ευρετήριο.....	251–266

ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΠΡΩΤΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

Το βιβλίο αυτό γράφτηκε για να καλύψει ένα κενό που υπάρχει στην ελληνική βιβλιογραφία όσον αφορά διάφορα θέματα που σχετίζονται με τον οικογενειακό προγραμματισμό. Αν και υπάρχουν αξιόλογα σχετικά συγγράμματα στον ελληνικό χώρο, αυτά ή αναφέρονται αποκλειστικά στην αντισύλληψη, ή είναι πολύ εκτεταμένα και λιγότερο σχηματικά. Θα έλεγα ότι έλειπε ένα βιβλίο, περιεκτικό, γραμμένο με τρόπο απλό, μνημοτεχνικό και κατανοητό τόσο για τον φοιτητή, και τον γιατρό αλλιά και για τον ενδιαφερόμενο αναγνώστη που θα ήθελε γρήγορα και συνοπτικά να αντλήσει χρήσιμες γνώσεις που είναι πολύ καλά ταξινομημένες και κατανοητές.

Γνωρίζω τον κ. Ιατράκη περισσότερο από 20 χρόνια, στις επιτυχείς κλινικές και ερευνητικές δραστηριότητές του. Πέρα από το ερευνητικό έργο που έχουμε παρουσιάσει σε συνεργασία, έχουμε επιτελέσει και αξιόλογο συγγραφικό έργο, του οποίου η συνέχεια με σύγχρονη ύλη πρόκειται να εκδοθεί σύντομα.

Εύχομαι στον φίλο και συνεργάτη μου κάθε επιτυχία στην κυκλοφορία του βιβλίου του, που θα είναι ένα χρήσιμο βοήθημα κάθε βιβλιοθήκης.

Γ. Κουρούνης

Καθηγητής Μαιευτικής–Γυναικολογίας

Πανεπιστημίου Πατρών

ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΔΕΥΤΕΡΗΣ ΕΚΔΟΣΗΣ

Με τον Καθηγητή κ. Γ. Ιατράκη είχα τη χαρά να συνεργαστώ σε ερευνητικό και κλινικό έργο τα τελευταία χρόνια. Συνέπεια αυτής της γόνιμης συνεργασίας ήταν η δημοσίευση αρκετών εργασιών στον διεθνή ιατρικό τύπο, που κατέληξαν σε χρήσιμα και πρακτικά συμπεράσματα.

Με ιδιαίτερη χαρά προλογίζω το νέο σύγγραμμά του κ. Ιατράκη "Βιβλίο Οικογενειακού Προγραμματισμού" που αποτελεί συνέχεια της έντονης συγγραφικής του δραστηριότητας, που χαρακτηρίζεται από ιδιαίτερη ποιότητα αλλά και ενσωμάτωση των ερευνητικών του εμπειριών στο συγγραφικό του έργο.

Το βιβλίο αυτό είναι ένα πλήρες σύγγραμμα, που παρέχει την απαραίτητη σύγχρονη βιβλιογραφία για την τεκμηρίωση και την κατανόηση των θεμάτων που παρουσιάζει.

Η αναλυτική παρουσίαση διαφόρων θεμάτων ευρύτερου ενδιαφέροντος, όπως είναι η ορμονική αντισύλληψη, παρέχει στον αναγνώστη μια προσιτή και πλούσια πηγή σύγχρονης πληροφόρησης.

Το νέο σύγγραμμα του κ. Ιατράκη είναι ένα ποθυσέλιδο, ιδιαίτερα χρήσιμο, βοήθημα για τους φοιτητές και τους γιατρούς που εντυπωσιάζει με την απλότητα της γραφής του, την ποικιλία των κεφαλαίων του, την επιστημονική του τεκμηρίωση αλλά και το γεγονός ότι εκπονήθηκε από ένα συγγραφέα.

Στέφανος Ζερβούδης

Χειρουργός-Γυναικολόγος-Μαστολόγος

Αν. Καθηγητής Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίων

C-Davila και Montpellier Γαλλίας

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο οικογενειακός προγραμματισμός (ΟΠ) είναι ένας θεσμός που ασχολείται με τη συμβουλευτική σε θέματα που έχουν σχέση με την αποφυγή ανεπιθύμητων κυήσεων, την απόκτηση υγιών παιδιών όταν αυτά είναι επιθυμητά και την ενημέρωση ομάδων πληθυσμών (με ιδιαίτερη βαρύτητα στους νέους) σε ότι αφορά το γεννητικό σύστημα και τις σεξουαλικές σχέσεις (με ιδιαίτερη έμφαση στις επιπλοκές από την πρόωμη έναρξή τους). Τα προηγούμενα θα βοηθήσουν στην καλύτερη ψυχική ισορροπία των ατόμων που θα δεχτούν τις υπηρεσίες του.

Στην Ελλάδα, τα πρώτα βήματα του ΟΠ ξεκίνησαν στα μέσα της δεκαετίας του 1970, αλλά, παρά το σημαντικό έργο που έχει γίνει, εξακολουθούν να υπάρχουν αδυναμίες, κυρίως στην υλικοτεχνική υποδομή και στη στελέχωση των Κέντρων ΟΠ.

Οι σελίδες αυτές σκοπεύουν στη γρήγορη άντληση σύγχρονων και περιεκτικών πληροφοριών σχετικά με τα οφέλη αλλά και τις παρενέργειες των μεθόδων αντισύλληψης. Στα θέματα της ορμονικής αντισύλληψης, έγινε προσπάθεια για μια περιεκτική και σύγχρονη ανασκόπηση, της οποίας οι σκοποί δεν αφορούν μόνο τις αντισυλληπτικές πρακτικές αλλά και την εκμετάλλευση των θετικών επιδράσεων των νέων κυρίως σκευασμάτων.

Ενώ η συγγραφή οποιουδήποτε έργου καθρεφτίζει και τα πιστεύω αυτού που το γράφει, η αντικειμενική πληροφόρηση πρέπει να χαρακτηρίζει ένα επιστημονικό βιβλίο. Το βοήθημα αυτό έγινε προσπάθεια να γραφτεί με τρόπο αντικειμενικό και με τη μεγαλύτερη δυνατή ομοιομορφία. Στις σελίδες που σχετίζονται με την αντισύλληψη, η σειρά των επί μέρους θεμάτων είναι η ίδια στα διάφορα κεφάλαια και έγινε προσπάθεια να μη παραληφθούν παράμετροι που αποτελούν μέτρο σύγκρισης μεταξύ των διαφόρων μεθόδων αντισύλληψης.

Το βιβλίο αφιερώνεται με αγάπη στη φοιτήτρια-τη και στην αναγνώστριά-τη που, μαθαίνοντας κάτι, θα “προγραμματίσει” καλύτερα.

Γ. Ιατράκης

Αρκετές γυναίκες βιώνουν
αισθήματα απώλειας, ενοχής,
αυτοκατηγορίας, μεταμέλειας,
έλλειψης και πένθους μετά την
έκτρωση ενώ μερικές ποτέ
δεν ξεπερνούν τα αισθήματα αυτά.

Ο οικογενειακός
προσανατολισμός μαζί με
τους άλλους στόχους του,
επιδιώκει και την πρόληψη των
εκτονώσεων και την ψυχική
υγεία των ζευγαριών στα
οποία απευθύνεται.