**Контрацептивные губки**

Контрацептивные губки препятствуют проникновению сперматозоидов в канал шейки матки, задерживая сперму, и одновременно выделяют спермицидное вещество. В наши дни губки изготавливаются из синтетического волокна с добавлением натурального коллагена. Их пропитывают спермицидами. Наиболее часто губки изготавливают из полиуретана, пропитанного 1 граммом спермицида ноноксинола-9. Внешне губка выглядит как небольшая подушечка с петелькой и углублением на одной стороне. Выпускается единая модель губок стандартного размера.

Контрацептивная эффективность составляет около 78-88%.

Преимущество

- Она безопасна и эффективна.

- Отличается простотой использования по сравнению с диафрагмой.

- Губка мягче и меньше, чем диафрагма, она практически не ощущается во время коитуса.

- Губка гигиенична – впитывает сперму и влагалищные выделения.

- Губка снижает риск заражения половыми инфекциями, предотвращает возникновение опухолей и воспалительных заболеваний влагалища.

Недостатки

- Относительно низкая контрацептивная эффективность.

- Необходимость манипуляций во влагалище непосредственно перед половым контактом.

- Возможно развитие молочницы влагалища.

- Контрацептивные губки не предупреждают заражения заболеваниями, передающимися половым путём.

Рекомендации.

Непосредственно перед применением следует смочить губку небольшим количеством воды и в положении лежа ввести её во влагалище. При правильном введении губка полностью прикрывает шейку матки. Губку необходимо оставить во влагалище на 6-8 часов после полового акта, после чего её извлекают за специальную петлю. Губки, оставленные во влагалище, эффективны в течение 24 часов.

Когда нужно предпочесть влагалищные губки.

В тех же ситуациях, что и при использовании диафрагм и шеечных колпачков.

Противопоказания

- Аллергические реакции на компоненты губки.

- Синдром инфекционно-токсического шока в прошлом.

- Роды или самопроизвольный аборт не более 2 недель назад.

- Воспаление влагалища и шейки матки (кольпит и цервицит).