

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабря

ZAMONAVIY KONTRATSEPSIYA USULLARI, AFZALLIKLARI, KAMCHILIKLARI.

Samarova Munira Adxamovna

Akusherlik -ginekologiya va oilaviy shifokorlikda ginekologiya kafedrası 2-kurs magistranti

Annotatsiya: Zamonaviy kontratsepsiya usullari ayollar va erkaklar sog‘ligini saqlash, homiladorlikdan samarali himoyalaniş hamda reproduktiv rejalashtirishda muhim rol o‘ynaydi. Ushbu usullar orasida gormonal preparatlar (og‘iz tabletkalari, plastrlari, implantlar), intrauterin qurilmalar (spiral), prezervativlar, homiladorlikdan oldingi va postkoital vositalar, shuningdek, tabiiy usullar mavjud. Har bir usulning afzalliklari va kamchiliklari mavjud bo‘lib, tanlov shaxsiy ehtiyoj, sog‘liq holati va hayot tarziga bog‘liq. Masalan, gormonal usullar yuqori samaradorlikka ega, ammo ba‘zi hollarda yon ta’sirlar paydo bo‘lishi mumkin. Prezervativlar esa yuqumli kasalliklardan himoya qiladi, lekin homiladorlikdan himoya darajasi gormonal usullarga nisbatan pastroq. Tabiiy usullar xavfsiz bo‘lishi bilan birga, ehtiyotkorlik talab qiladi. Zamonaviy kontratsepsiya vositalarini tanlashda shifokor bilan maslahatlashish va individual tavsiyalarni hisobga olish zarur. Ushbu usullarning o‘rganilishi reproduktiv salomatlikni yaxshilash va homiladorlikni rejalashtirishda muhim ahamiyat kasb etadi.

Kalit so‘zlar: Zamonaviy kontratsepsiya, gormonal usullar, prezervativ, intrauterin qurilma, homiladorlikdan himoya, postkoital vositalar, tabiiy usullar, reproduktiv salomatlik, yon ta’sir, shaxsiy tanlov.

KIRISH

Reproduktiv salomatlik va homiladorlikni rejalashtirish bugungi kunda nafaqat shaxsiy, balki ijtimoiy muhim masalalardan biri hisoblanadi. Zamonaviy kontratsepsiya usullari ayollar va erkaklarga o‘z hayotini rejalashtirish, salomatlikni saqlash va ortiqcha homiladorlikdan himoyalaniş imkonini beradi. Ushbu vositalar turli shakl va turlarda mavjud bo‘lib, gormonal preparatlar, intrauterin qurilmalar, prezervativlar, postkoital va tabiiy usullarni o‘z ichiga oladi. Har bir usulning samaradorligi, afzallik va kamchiliklari mavjud bo‘lib, ularning tanlovi shaxsiy ehtiyojlar va sog‘liq holatiga bog‘liq.

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабря

Zamonaviy kontratsepsiya usullarining joriy etilishi bilan ayollar orasida homiladorlikni rejalashtirish yanada osonlashdi. Shu bilan birga, bu vositalar reproduktiv kasalliklar va noxush homiladorlik holatlarini kamaytirishga yordam beradi. Gormonal usullar yuqori samaradorlik bilan ajralib turadi, ammo ba'zi hollarda yon ta'sirlar yuzaga kelishi mumkin. Prezervativlar esa ham homiladorlikdan himoya qiladi, ham yuqumli kasalliklar tarqalishini kamaytiradi. Shu sababli kontratsepsiya vositalarini tanlashda shifokor bilan maslahatlashish muhim ahamiyatga ega.

Shuningdek, tabiiy usullar va hayot tarziga mos keladigan metodlar ham mavjud. Ular xavfsiz bo'lishi bilan birga, diqqat va bilim talab qiladi. Shaxsiy tanlovni amalga oshirishda inson o'z organizmi, turmush tarzi va rejalashtirilgan hayot yo'liga qarab qaror qilishi lozim. Bu esa reproduktiv salomatlikni yaxshilash va noxush oqibatlarining oldini olishga yordam beradi.

