

# WMM

WANITA METRO

## FOKUS

Oleh Hafiz Ithnin  
hafizithnin@mediaprima.com.my

Perancangan keluarga tidak hanya membabitkan isteri semata-mata.

Perunding Sakit Puan Metro IVF, Dr Ahmad Hussein berkata, apabila berbicara mengenai perancangan keluarga, penumpuan lebih menurus kepada pelbagai kaedah yang boleh diguna pakai untuk wanita (isteri).

Sebenarnya lelaki turut mempunyai alat kontraseptif namun hasil perbincangan yang baik antara pasangan adalah salusi yang terbaik. Antara pilihan kontraseptif lelaki seperti kondom yang boleh berfungsi sehingga 98 peratus untuk mencegah kehamilan dan mencegah penyakit menular seksual seperti herpes serta Klamidia.

Tambahnya, perancangan keluarga menerusi lelaki (suami) turut boleh diapllikasikan dengan kaedah vasektomi juga dikenali sebagai

'pensterilan lelaki.'

"Pakar bedah memotong dan menutup tiub yang dilalui sperma (vas deferens). Ia antara pilihan kawalan kelahiran yang paling berkesan untuk lelaki. Hanya kira-kira 15 daripada 10,000 pasangan hamil selepas menjalani pembedahan.

"Proses pemulihan daripada vasektomi biasanya mengambil masa kira-kira seminggu. Pada masa itu, aktiviti seksual dan fizikal seperti mengangkat berat perlu dielakkan," katanya.

Katanya, jika mengadakan hubungan kelamin dengan pasangan, alat pencegahan seperti kondom masih perlu digunakan untuk mencegah kehamilan daripada berlaku.

"Kelebihan vasektomi lebih mudah, murah dan berfungsi lebih baik daripada pensterilan wanita (ikat tiub fallopien) selain hanya jagaan harian tanpa perlu bermalam di hospital dan beg ais turut membantu melegakan proses pemulihan

> 32

# RANCANG KELUARGA



# KAEDAH VASEKTOMI

Kaedah paling berkesan iaitu dengan menutup tiub yang dilalui sperma secara pembedahan untuk 'mandulkan' lelaki

