



Інформація про оральні контрацептиви

Вступ

Оральні контрацептиви (ОК) — це лікарські препарати, які приймаються перорально для запобігання вагітності. Вони працюють шляхом:

- Запобігання вивільненню яйцеклітин з яєчників.
- Потовщення слизу в нижній частині матки (*шийка матки*). Це запобігає потраплянню сперматозоїдів у матку.
- Потоншення слизової оболонки матки (*ендометрію*). Це запобігає приєднанню заплідненого яйця до ендометрію.

ОК є високоефективними, якщо приймати їх точно за призначенням. Однак ОК не запобігають ІПСШ (*інфекції, що передаються статевим шляхом*). Використання презервативів під час прийому ОК може допомогти запобігти ІПСШ.

Що відбувається перед початком прийому ОК?

Перш ніж почати прийом ОК:

- Ви можете пройти фізикальне обстеження, аналіз крові та ПАП-тест.
- Ваш лікар переконається, що оральна контрацепція підходить Вам. ОК не є хорошим варіантом для певних жінок, наприклад, це:
 - Жінки, які курять і старші 35 років.
 - Жінки, які мають або мали певні захворювання, такі як:
 - Високий артеріальний тиск в анамнезі.
 - Тромбоз глибоких вен.
 - Тромбоемболія легеневої артерії.
 - Інсульт.
 - Серцево-судинне захворювання.
 - Захворювання периферичних судин.

Запитайте свого лікаря про можливі побічні ефекти ОК, які Вам можуть бути призначені. Майте на увазі, що для того, щоб Ваш організм пристосувався до змін рівня гормонів, може знадобитися 2–3 місяці.

Типи оральних контрацептивів

Протизаплідні таблетки, що містять гормони естроген і прогестин (*синтетичний прогестерон*) або тільки прогестин.

Комбінована таблетка

Цей тип таблеток містить гормони естрогену та прогестину.

- Традиційні протизаплідні таблетки постачаються в упаковках по 21 або 28 таблеток.
 - Деякі упаковки з таблетками на 28 днів містять естроген і прогестин протягом перших 21–24 днів. Таблетки без гормонів, які називаються плацебо, приймаються протягом останніх 4–7 днів. У Вас повинна бути менструальна кровотеча під час прийому плацебо.
 - В упаковках по 21 таблетці Ви не приймаєте таблетки протягом 7 днів. У ці дні виникає менструальна кровотеча. (Деякі люди віддають перевагу прийому таблеток протягом 28 днів, щоб допомогти встановити рутинний режим).
- Таблетки для контрацепції з подовженим інтервалом постачаються в упаковках по 91 таблетці. Перші 84 таблетки містять як естроген, так і прогестин. Останні 7 таблеток — плацебо. Менструальна кровотеча виникає протягом днів прийому плацебо. З цим графіком менструальна кровотеча виникає один раз на 3 місяці.
- Таблетки безперервної контрацепції постачаються в упаковках по 28 таблеток. Усі таблетки в упаковці містять естроген і прогестин. При такому графіку регулярних менструальних кровотеч не буває, але можуть бути кров'яністі виділення або нерегулярні кровотечі.

Таблетки, що містять лише прогестин

Цей тип таблеток часто називають міні-таблетками, і він містить лише гормон прогестину. Він постачається в упаковках по 28 таблеток. У деяких упаковках останніми 4 таблетками є плацебо. Таблетки слід приймати в один і той самий час щодня. Це дуже важливо для запобігання вагітності. Менструальна кровотеча, можливо, не буде регулярною або передбачуваною.



Які переваги?

Оральна контрацепція забезпечує надійну та безперервну контрацепцію, якщо вона застосовується відповідно до вказівок. Вона може лікувати або зменшувати такі симптоми:

- Спазми під час менструального періоду.
- Нерегулярний менструальний цикл або кровотечу.
- Сильний менструальний потік.
- Аномальну маткову кровотечу.
- Акне, залежно від типу таблетки.
- Синдром полікістозу яєчників (ПН).
- Ендометріоз.
- Залізодефіцитну анемію.
- Передменструальні симптоми, включаючи сильну дратівливість, депресію або тривогу.

Вона також може:

- Зменшити ризик розвитку раку ендометрію та яєчників.
- Бути використана як невідкладна контрацепція.
- Запобігати позаматковим (ектопічним) вагітностям та інфекціям маткових труб.

Що може зробити ОК менш ефективними?

ОК можуть бути менш ефективними, якщо:

- Ви забули приймати таблетку щодня. Для таблеток, що містять тільки прогестин, особливо важливо приймати таблетки в один і той самий час щодня. Навіть запізнення з прийомом на 3 години може збільшити ризик вагітності.
- У Вас захворювання шлунка або кишечника, яке знижує здатність Вашого організму абсорбувати таблетки.
- Ви приймаєте ОК разом з іншими лікарськими препаратами, які роблять ОК менш ефективними, наприклад, разом з антибіотиками, певними препаратами для лікування ВІЛ та деякими протиепілептичними препаратами.
- Ви приймаєте ОК, термін дії яких минув.
- Ви забули знову почати приймати таблетку через 7 днів після того, як не прийняли її. Це стосується упаковок по 21 таблетці.

Які побічні ефекти та ризики?

ОК іноді можуть викликати побічні ефекти, такі як:

- Головний біль.
- Депресію.
- Проблеми зі сном.
- Нудоту та блювання.
- Болючість молочної залози.
- Нерегулярну кровотечу або кров'янисті виділення протягом перших декількох місяців.
- Здуття живота або затримку рідини.
- Підвищення артеріального тиску.

Комбіновані таблетки можуть дещо підвищити ризик:

- Виникнення тромбів.
- Серцевого нападу.
- Інсульту.

Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

Дотримуйтеся інструкцій Вашого лікаря щодо початку прийому першого циклу ОК. Залежно від того, коли Ви почнете приймати таблетки, Вам, можливо, потрібно буде використовувати резервний метод контрацепції, такий як презервативи, протягом першого тижня. Переконайтеся, що Ви знаєте, які кроки слід виконати, якщо Ви забули прийняти таблетку.

Підсумок

- Оральні контрацептиви (ОК) — це лікарські препарати, які приймаються перорально для запобігання вагітності. Вони є високоефективними, якщо приймати їх точно за призначенням.
- ОК містять комбінацію гормонів естрогену і прогестину (*синтетичний прогестерон*) або тільки прогестин.
- Перш ніж Ви почнете приймати таблетки, Ви можете пройти фізикальне обстеження, аналіз крові та ПАП-тест. Ваш лікар переконається, що оральна контрацепція підходить Вам.
- Комбіновані таблетки можуть постачатися в упаковках на 21 день, 28 днів або 91 день. Таблетки, що містять лише прогестин, постачаються в упаковках по 28 таблеток.
- ОК іноді можуть викликати побічні ефекти, такі як головний біль, нудота, болючість молочних залоз або нерегулярна кровотеча.