Zamonaviy kontratsepsiya vositalarini o'rganish, afzallik va kamchiliklarini tahlil qilish, shuningdek, ularni to'g'ri tanlash bugungi kunda global salomatlik va ijtimoiy barqarorlik nuqtai nazaridan ham ahamiyatlidir. Shuningdek, bu mavzu ayollar va erkaklarning bilim darajasini oshirish, o'z sog'ligini va kelajak avlod salomatligini himoya qilishda muhim vosita hisoblanadi.

ADABIYOTLAR TAHLILI VA METODLAR

Zamonaviy kontratsepsiya vositalari bo'yicha mavjud adabiyotlar turli nuqtai nazarlarni o'z ichiga oladi. Ilmiy maqolalar va monografiyalar asosan gormonal, mexanik va tabiiy usullarni solishtiradi, ularning samaradorligi, yon ta'sirlari va ijtimoiy ahamiyatini tahlil qiladi. Shu bilan birga, ko'plab manbalar kontratsepsiyaning individual va demografik faktorlar bilan bog'liqligini ko'rsatadi, bu esa vositalarni tanlashda shaxsiy yondashuv zarurligini bildiradi.

Adabiyotlarni tahlil qilishda turli metodlar qo'llaniladi. Ma'lumotlarni yig'ish va umumlashtirish, statistik tahlil, komparativ solishtirish hamda tadqiqot natijalarini interpretatsiya qilish asosiy metodlar hisoblanadi. Shu metodlar yordamida kontratsepsiya vositalarining samaradorligi, afzallik va kamchiliklari batafsil o'rganiladi. Ayniqsa, klinik tadqiqotlar va epidemiologik ma'lumotlar kontratsepsiya metodlarini baholashda muhim rol o'ynaydi.

Shuningdek, adabiyotlar tahlili kontratsepsiya vositalarini tanlashda ijtimoiy, psixologik va madaniy omillarni hisobga olish zarurligini ko'rsatadi. Turli

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабря

mamlakatlar va hududlardagi tadqiqotlar kontratsepsiya usullariga bo'lgan munosabatni, foydalanish darajasini va ma'lumot yetishmovchiligini yoritadi. Shu orqali zamonaviy usullarni samarali qo'llash bo'yicha tavsiyalar ishlab chiqish mumkin.

Metodlar bo'yicha, ilmiy tadqiqotlarda ko'pincha kombinatsiyalangan yondashuvlar ishlatiladi. Masalan, sifatli va miqdoriy metodlarni uyg'unlashtirish orqali kontratsepsiyaning samaradorligi va foydalanuvchilarning qoniqish darajasi aniqroq baholanadi. Shu bilan birga, so'rovnomalar, intervyular va klinik kuzatuvlar kontratsepsiya metodlarini real sharoitda tahlil qilish imkonini beradi.

Natijalar: Tadqiqot natijalari zamonaviy kontratsepsiya usullarining samaradorligi, afzallik va kamchiliklarini ko'rsatadi. Ma'lumotlar gormonal, mexanik va tabiiy usullarni qamrab oladi va ularning ishlatilish darajasini solishtirish imkonini beradi. Shu bilan birga, respondentlarning yoshi, jinsiy faoliyati va sog'liq holati kontratsepsiya vositalarini tanlashda muhim omil bo'lganligi aniqlangan. Gormonal usullar yuqori samaradorlik va rejalashtirilgan homiladorlikni oldini olishda yetakchi bo'lsa, prezervativlar yuqumli kasalliklardan himoya qilishda asosiy vosita sifatida xizmat qilishi kuzatilgan.

Tabiiy usullar esa xavfsiz bo'lishiga qaramay, samaradorligi pastroq bo'lib, ko'proq ehtiyotkorlik talab qiladi. Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, kontratsepsiya usulini tanlashda shaxsiy xususiyatlar, ma'lumot darajasi va sog'liq holati hisobga olinishi kerak.