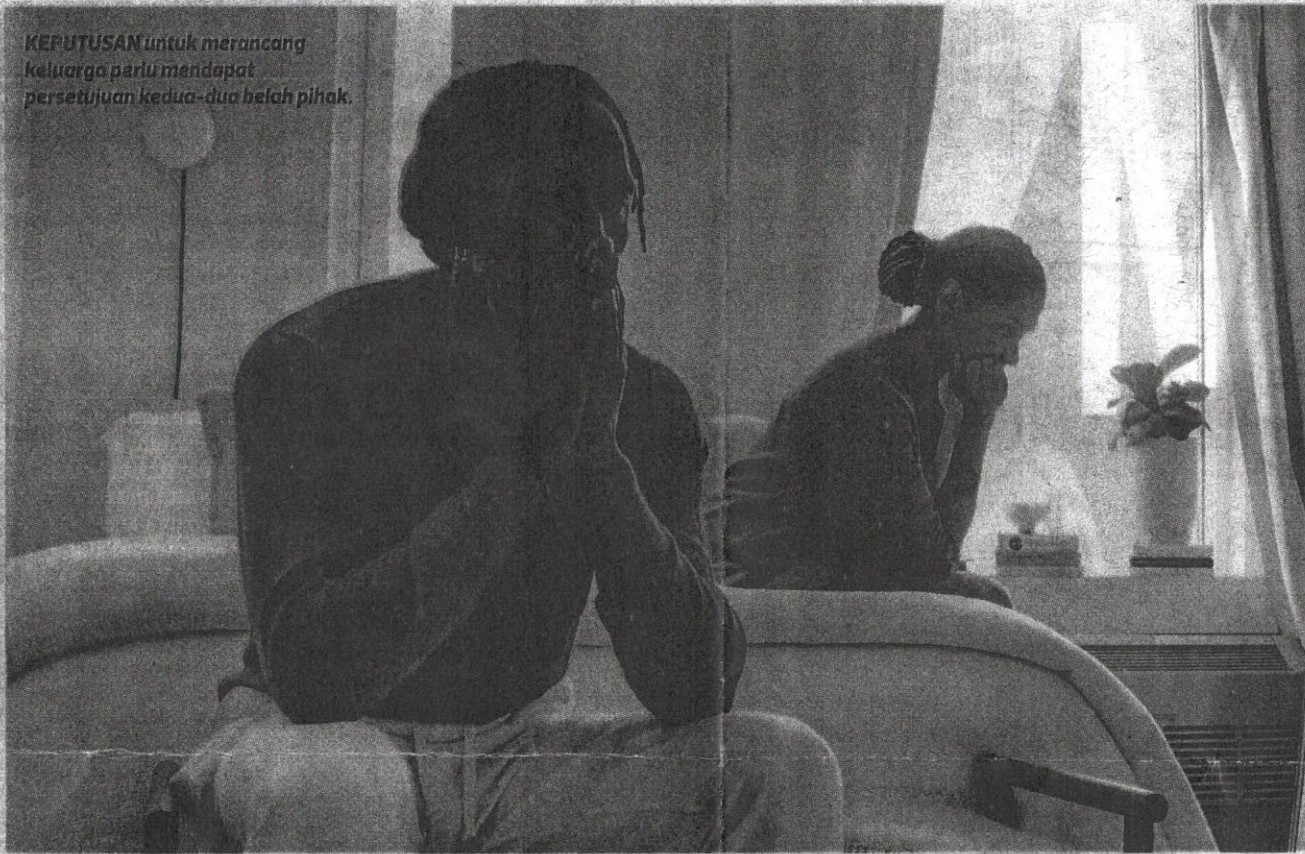
## DARI MUKA 31

“Selain itu, ia tidak mengubah perasaan seksual kepada pasangan dan tiada perubahan ketara kepada air mani. The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) turut mengesyorkan untuk menunggu sekurang-kurangnya seminggu daripada melakukan aktiviti seksual atau lasak supaya luka sembuh sepenuhnya,” katanya.

Bagaimanapun katanya, kaedah itu turut terdapat kelemahan apabila vasektomi hampir kekal dan berkemungkinan tinggi tidak akan dapat mempunyai anak lagi. Kaedah pembalikan vasektomi melalui operasi pembedahan adalah sebagai alternatif.

“Pemakaian kondom masih perlu untuk melindungi daripada

*KEPUTUSAN untuk merancang keluarga perlu mendapat persetujuan kedua-dua belah pihak.*



bengkak berkemungkinan memerlukan pembedahan untuk mengeluarkan darah beku,” katanya.

Pakar itu berkata, terdapat risiko jangkitan selepas vasektomi apabila bakteria memasuki bahagian skrotum. Sekiranya skrotum menjadi merah atau lembut dan mempunyai gejala demam perlu segera berjumpa doktor.

Tambahnya, risiko seseorang mendapat kanser selepas vasektomi adalah sangat kecil. Kajian tahun 2019 selama 38 tahun meliputi lebih 2.1 juta lelaki Denmark mendapati peningkatan kecil tetapi ketara secara statistik dalam kanser prostat dalam kalangan lelaki yang menjalani vasektomi.

“Penyelidik tidak tahu mengapa risiko ini wujud atau sama ada faktor lain untuk menjelaskan dengan lebih terperinci mengenai

penyakit STD. Seperti mana-mana pembedahan,

# FAHAMI RISIKO LEPAS RAWATAN

berkemungkinan mengalami bengkak kecil, pendarahan, jangkitan dan komplikasi lain namun jarang situasi sebegini berlaku.

“Dialakkan mengenakan pakaian dan seluar dalam yang longgar untuk membantu skrotum segera pulih serta penjagaan kebersihan perlu dititik beratkan,” katanya.

Jelasnya lagi, individu yang melakukan kaedah itu perlukan rehat dan elakkan daripada aktiviti lasak serta mengangkat berat dalam tempoh lebih kurang seminggu.

“Vasektomi mungkin adalah pilihan yang baik sekiranya mempunyai keluarga yang lengkap dan tidak mahu anak lagi, mempunyai penyakit keturunan dan jika pasangan hamil atau kkuatir akan membahayakan kesihatan pasangan,” katanya.

Katanya, sebelum membuat keputusan untuk meneruskan vasektomi, adalah wajar mempertimbangkan risiko. Pertama, vasektomi adalah kekal. Pembalikan vasektomi untuk mengubah kembali kepada keadaan sebelum pembedahan boleh dilakukan tetapi kadar kejayaan hanya sekitar 75 peratus jika dilakukan dalam tempoh tiga tahun, 55 peratus jika dilakukan dalam tempoh tiga hingga lapan tahun dan 35 peratus dalam sembilan hingga 19 tahun.

“Kadang-kala hematoma atau pembekuan darah boleh terbentuk di dalam skrotum. Ia boleh menyebabkan kesakitan dan

risiko berkenaan. Selain itu boleh berlaku anjal (menarik keluar) yang dipanggil coitus interruptus dalam bahasa Latin.

“Anjal adalah salah satu bentuk kawalan kelahiran tertua dan paling mudah tetapi antara salah satu cara yang kurang berkesan. Kaedah anjal tiada kesan sampingan dan kos,” katanya.

