



# KÖRNYEZETTUDATOS FOGAMZÁSGÁTLÁS

GREEN BIRTH CONTROL

Jakab Bettina, pszichológiai konzulens, szimpto-termális módszer gyakorló  
2019.05.15.

# Fogamzásgátlási módszerek

## Hormonális

- Fogamzásgátló tabletta
- Hüvelygyűrű
- Bőr alá ültethető chip
- Injekció
- Tapasz
- IUD – hormonális spirál

## Hormonmentes

- Óvszer
- Női óvszer
- Pesszárrium
- Méhszájsapka - vákummal rögzül a méhnyakon
- Rézspirál
- Rézgyöngyök
- Hüvelyszivacs
- Szimpto-termális módszer
- Naptár módszer
- Megszakítás
- + spermicidek

## Végleges

- Vazektómia
- Művi meddővé tétel

# Miből készülnek ezek az eszközök, gyógyszerek?

## Eszközök

- Latex
- Báránybőr
- Poliizoprén, poliuretán
- Egyéb segédanyagok: nonoxinol-9, parabén, kazein, glicerin, benzokain
- Orvosi szilikon
- Műanyag
- Réz

## Gyógyszerek

- Ösztrogén
- Progesztin
- Laktóz
- E....

**+ csomagolóanyagok**



# Környezeti hatások

## Statisztikák

- Évente 25 millió óvszer kerül Magyarországon (2010)
- Magyarországon a nők 22%-a fogamzásgátló tablettát szed
- Megszakításos védekezést a nők 20%-a
- Spirált vagy hüvelygyűrűt 4%ok
- 21% egyáltalán nem használ fogamzásgátlót

## Lebomlási idők

- **Latex:** 50 év
- **Karton papír:** 2 hónap
- **Műanyag szatyrok:** 200-1000 év
- **Papír táska (papírszatyor):** 1 hónap
- **Szilikon:** min. 20 év

- Nincs fogamzásgátlás: 85
- Megszakítás: 35
- Naptár módszer: 14-40
- Spermicidek: 5-20
- Hüvelygyűrű: 0,1-0,4
- Férfi óvszer: 3-4
- Női óvszer: 1-5
- Pesszárium: 2-18
- Pesszárium spermiciddel: 2-3
- Hőmérőzés: 0,5-3
- Injekció: 0,03-3
- Hormonális spirál: 0,05-0,1
- Fogamzásgátló tabletta: 0,1-0,5
- Végleges műtét: 0,1-0,3

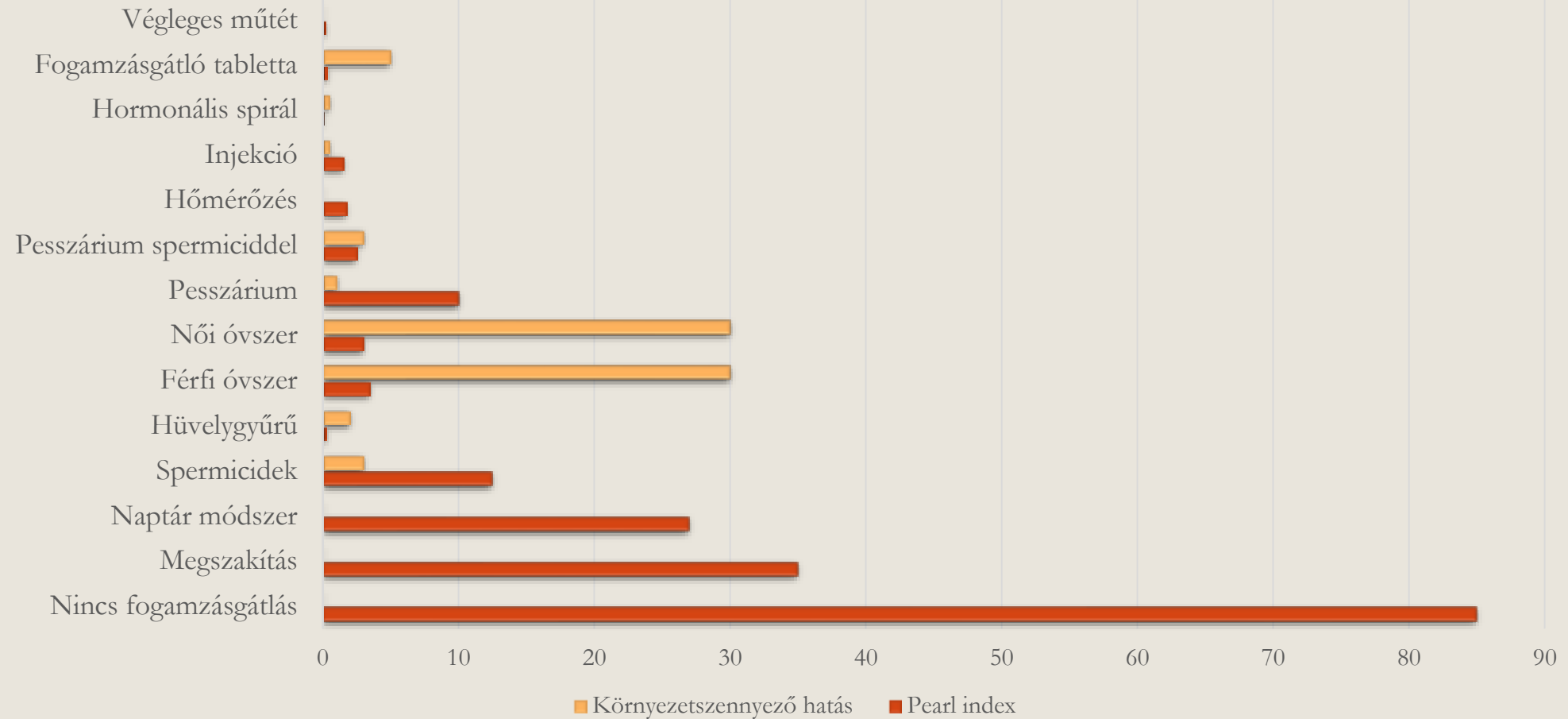
**PROTECTED**

## PEARL - index

Azt jelzi, hogy az adott módszer egy éves alkalmazása során 100 nőből hány esett teherbe.



# A FOGAMZÁSGÁTLÁSI MÓDSZEREK BIZTONSÁGI ÉS KÖRNYEZETI ÖSSZEHOSONLÍTÁSA



# +1 Tényleg bekerültek a hormonok az ivóvízbe?

**IGEN**

Vizelet → csatorna → szűrők →  
természetes vizek → **víztisztítás** →  
ivóvíz



Magyarországon minden 20 percben  
történik vízminőségvizsgálat

DE

- Nagyon összetett, annyira kicsi a kimutatt érték, hogy hektolitereket kéne meginni ahhoz, hogy közvetlenül hatással legyen ránk.
- Nagyobb mennyiségben található a fájdalomcsillapítók hatóanyagai, pl. Ibuprofen
- Mérhető hatása inkább az állatfajokra van, de ezáltal a környezetre és ránk is hat



# Köszönöm a figyelmet!



@wombettina



[www.facebook.com/wombtestmesek](http://www.facebook.com/wombtestmesek)



[www.womb.hu](http://www.womb.hu)