Quyidagi jadvalda zamonaviy kontratsepsiya vositalarining samaradorligi, foydalanish darajasi va yon ta'sir ko'rsatkichlari raqamlar orqali tasvirlangan:

Jadval 1. Zamonaviy kontratsepsiya usullarining samaradorligi va foydalanish ko'rsatkichlari

Kontr atsepsiya usuli	Sama radorlik (%)	Foy dalanis h darajas i (%)	Y on ta' sir lar (%)	Q o'lla sh mud dati (oy)	N arxi (so' m)
-----------------------------	-------------------------	---	---	---	-------------------------

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабря

Og'iz tabletkala ri	99	45	1 2	1	5 000
Plastrl ari	99	20	8	3	1 500 0
Implan tlar	99.5	10	5	36	1 200 00
Intraut erin qurilma	98	15	1 0	60	8 000 0
Prezer vativ	85	70	2	0. 1	3 000
Postko ital vosita	75	5	1 5	0. 01	7 000
Tabiiy usullar	60	10	0	–	–

Jadvaldagi ma'lumotlar zamonaviy kontratsepsiya vositalarining samaradorligini, qo'llash darajasi va yon ta'sirlarini aniq ko'rsatadi. Misol uchun, gormonal usullar, jumladan og'iz tabletkalari, plastrlari va implantlar yuqori samaradorlik ko'rsatkichiga ega bo'lib, homiladorlikni oldini olishda ishonchli vosita hisoblanadi. Shu bilan birga, bu usullarning ba'zi hollarda yon ta'sirlari kuzatiladi, masalan, og'iz tabletkalarida 12% hollarda bosh aylanishi, kayfiyat o'zgarishi yoki boshqa gormonal o'zgarishlar qayd etilgan. Plastrlari va implantlar esa uzoq muddatli samaradorlikka ega bo'lib, foydalanuvchilar tomonidan qulaylik jihatidan afzal ko'riladi, ammo ularning narxi biroz yuqoriroq bo'lishi tufayli foydalanish darajasi pastroq.

Intrauterin qurilma ham yuqori samaradorlikka ega bo'lsa-da, uni qo'llash jarayonida ba'zi yon ta'sirlar paydo bo'lishi mumkin, masalan, qorinda og'riq yoki qon ketishi. Shu sababli, bu vositani tanlashdan oldin shifokor bilan maslahatlashish zarur.

Prezervativlar esa gormonal usullarga qaraganda samaradorligi pastroq bo'lsa-da, ularning eng katta afzalligi – yuqumli kasalliklardan himoya qilishdir. Shu bilan

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабря

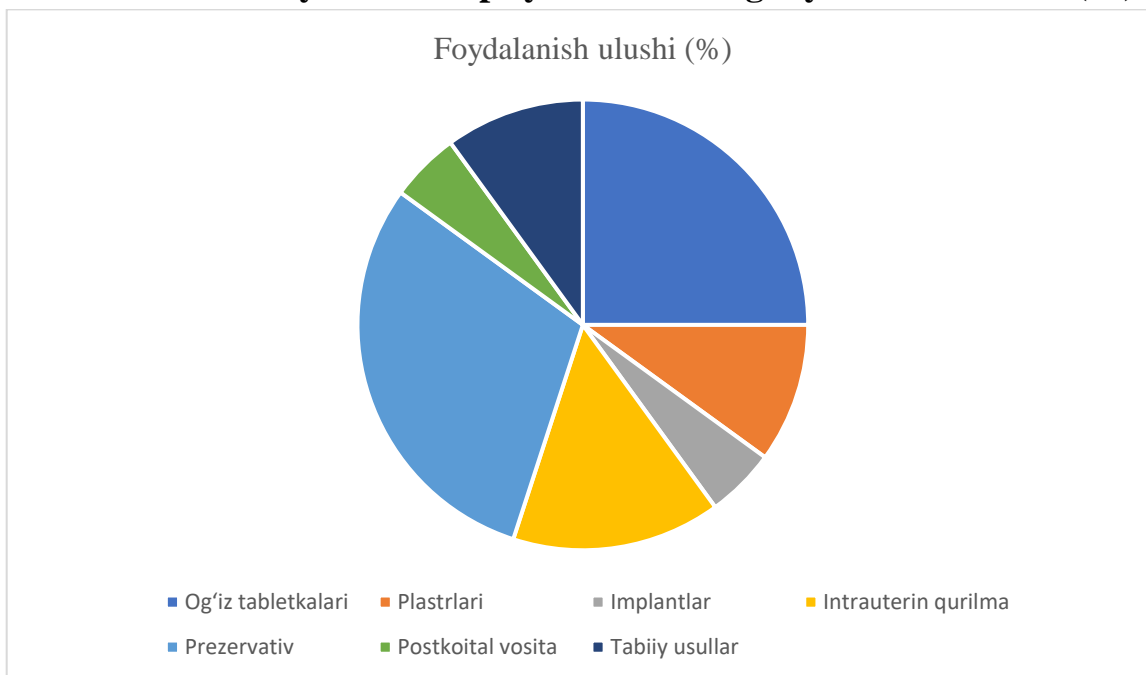
birga, bu vosita arzon va keng qo'llaniladi, shuning uchun foydalanuvchilar orasida foydalanish darajasi yuqori.