Katanya kaedah anjal berfungsi hanya 78 peratus. Jadi pada tahun tertentu, 22 daripada 100 pasangan yang mengikut kaedah ini untuk menjarakkan kelahiran berakhir dengan kehamilan.

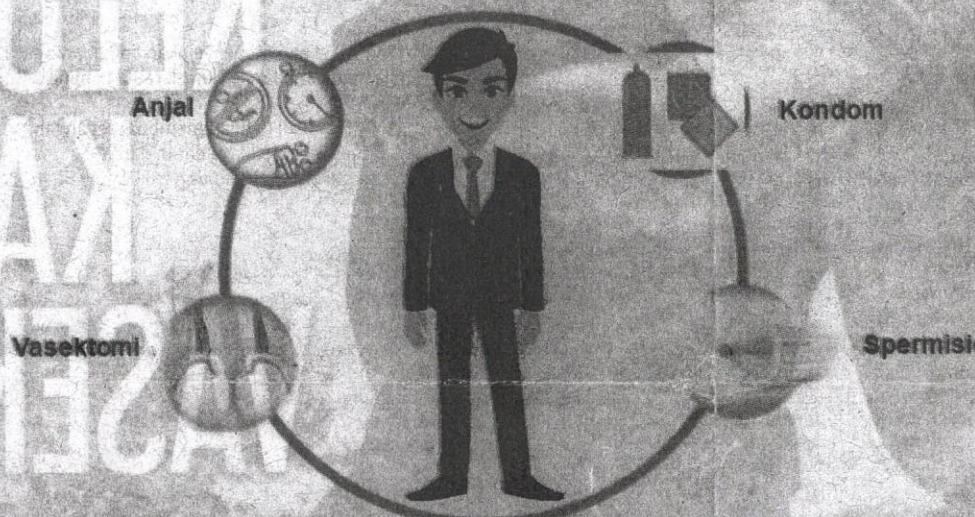
Selain itu, antara kaedah yang boleh dilakukan adalah spermisida iaitu bahan yang membunuh sperma. Apabila seseorang menggunakannya sebagai kaedah kontraseptif tunggal, mereka perlu menyapu spermisida ke dalam faraj.

“Dengan penggunaan biasa, spermisida gagal kira-kira 21 peratus sepanjang masa. Bagaimanapun, mereka boleh meningkatkan keberkesanannya dengan menggunakannya bersama kondom

“Pilihan tertakluk kepada keperluan dan pasangan dinasihatkan untuk mendapatkan nasihat Doktor sebelum memilih kaedah yang berkesan dalam menjarakkan atau menghalang kehamilan daripada berlaku agar keharmonian rumah tangga berkekalan dalam suasana yang harmoni,” katanya.

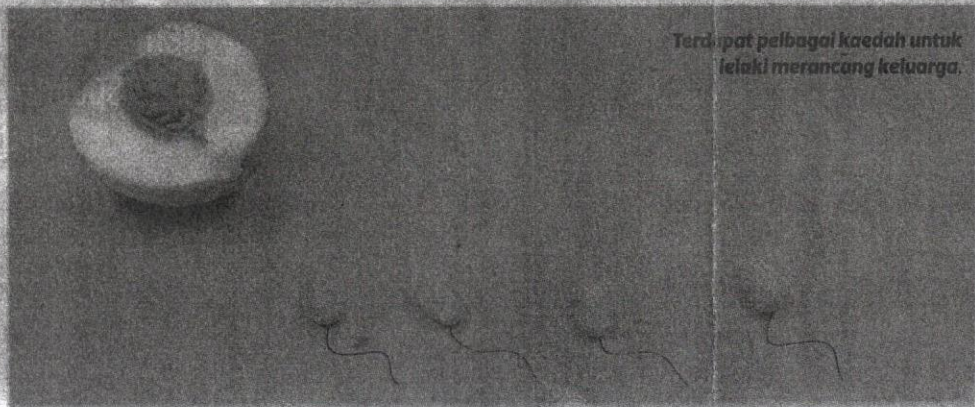
## Kesan Vasektomi hampir kekal, berkemungkinan tinggi penerima rawatan tak dapat mempunyai zuriat

Selain itu, ia tidak mengubah perasaan seksual kepada pasangan dan tiada perubahan ketara kepada air mani. The Centers for Disease Control and Prevention (CDC) turut mengesyorkan untuk menunggu sekurang-kurangnya seminggu daripada melakukan aktiviti seksual atau lasak supaya luka sembuh sepenuhnya



BEBERAPA kaedah yang boleh dilakukan lelaki dalam merancang keluarga.

Terdapat pelbagai kaedah untuk lelaki merancang keluarga.



**DR AHMAD HUSSEIN**