

۱۲۷ روش‌های جلوگیری از بارداری در مردان

در مورد روش‌های جلوگیری از بارداری در زنان به نمودار ۱۴۰ (صفحه ۲۷۶) مراجعه کنید. دو روش اصلی برای جلوگیری از بارداری که در حال حاضر موجود است و مردان می‌توانند از آن استفاده کنند، کاندوم (کاپوت) و وازکتومی است. فعلاً هیچ نوع روش هورمونی برای جلوگیری از بارداری برای مردان وجود ندارد. انتخاب روش جلوگیری از بارداری به عوامل مختلفی از جمله سبک زندگی جنسی و سن بستگی دارد. بهتر است که تصمیم در این مورد، مشترکاً با همسران گرفته شود. مزیت کاندوم این است که کارایی آن ۹۵ درصد است و می‌تواند از عفونت‌های آمیزشی هم در مرد و هم در همسر وی پیشگیری کند. بسیاری از مردان وقتی مطمئن شوند که در آینده نمی‌خواهند بچه دار شوند، روش وازکتومی را انتخاب می‌کنند. وازکتومی روش ساده‌ای است، اما برگشت‌ناپذیر بودن آن را باید همیشه مدنظر قرار داد.

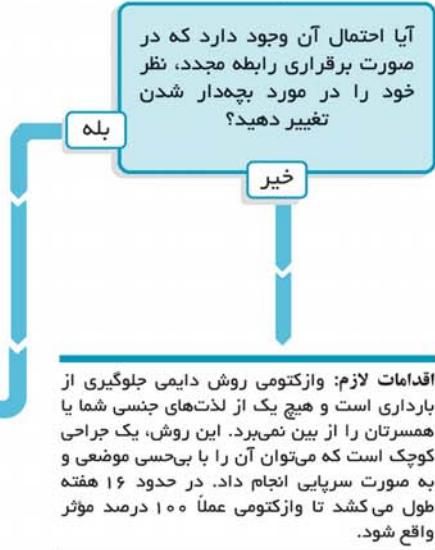
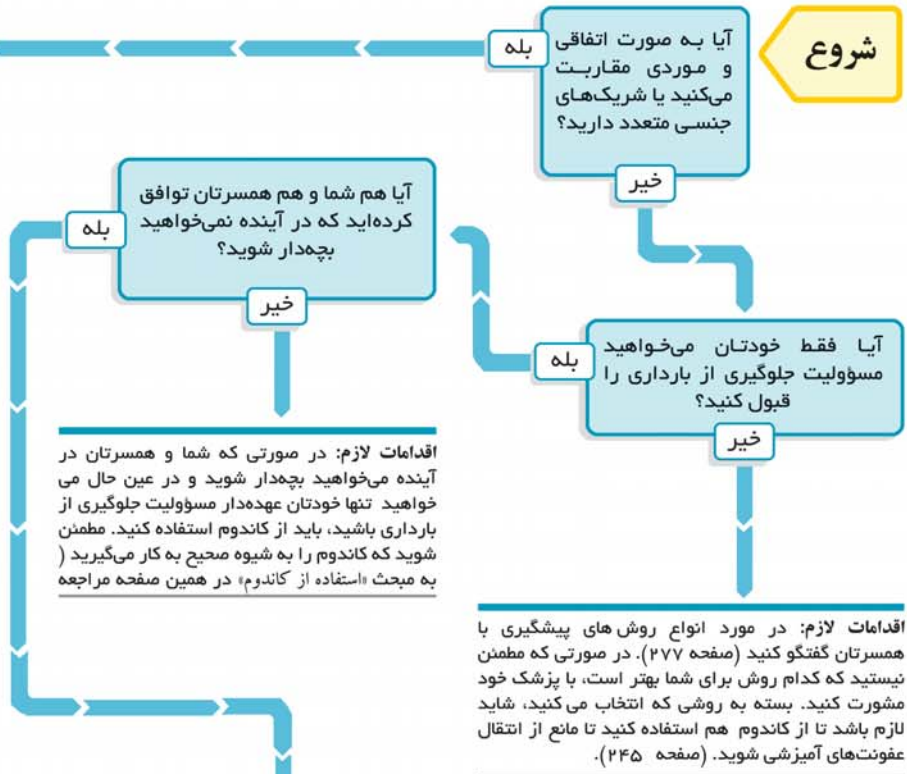
اقدامات لازم: بهترین انتخاب برای شما، کاندوم است چون به پیشگیری از عفونت‌های آمیزشی هم کمک می‌کند. کاندوم را می‌توان از داروخانه‌ها تهیه کرد. همیشه از به کاربردن صحیح آن مطمئن شوید (به مبحث «استفاده از کاندوم» در همین صفحه مراجعه کنید).

وازکتومی

وازکتومی مانع از انزال و خروج اسپرم تولید شده در بیضه‌ها می‌شود. در این روش، بخش کوچکی از مجاری متقل‌کننده اسپرم از بیضه به آلت برداشته می‌شود. این عمل با بیحسی موضعی و از طریق برش‌های کوچکی که در کیسه بیضه داده می‌شود، انجام می‌گیرد و حدود ۴۰ دقیقه طول می‌کشد. تا مدت ۱۲ تا ۱۶ هفته بعد از وازکتومی، مایع منی همچنان حاوی اسپرم است و بنابراین باید از روش‌های دیگر جلوگیری از بارداری استفاده کرد تا موقعی که آزمایش منی (صفحه ۲۵۳) ثابت کند که هیچ اسپرمی باقی نمانده است. وازکتومی را باید به عنوان روشی برگشت‌ناپذیر محسوب کرد، چون هر چند می‌توان دو قسمت جدا شده مجرای قطع شده را به هم متصل کرد اما باروری در اغلب موارد، دوبار به دست نمی‌آید.

نحوه انجام وازکتومی
در طی وازکتومی بخش کوچکی از مجرای خارج منی منی که از هر بیضه خارج می‌شود برداشته و دوسر آن بسته می‌شود.

اقدامات لازم: اگر کمترین احتمالی بدهید که در آینده بخواهید بچه دار شوید، باید از کاندوم استفاده کنید. همیشه از به کارگیری صحیح کاندوم اطمینان حاصل کنید (به مبحث «استفاده از کاندوم» در همین صفحه مراجعه کنید). راه دیگر آن است که همسر شما در این کار سهیم شود، مسئولیت جلوگیری از بارداری را قبول کند و روشی را که مناسب وی است، انتخاب کند (به مبحث «روش‌های جلوگیری از بارداری در زنان» صفحه ۲۷۷ مراجعه کنید).



مبارک‌های کتک‌کشی

استفاده از کاندوم

کاندوم را باید قبل از تماس جنسی پوشید چون ممکن است اسپرم قبل از انزال هم آزاد شود. در ابتدا باید هوا را از انتهای آن خارج کنید. سپس کاندوم را بر روی آلت نعوظ یافته بکشید. پس از پایان مقاربت، باید موقع خارج کردن آلت، کاندوم را در جای خود نگاه دارید تا مانع نشت منی از کناره‌های آن شوید. هیچ‌گاه از یک کاندوم برای چند دفعه استفاده نکنید.

کشدن کاندوم بروی آلت
هوای انتهای کاندوم را با فشار انگشتان خارج کنید و سپس کاندوم را روی آلت نعوظ یافته بکشید.