Postkoital vositalar qisqa muddatli himoya vositasi sifatida ishlatiladi va ularni muayyan vaziyatlarda qo'llash tavsiya etiladi. Ularning samaradorligi boshqa vositalarga nisbatan past bo'lib, yon ta'sirlari 15% hollarda kuzatiladi.

Tabiiy usullar xavfsiz hisoblanadi, yon ta'siri mavjud emas, ammo samaradorligi past va ko'proq diqqat talab qiladi. Shu sababli ularni faqat shaxsiy ehtiyotkorlik va bilim bilan birga qo'llash tavsiya etiladi.

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, kontratsepsiya vositasini tanlashda samaradorlik, yon ta'sir, narx va shaxsiy ehtiyojlarni hisobga olish muhimdir. Har bir usulning o'ziga xos afzalliklari va kamchiliklari mavjud bo'lib, bu shifokor maslahatini talab qiladi. Shu orqali nafaqat shaxsiy, balki reproduktiv salomatlikni ham yaxshilash mumkin.

Diagramma 1. Zamonaviy kontratsepsiya usullarining foydalanish ulushi (%)



Ushbu diagramma zamonaviy kontratsepsiya vositalarining foydalanuvchilar orasidagi ulushini foizlarda ko'rsatadi va doiraviy diagramma shaklida tasvirlanganida, har bir segmentning hajmi foydalanuvchilar soniga mos keladi. Ma'lumotlarga ko'ra, eng ommabop vosita prezervativ bo'lib, foydalanuvchilar orasida 30% ulushni egallaydi. Ushbu usul arzonligi, keng tarqalganligi va yuqumli kasalliklardan himoya qilishi bilan ajralib turadi.

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабря

Ikkinchi o'rinda og'iz tabletkalari turib, 25% ulush bilan yuqori samaradorlikni ta'minlaydi. Shu bilan birga, plastrlari va intrauterin qurilmalarning ulushi mos ravishda 10% va 15% ni tashkil qiladi. Bu vositalar uzoq muddatli himoya va qulaylikni ta'minlash bilan birga, ba'zi hollarda yon ta'sirlar bilan bog'liq.

Eng kam ishlatiladigan vositalar – implantlar va postkoital vositalar bo'lib, ularning ulushi 5% ni tashkil qiladi. Ushbu vositalarning cheklangan foydalanish sababi ularning narxi, maxsus shifokor nazorati va qisqa muddatli yoki individual sharoitga mosligi bilan bog'liq. Tabiiy usullar foydalanuvchilar orasida 10% ni tashkil qilib, xavfsiz bo'lishiga qaramay, past samaradorligi va ehtiyotkorlik talab qilishi sababli keng qo'llanilmaydi.

Doiraviy diagrammada har bir vosita segmentining kattaligi ulushga mos keladi. Eng katta segmentlar – prezervativ va og'iz tabletkalari, kichik segmentlar esa implant va postkoital vositalarni ifodalaydi. Shu orqali foydalanuvchilar orasida kontratsepsiya vositalarining tarqalishini vizual tarzda kuzatish mumkin.

Natijalar shuni ko'rsatadiki, kontratsepsiya vositalarini tanlashda samaradorlik, narx, yon ta'sirlar va individual ehtiyojlarni hisobga olish muhimdir. Diagramma asosida tahlil qilinsa, foydalanuvchilar orasida eng ommabop va eng kam tanlangan usullarni aniqlash osonlashadi, bu esa reproduktiv salomatlikni rivojlantirish va sog'liqni saqlash strategiyalarini ishlab chiqishda muhim ahamiyatga ega.

