

วัยรุ่นกับการมีเพศสัมพันธ์และการคุมกำเนิด



วัยรุ่นเป็นวัยที่อยากรู้ อยากเห็น

โดยเฉพาะเรื่องเพศ การหาทางออกที่ดีจากการหมกหมุนเรื่องเพศ เช่นการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา การอ่านหนังสือ การร้องเพลง หรือกิจกรรมอื่นๆ ที่เหมาะสม ที่สามารถหันเหการหมกหมุนเรื่องเพศ เป็นสิ่งที่ดีที่สุด แต่การป้องกันเมื่อจำเป็นต้องมีเพศสัมพันธ์เป็นสิ่งที่ต้องให้วัยรุ่นทราบเพื่อเป็นการป้องกันการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ ตลอดจนป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยที่ไม่สมควรหรือในสภาพที่ไม่พร้อม การป้องกันการตั้งครรภ์หรือคุมกำเนิดมีหลายวิธีความแตกต่างกัน เช่น

- การใช้ห่วงกำเนิด ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 98%
- การรับประทานยาคุมกำเนิด ป้องกันการตั้งครรภ์ประมาณ 95%
- การฉีดยาคุมกำเนิด ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 99%

- การใช้หมวกครอบปากมดลูก ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 80%
- การใช้ยาฝังคุมกำเนิดได้ผิวหนังบริเวณต้นแขน ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 99%
- การใช้ถุงยางอนามัยในผู้ชาย ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 86%
- การใช้ยาฆ่าสเปิร์มฉีดล้าง ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 74%
- การหลังภายนอกช่องคลอด ป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 60-80%
- การนันทนาการที่ปลอดภัยเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ได้ประมาณ 70-75%



จากข้อมูลประสิทธิภาพในการป้องกันการตั้งครรภ์วิธีต่างๆ ก็ไม่ได้ป้องกันได้ 100% ดังนั้นการมีเพศสัมพันธ์ในวัยรุ่นเป็นสิ่งที่ไม่สมควร เพราะไม่พร้อมทั้งวุฒิภาวะและฐานะทางเศรษฐกิจ สังคม จึงไม่ควรจะมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันสมควร และเป็นสิ่งที่ควรยกเว้นหรือไม่ควรทดลองปฏิบัติคำว่า อดชั่วจนถึงคาดชีวิตวายแต่ไม่ตายเพราะอดเส่นหาเพราะเพศสัมพันธ์ไม่ได้เป็นสิ่งสำคัญที่สุดในวัยดังกล่าวแต่

การเล่าเรียนเขียนอ่านซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นและทำให้เป็นรากฐานทางอาชีพที่ดีในอนาคต



การคุมกำเนิดที่สามารถหาได้ง่ายๆ และช่วยป้องกันการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ที่ดีที่สุด คือการใช้ถุงยางคุมกำเนิดในฝ่ายชาย โดยจะป้องกันการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ เช่นหนองใน ซิฟิลิส และเอดส์ ซึ่งเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ แต่การใช้ถุงยางต้องไม่ใช่สารหล่อลื่นอื่นๆ ที่มีผลทำให้ถุงยางเสื่อม เช่น โลชั่น ครีมบำรุงผิว น้ำมัน หากจำเป็นต้องใช้สารหล่อลื่นต้องใช้เจลหล่อลื่นที่ไม่มีผลต่อถุงยาง



นอกจากนั้นการสวมใส่ถุงยางที่ถูกวิธีเป็นสิ่งจำเป็นซึ่งมีอธิบายในกล่องถุงยางอยู่แล้ว และเมื่อเสร็จกิจหรือฝ่ายชายหลังแล้วควรดึงอวัยวะเพศออกมาในขณะที่แข็งตัวตัวอยู่ เพื่อหลีกเลี่ยงการรั่วไหล และบางกรณีอาจต้องสวมถุงยาง 2 ชั้น ในกรณีที่จำเป็น แต่ประสิทธิภาพการป้องกันการตั้งครรภ์อาจไม่ถึง 100% เพราะสาเหตุข้างต้น แต่ก็เป็นการติดเชื้อทางเพศสัมพันธ์ที่ดี ดังจะมีคำสอนในหมู่ภรรยาที่มักจะกล่าวกับสามีว่า “จะเที่ยวต้องหัดป้องกัน อย่านำเชื้อโรคมารั่วให้เมีย” ซึ่งเป็นคำสอนที่ดีในภาวะปัจจุบันที่โรคเอดส์หากติดมาแล้วถึงตายได้ และทำให้ลูกเมียเดือดร้อน



ประมาณร้อยละ 85 ของผู้หญิงที่ยังมีเพศสัมพันธ์อยู่และไม่ต้องการใช้วิธีการคุมกำเนิดใดๆ จะท้องภายในหนึ่งปี ผู้หญิงสามารถตั้งท้องได้ในระหว่างที่ให้นมลูก หรือหลังจากคลอดลูกได้เพียง 10 วันและแม้กระทั่งในระหว่างที่มีเมนส์อยู่ การหลังข้างนอกและการงดเว้นการมีเพศสัมพันธ์เป็นช่วงๆ ไม่ได้ช่วยป้องกันท้องหรือป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ข้างล่างนี้คือรูปแบบการคุมกำเนิดที่คุณอาจเลือกใช้ คุณสามารถป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมได้โดย:

1. งดเว้นการมีเพศสัมพันธ์โดยเด็ดขาด
2. ใช้วิธีคุมกำเนิดแบบต่างๆ



ถ้าคุณยังมีเพศสัมพันธ์อยู่และไม่ต้องการตั้งท้องควรคุมกำเนิดเสมอ



การป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อมในวัยรุ่น



สาเหตุของการตั้งท้องไม่พร้อมในวัยรุ่นไทย เนื่องจากขาดความรู้เรื่องเพศศึกษาและเรื่องการคุมกำเนิดที่ถูกวิธี มีความเข้าใจผิดๆ เกี่ยวกับการร่วมเพศที่คิดว่า "ครั้งเดียวคงไม่ท้อง" ไม่สวมถุงยางอนามัย เพราะรู้สึกว่าจะขัดขวางความรู้สึกทางเพศ คิดว่าการมีเพศสัมพันธ์กับคู่อุปถัมภ์ โดยไม่ป้องกัน นอกจากปัญหาการตั้งท้องไม่พร้อมแล้ว ยังส่งผลถึงการทำให้กระทบถึงการเกิดโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ อย่างเช่น โรคเอดส์ ที่ขณะนี้ตัวเลขวัยรุ่นไทยติด "โรคร้าย" นี้เพิ่มสูงขึ้นอย่างน่าใจหาย



ด้วยรักและปรารถนาดีจาก...

อบต.บ้านกุ่ม

อ.เมือง จ.เพชรบุรี

