26 септември - Светски ден на контрацепција

Секоја година, на **26 септември**, се одбележува **Светскиот ден на контрацепцијата** со цел да се подигне свеста за значењето на информираниот избор, достапноста на современите методи на контрацепција и унапредувањето на сексуалното и репродуктивното здравје.

Контрацепцијата и семејното планирање претставуваат важен дел од здравствената грижа и овозможуваат поединците и паровите информирано да одлучуваат дали, кога и во кој временски период сакаат да имаат деца. Според Светската здравствена организација (WHO), пристапот до информации и услуги поврзани со контрацепцијата е од суштинско значење за здравјето и човековите права, а спречувањето на непланираните бремености придонесува за намалување на ризиците поврзани со бременоста и породувањето.

Светскиот ден на контрацепцијата е можност да се поттикнат отворени разговори за сексуалното и репродуктивното здравје, да се обезбедат точни и научно засновани информации и да се нагласи важноста на достапни, квалитетни и соодветни советувалишта и здравствени услуги.

Планирањето на семејството им овозможува на луѓето да го добијат посакуваниот број деца, доколку ги има, и да го одредат растојанието помеѓу нивните бремености. Тоа се постигнува преку употреба на контрацептивни методи и третман на неплодност.

Контрацептивните информации и услуги се од фундаментално значење за здравјето и човековите права на сите поединци.

Спречувањето на несакани бремености помага во намалување на мајчините здравствени проблеми и бројот на смртни случаи поврзани со бременост. Одложувањето на бременостите кај млади девојки кои се изложени на зголемен ризик

од здравствени проблеми од рано раѓање деца и спречувањето на бремености кај постари жени кои исто така се соочуваат со зголемен ризик, се важни здравствени придобивки од планирањето на семејството. Во светски рамки се проценува дека 164 милиони жени во репродуктивна возраст имаат незадоволена потреба за контрацепција.

Причините за ова вклучуваат:

- ограничен пристап до контрацепција
- ограничен избор на методи
- страв или искуство со несакани ефекти
- културно или религиозно спротивставување
- слаб квалитет на достапните услуги
- родово базирани бариери.

Во Република Македонија од Извештајот на службата за здравствена заштита на жените при регистрираните гинеколошки посети се ординирани следниве контрацептивни средства:

Пријавени гинеколошки посети при кои се ординирани контрацептивни средства во Република Македонија, 2007 и 2025 година

2007						2025						Индекс 2025/2007 посети	Индекс 2025-2007 Орални контрацептивни сретства
Вкупно посети	посети при кои се ординирани контрацептивни средства				Посети за други услуги	Вкупно посети	посети при кои се ординирани контрацептивни средства				Посети за други услуги		
	орални	ИУВ	дијафрагма	др. локални			орални	ИУВ	дијафрагма	др. локални			
9162	2389	882	26	228	5637	5138	1766	312	29	188	4457	56,1	73,9

Извор: Оддел за здравствена статистика и публицистика,

Институт за јавно здравје на РМ

Податоците за периодот 2007–2025 година укажуваат на значително намалување на вкупниот број посети во советувалиштата, како и на бројот на посети при кои се ординирани контрацептивни средства. Овој тренд укажува на потреба од дополнително унапредување и зајакнување на превентивниот пристап во областа на сексуалното и репродуктивното здравје.

Во таа насока, потребно е:

- **Зајакнување на превентивните активности за контрацепција и семејно планирање**, со континуирано информирање на населението за достапните методи на контрацепција, нивната правилна употреба, придобивките и можните несакани ефекти.
- **Унапредување на советувалишните услуги**, со нивно прилагодување кон современите потреби на населението и обезбедување доверливи, достапни и кориснички ориентирани услуги.
- **Поголема промоција на советувалиштата**, особено преку здравствено-промотивни кампањи, дигитални комуникациски канали и други форми на комуникација со населението, со цел граѓаните навремено да се информираат за можностите за советување и достапните услуги.
- **Посебно внимание да се посвети на младите**, преку обезбедување точни, научно засновани и возрасно соодветни информации за сексуалното и репродуктивното здравје, контрацепцијата и одговорното семејно планирање.
- **Подобрување на достапноста и изборот на контрацептивни методи**, во согласност со современите препораки и потребите на корисниците. WHO нагласува дека информираниот избор и пристапот до различни безбедни и соодветни методи се суштински за репродуктивното здравје и автономијата на поединецот.
- **Континуирана едукација на здравствените работници** кои обезбедуваат советување и услуги за контрацепција, со примена на најновите научно засновани препораки и пристапи.

- **Развивање на современи модели на превентивно советување**, вклучително и можности за дигитално информирање и советување, со цел услугите да бидат подостапни и поприфатливи за различни групи од населението.
- **Редовно следење и анализа на користењето на советувалишните услуги**, со идентификување на причините за намалениот број посети и утврдување на групите кај кои постои најголема потреба од дополнителни превентивни активности.
- **Зајакнување на меѓусекторската соработка** помеѓу здравствениот систем, образовниот сектор и релевантните институции и организации, со цел превенцијата на непланираните бремености и унапредувањето на репродуктивното здравје да бидат дел од поширок и координиран пристап.

Намалувањето на бројот на посети во советувалиштата претставува важен сигнал за потребата од преиспитување на постојните модели на превентивна работа. Наместо превентивните активности да се ограничат само на обезбедување услуги во здравствените установи, потребно е **проактивно приближување на информациите и услугите до населението**, со посебен фокус на младите и другите групи кои можат да се соочат со бариери во пристапот до контрацепција.

Изготвил: Оддел за здравствена промоција и следење на болести