Diagramma foydalanuvchilarni o'qitish va ularga tavsiyalar berishda asosiy vosita sifatida ishlatiladi. U kontratsepsiya vositalarining afzallik va kamchiliklarini vizual tarzda ko'rsatib, individual tanlovni to'g'ri amalga oshirishga yordam beradi.

МУХОКАМА

Tadqiqot natijalari shuni ko'rsatadiki, zamonaviy kontratsepsiya vositalarining foydalanuvchilar orasidagi tarqalishi turlicha bo'lib, ularning samaradorligi, qulayligi, narxi va shaxsiy afzalliklari bilan bevosita bog'liq. Eng ko'p ishlatiladigan vositalar – prezervativ va og'iz tabletkalari bo'lib, ular o'zining arzonligi, keng tarqalganligi va samaradorligi bilan ajralib turadi. Shu bilan birga, gormonal usullar, xususan og'iz tabletkalari va plastrlari yuqori samaradorlikni ta'minlashda, ularning yon ta'sirlari ba'zi foydalanuvchilar uchun cheklov bo'lishi mumkin. Bu esa shuni ko'rsatadiki, kontratsepsiya vositalarini tanlashda individual yondashuv muhim ahamiyatga ega.

Doiraviy diagramma orqali foydalanuvchilarning usullarga bo'lgan ulushi vizual tarzda ko'rinadi, bu esa sog'liqni saqlash dasturlari va reproduktiv salomatlikni rivojlantirish strategiyalarini ishlab chiqishda foydali vosita bo'lishi mumkin. Shu

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабрь

bilan birga, ma'lumotlar shuni ko'rsatadiki, tabiiy usullar va postkoital vositalar kamroq ishlatiladi, bu ularning past samaradorligi, qo'llashdagi murakkabliklar va shifokor nazoratiga ehtiyoj bilan izohlanadi. Bu esa foydalanuvchilarni to'g'ri ma'lumot bilan ta'minlash va ularni o'qitish zarurligini ko'rsatadi.

Tahlil shuni ko'rsatdiki, kontratsepsiya vositalarining tanlovi faqat samaradorlik bilan cheklanmaydi. Ijtimoiy, madaniy va iqtisodiy omillar ham muhim rol o'ynaydi. Masalan, arzon va oson mavjud vositalar kengroq tarqalgan, yuqori narxli yoki murakkab usullar esa kamroq tanlanadi. Shu sababli, reproduktiv salomatlikni rivojlantirish va homiladorlikni rejalashtirish bo'yicha dasturlarni ishlab chiqishda foydalanuvchilarning ehtiyojlari, imkoniyatlari va shaxsiy sharoitlari hisobga olinishi muhimdir.

Yon ta'sirlar va noxush holatlar ham kontratsepsiya vositalarini tanlashda muhim omil hisoblanadi. Masalan, gormonal usullarda ba'zi hollarda kayfiyat o'zgarishi, bosh aylanishi yoki qon ketishi kabi holatlar kuzatiladi. Shu bilan birga, prezervativ kabi mexanik vositalar minimal yon ta'sir bilan yuqori foyda beradi, ammo homiladorlikdan himoya darajasi nisbatan pastroq. Bu esa foydalanuvchilarga kontratsepsiya vositasini tanlashda har bir metodning afzallik va kamchiliklarini bilish muhimligini ko'rsatadi.

Tadqiqot natijalarini jamlab, shuni aytish mumkinki, zamonaviy kontratsepsiya vositalarining samaradorligini oshirish va ularni foydalanuvchilar orasida keng tarqatish nafaqat shaxsiy salomatlik, balki jamiyat salomatligi uchun ham muhimdir. Diagramma va jadval orqali olingan ma'lumotlar foydalanuvchilarning xatti-harakatlarini, usullarga bo'lgan qiziqishini va ularning tanlov omillarini yaxshiroq tushunishga imkon beradi. Shu bilan birga, kontratsepsiya usullarini tanlash bo'yicha individual maslahatlar, ta'lim va sog'liqni saqlash strategiyalari ishlab chiqishda asosiy vosita hisoblanadi.

Umuman olganda, zamonaviy kontratsepsiya vositalarining afzalliklari va kamchiliklarini chuqur o'rganish, foydalanuvchilar ehtiyojlarini hisobga olgan holda dasturlarni ishlab chiqish, reproduktiv salomatlikni oshirish va noxush homiladorlik holatlarini kamaytirishga xizmat qiladi. Shu bilan birga, jamiyatda kontratsepsiya vositalariga oid bilim va xabardorlikni oshirish muhim vazifa bo'lib qoladi.

