

MIÉRT JÓ MEGISMERNI KATOLIKUS EGYHÁZ ÁLTAL AJÁNLOTT TÜNETHI-HŐMÉRŐZÉSES (TH) TERMÉSZETES CSALÁDTERVEZÉSI (TCST) MÓDSZERT?

Előadók: Hortobágyiné dr. Nagy Ágnes orvos és férje, Hortobágyi Tibor
Kecskemét-Széchenyivárosi Közösségépítő Egyesület

E családtervezési módszer segítségével a nők megfigyelhetik testüknek bizonyos jelzéseit, amelyek a ciklus során változnak. Ezek a jelzések lehetővé teszik annak megállapítását, hogy melyek a termékeny és terméketlen napok. Ezt a módszert olyan párok választják, akik erkölcsi, egészségügyi megfontolásból, vagy a természettel való összhang igénye miatt nem akarnak a mesterséges családtervezési formákkal élni.

A TH-módszer olyan **jó hatásfokú**, hogy fölveszi a versenyt a legnépszerűbb mesterséges módszerekkel is, mint például a tabletták vagy a spirál.

Ha a természetes módszer mellett következik be nem tervezett fogamzás, sokak számára lehet fontos szempont az is, hogy **egészségügyi szempontból** nincs ok aggodalomra, így könnyebb igent mondani a jelentkező kis Életre. Ezt azért is fontos mérlegelni, mert semelyik családtervezési módszer sem 100%-os biztonságú.

A termékenységi jelek felismerése segítséget nyújthat azoknak a pároknak, akik **gyermeket szeretnének**.

A fogamzás létrejöttét a házaspár korán megállapíthatja, ill. a fogamzás időpontjának ismeretében pontosan meghatározható **a szülés várható ideje**.

A ciklusban jelentkező problémák korai felfedezése és kezelése segíthet a **meddőség** bizonyos eseteiben.

Az önmegfigyelés elősegíti a **nőgyógyászati és hormonális betegségek** korai felismerését és kezelését.

A módszer megfigyeléseinek köszönhetően a nők jobban megismerik saját szervezetük működését, ezáltal **egészségtudatuk és termékenységtudatuk** erősödik.

Nem igényel orvosi beavatkozást, nincs mellékhatása.

Fontos előnye, hogy **olcsó**. Költsége egy hőmérő és egy munkafüzet; a tanácsadás pedig ingyenes. „Drága” benne csupán az idő és a türelem, amit a tanulásra kell fordítani.

Erkölcseileg és vallásilag elfogadható.

A módszer alkalmazása állandó együttműködést, közös döntés-hozatalt kíván meg a házaspárok részéről. Jobbá válhat a kommunikáció közöttük, és fejlődhet szexuális kultúrájuk is. Mindezzel **mélyítheti** a párok egymáshoz fűződő **kapcsolatát**. A TCST jót tesz a szerelemnek, építően hat a házasságra.

A módszernek van **nehézsége** is. A termékeny időszak alatt, ha nem tervez gyermeket a házaspár, a szexuális kapcsolattól tartózkodniuk kell. Ezen idő alatt a kölcsönös szeretet és gyöngédség olyan jeleit kell megtalálni, amely hasonlít a klasszikus értelemben vett udvarláshoz. Így a lemondás, amit a pár közös döntéssel, egyetértéssel vállal föl, szebbé és gazdagabbá teheti a házastársi kapcsolatot.