

## СВЕТСКИ ДЕН НА КОНТРАЦЕПЦИЈАТА



Секоја година 26 септември, Светскиот ден на контрацепција, е посветен за подигање на свеста за сексуалните права и контрола при раѓањето. Од првиот ден во 2003 година до денес, целта е да се подигне свеста на новите генерации млади луѓе да бидат информирани и да донесуваат правилни одлуки, за свет во кој секоја бременост е посакувана.

Денес, Светскиот ден на контрацепција, е поддржан од петнаесет меѓународни партнери, сите со заеднички интерес за водење на грижа за сексуалното и репродуктивно здравје кај младите.

**„Здравите семејства се создаваат по избор, а не случајно“** (д-р Нафис Садик, поранешен извршен директор на УНФПА – Агенција на Обединетите Нации за сексуално и репродуктивно здравје).

Правото на жената да го избере бројот, времето и растојанието на нејзините деца е фундаментално. Контрацепцијата е составен дел од нејзиното одлучување. Придобивките се многукратни: употребата на контрацепција ги намалува стапките на мајчинска смрт и инвалидитет, смртноста и морбидитетот на новороденчиња и децата, несакана бременост и абортус. Машките и женските кондоми можат да ги намалат сексуално преносливите инфекции. Девојките и жените кои можат да ги планираат своите семејства имаат повеќе можности да го остварат својот потенцијал; тие можат да продолжат со образованието и да учествуваат во економијата, што ќе доведе до попросперитетни, стабилни и правични општества.

Сепак, денес, кога го одбележуваме Светскиот ден на контрацепција, 257 милиони жени кои сакаат да избегнат бременост не користат безбедни, современи методи на контрацепција. Меѓу причините се загриженоста за несакани ефекти и заблуди за долгорочните ефекти врз плодноста. На некои жени може да им биде забрането да користат контрацепција од нивниот сопруг, партнер или свекор. Некои жени може да се чувствуваат стигматизирани затоа што сакаат да користат контрацепција. Некои жени не знаат за контрацепција, не можат да пристапат до неа или не можат да си ја дозволат.

Сè додека не се постигне универзален пристап до контрацепција, зајакнувањето на жените и родовата еднаквост ќе останат неостварливи. Ваквиот пристап им овозможува на жените и девојките да ја изберат својата иднина, а не случајноста.

**Изготвил:** Магдалена Јованова, дип.педагог  
Одделение за социјална медицина, Септември 2023 година

**Извор:**

<https://www.your-life.com/en/blog/world-contraception-day-2018>  
<https://playsafe.health.nsw.gov.au/2014/09/10/whats-contraception/>  
<https://www.unfpa.org/events/world-contraception-day>

## DITA BOTËRORE E KONTRACEPTIMIT



Çdo vit, 26 shtatori, Dita Botërore e Kontracesionit, i kushtohet ndërgjegjësimit për të drejtat seksuale dhe kontrollin e lindjes. Që nga dita e parë e vitit 2003 e deri më sot, synohet ndërgjegjësimi i gjeneratave të reja të të rinjve për t'u informuar dhe marrë vendimet e duhura, për një botë në të cilën çdo shtatzëni është e dëshiruar.

Sot, Dita Botërore e Kontracesionit mbështetet nga pesëmbëdhjetë partnerë ndërkombëtarë, të gjithë me një interes të përbashkët për t'u kujdesur për shëndetin seksual dhe riprodhues të të rinjve.

**“Familjet e shëndosha krijohen me zgjedhje, jo rastësisht”** (Dr. Nafis Sadiq, ish Drejtor Ekzekutiv i UNFPA – Agjencia e Kombeve të Bashkuara për Shëndetin Seksual dhe Riprodhues).

E drejta e gruas për të zgjedhur numrin, kohën dhe ndarjen e fëmijëve të saj është thelbësore. Kontracesioni është një pjesë integrale e vendimmarrjes së saj. Përfitimet janë të shumëfishta: përdorimi i kontracesionit redukton shkallën e vdekjes dhe paaftësisë së nënës, vdekshmërinë dhe sëmundshmërinë e foshnjave dhe fëmijëve, shtatzëninë e padëshiruar dhe abortin. Prezervativët për meshkuj dhe femra mund të zvogëlojnë infeksionet seksualisht të transmetueshme. Vajzat dhe gratë që mund të planifikojnë familjet e tyre kanë më shumë mundësi për të realizuar potencialin e tyre; ata mund të vazhdojnë arsimimin e tyre dhe të marrin pjesë në ekonomi, duke çuar në shoqëri më të begata, të qëndrueshme dhe të drejta.

Megjithatë, sot, kur shënojmë Ditën Botërore të Kontracesionit, 257 milionë gra që duan të shmangin shtatzëninë nuk po përdorin metoda të sigurt, moderne të kontracesionit. Ndër arsyt janë shqetësimet për efektet anësore dhe keqkuptimet për efektet afatgjata në fertilitet. Disa grave mund t'u ndalohet përdorimi i kontracesionit nga bashkëshorti, partneri ose vjehri i tyre. Disa gra mund të ndjehen të stigmatizuara për dëshirën për të përdorur kontracesionin. Disa gra nuk dinë për kontracesionin, nuk mund ta përdorin atë ose nuk mund ta përballojnë atë.

Derisa të arrihet akses universal në kontracesion, fuqizimi i grave dhe barazia gjinore do të mbeten të pakapshme. Një qasje e tillë u lejon grave dhe vajzave të zgjedhin të ardhmen e tyre, jo shansin.

**Përgatiti:** Magdalena Jovanova, mësuese e diplomuar  
Departamenti i Mjekësisë Sociale, Shtator 2023

### **Burimi:**

<https://www.your-life.com/en/blog/world-contraception-day-2018>

<https://playsafe.health.nsw.gov.au/2014/09/10/whats-contraception/>

<https://www.unfpa.org/events/world-contraception-day>