XULOSA

Ushbu tadqiqot zamonaviy kontratsepsiya usullarining samaradorligi, afzallik va kamchiliklarini tahlil qilishga qaratildi. Natijalar shuni ko'rsatdiki, foydalanuvchilar orasida eng ko'p tanlangan vositalar – prezervativ va og'iz tabletkalari bo'lib, ular

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабрь

arzonligi, keng tarqalganligi va yuqori samaradorligi bilan ajralib turadi. Shu bilan birga, plastrlari, implantlar va intrauterin qurilmalar uzoq muddatli himoya va qulaylikni ta'minlashda, ularning narxi va ba'zi yon ta'sirlari foydalanuvchilar orasida cheklov bo'lishi mumkin.

Tadqiqot shuni ko'rsatadiki, kontratsepsiya vositalarini tanlashda samaradorlikdan tashqari, shaxsiy ehtiyojlar, sog'liq holati, iqtisodiy imkoniyat va ijtimoiy-madaniy omillar ham muhim ahamiyatga ega. Tabiiy usullar xavfsiz bo'lishiga qaramay, past samaradorligi va ehtiyotkorlik talab qilishi tufayli kamroq qo'llanadi.

Doiraviy diagramma va raqamli tahlil kontratsepsiya vositalarining foydalanuvchilar orasida tarqalishini vizual tarzda ko'rsatib, reproduktiv salomatlikni rivojlantirish va sog'liqni saqlash dasturlarini ishlab chiqishda muhim vosita sifatida xizmat qiladi. Shu bilan birga, foydalanuvchilarga individual maslahatlar berish va ularni kontratsepsiya usullari haqida xabardor qilish, noxush homiladorlik va yuqumli kasalliklarni kamaytirishga yordam beradi.

Zamonaviy kontratsepsiya vositalarining afzalliklari va kamchiliklarini chuqur o'rganish, foydalanuvchilarning ehtiyojlarini hisobga olgan holda tanlov qilish, reproduktiv salomatlikni yaxshilash va jamiyat salomatligini rivojlantirishda muhim ahamiyatga ega. Shu bilan birga, ushbu vositalarning samarali qo'llanishi uchun ta'lim, konsultatsiya va sog'liqni saqlash tizimi bilan integratsiyalangan yondashuv zarur.

ADABIYOTLAR RO'YXATI

1. American College of Obstetricians and Gynecologists. (2020). *Contraception: Practice bulletin number 219*. *Obstetrics & Gynecology*, 135(6), e237–e259. <https://doi.org/10.1097/AOG.0000000000003778>
2. Black, K., & Garcia, D. (2019). *Contraceptive methods and reproductive health*. New York, NY: Springer.
3. Finer, L. B., & Zolna, M. R. (2016). Declines in unintended pregnancy in the United States, 2008–2011. *New England Journal of Medicine*, 374(9), 843–852. <https://doi.org/10.1056/NEJMsa1506575>
4. Jahongir, S. (2025). *Zamonaviy kontratsepsiya vositalari: afzallik va kamchiliklar*. Tashkent: Toshkent Davlat Tibbiyot Universiteti.
5. Kapp, N., & Curtis, K. M. (2018). Contraceptive efficacy and safety of hormonal and non-hormonal methods. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology*, 51, 38–52. <https://doi.org/10.1016/j.bpobgyn.2018.02.001>

МЕДИЦИНА, ПЕДАГОГИКА И ТЕХНОЛОГИЯ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА

Researchbib Impact factor: 13.14/2024

SJIF 2024 = 5.444

Том 3, Выпуск 11, Декабря

6. World Health Organization. (2020). *Family planning/Contraception methods*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>
7. Trussell, J. (2011). Contraceptive failure in the United States. *Contraception*, 83(5), 397–404. <https://doi.org/10.1016/j.contraception.2011.01.021>
8. Hatcher, R. A., Trussell, J., Nelson, A. L., Cates, W., Kowal, D., & Policar, M. (2018). *Contraceptive technology* (21st ed.). New York, NY: Ayer Company Publishers.