

Sve što trebate znati o podvezivanju jajovoda i vazektomiji

U svijetu reproduktivnog zdravlja koji se stalno razvija, trajna kontracepcija i dalje ostaje važna, ali često zanemarena tema. Dok se najviše govori o kratkoročnim metodama poput pilula ili spirale, postupci poput podvezivanja jajovoda i vazektomije nude pouzdano i dugoročno rješenje za one koji žele preuzeti potpunu kontrolu nad svojom reproduktivnom budućnošću.

Kako bi razjasnila sve aspekte ovih opcija, [Intimina](#) je razgovarala s ginekologinjom dr. Susannom Unsworth, te donosi uvide u ove postupke, njihove rizike i važne stavke o kojima treba razmisliti prije donošenja trajne odluke.

Trajno rješenje

Za razliku od hormonskih ili barijernih metoda, sterilizacija je jednokratna, vrlo učinkovit način sprječavanja trudnoće. I podvezivanje jajovoda i vazektomija imaju preko 99 % uspješnosti, što eliminira potrebu za stalnim korištenjem kontracepcije i uvelike smanjuje rizik od neplanirane trudnoće. „Obje se metode smatraju izuzetno učinkovitima“, kaže dr. Unsworth. „Životna stopa neuspjeha kod podvezivanja jajovoda iznosi oko 0,5 % - otprilike 1 na 200 žena. Kod vazektomije je ta stopa još niža - 0,05 %, ili 1 na 2000 muškaraca.“

Što je podvezivanje jajovoda?

Zahvat uključuje rezanje, zatvaranje ili blokiranje jajovoda kako bi se spriječilo da jajna stanica doprije do maternice. Najčešće se izvodi laparoskopski, ali se može napraviti i tijekom carskog reza. Iako je zahvat vrlo učinkovit, ova odluka nije lagana. „Kod većine žena ne dolazi do dugoročnih zdravstvenih problema“, objašnjava dr. Unsworth. „No, neke primjećuju promjene u menstrualnom ciklusu kao što su obilnije, neredovitije ili bolnije menstruacije. Postoji i rijedak, ali stvaran rizik od posttubalnog sindroma, koji može uključivati hormonalne promjene, bolove u zdjelici i umor, a vjeruje se da je povezan s promjenama u opskrbi jajnika krvlju.“ „Zahvat može i zakazati, ponekad i godinama kasnije, što može dovesti do izvanmaternične trudnoće. Mogući su dugoročni psihološki učinci, ako osoba kasnije požali svoju odluku“, dodaje dr. Unsworth.

Što je vazektomija?

Vazektomija je jednostavniji, manje invazivan zahvat kojim se prerežu ili zatvore sjemenovodi - kanali kojima sperma putuje. Oporavak je brži, a rizici manji nego kod ženske sterilizacije. „Komplikacije su rijetke“, kaže dr. Unsworth. „Moguća je kratkotrajna bol ili pojava modrica. Neki muškarci razviju sindrom boli nakon vazektomije, koji može potrajati mjesecima, a najčešće je uzrokovan ožiljnim tkivom ili oštećenjem živaca. Postoji i mala mogućnost da sperma 'procuri' iz sjemenovoda, što može uzrokovati kvržice poznate kao spermijski granulomi.“ Ipak, dr. Unsworth ističe: „Općenito se vazektomija smatra sigurnijim i jednostavnijim postupkom od ženske sterilizacije i ima nižu stopu neuspjeha. No, postoje rizici. Kod duljih problema postoji nešto što se naziva sindrom boli nakon vazektomije koji se javlja nekoliko mjeseci nakon zahvata. Ponekad se ožiljno tkivo može formirati oko mjesta zahvata što može uzrokovati bol kasnije. Postoji i mogućnost oštećenja živaca nakon zahvata što može dovesti do utrnulosti. Vrlo rijetko postoji i mogućnost neuspjeha gdje se podijeljena cijev može ponovno spojiti.“

Mitovi i zablude

Unatoč visokoj učinkovitosti i sigurnosti, ove metode često su obavijene dezinformacijama. Evo nekoliko istina:

- Podvezivanje jajovoda ne utječe na hormone - Postupak samo sprječava trudnoću i ne pokreće ranu menopauzu niti remeti hormonsku ravnotežu.
- Vazektomija ne utječe na seksualnu funkciju - Mnogi muškarci brinu zbog smanjenog libida ili funkcije nakon vazektomije, ali postupak ne smanjuje libido, ne utječe na erekciju niti na razinu testosterona.
- Sterilizacija ne štiti od spolno prenosivih bolesti - Iako su vrlo učinkovite u sprječavanju trudnoće, ni podvezivanje jajovoda ni vazektomija ne pružaju zaštitu od spolno prenosivih infekcija (SPI), stoga je u nemonogamnim odnosima kondom i dalje važan oblik zaštite.

Kako odabrati pravu opciju?

Prema dr. Unsworth, prvi korak je iskreno razmisliti o budućnosti. „Ove zahvate treba smatrati trajnim. Ako postoji i najmanja sumnja da biste jednog dana mogli poželjeti djecu, možda je bolje razmotriti druge opcije.“ Preporučuje parovima da razmotre stabilnost svoje veze, mogućnosti reverzibilne kontracepcije poput spirale te rizike svakog zahvata. „Vazektomija je često sigurniji i jednostavniji izbor. No, ako žena već ide na operaciju, primjerice carski rez, ima smisla istovremeno napraviti i podvezivanje.“ Važna je i osobna autonomija. „Neke žene žele same upravljati svojom kontracepcijom i ne oslanjati se na partnera.“

O snaživanje osobnog izbora

„Prije bilo kakvog zahvata, važno je proći kvalitetno savjetovanje“, naglašava dr. Unsworth. „Ljudi trebaju razumjeti sve rizike, prednosti i dugoročne posljedice kako bi mogli donijeti doista informiranu odluku.“ Trajna kontracepcija je duboko osobna odluka. Nudeći stručno vodstvo i informacije utemeljene na dokazima, Intimina podržava otvoren i iskren razgovor o reproduktivnom zdravlju jer svatko ima pravo donijeti odluke koje najbolje odgovaraju njegovom tijelu i životu.