

Екстрена контрацепція

Вступ

Екстрена контрацепція відноситься до методів контрацепції, які запобігають вагітності після незахищеного статевого акту. Екстрена контрацепція рекомендована у таких ситуаціях:

- Коли порвався презерватив.
- Після сексуального насильства.
- Якщо Ви забули прийняти протизаплідні таблетки.
- Якщо Ви використовували неналежні методи контрацепції під час статевого акту.

Екстрена контрацепція є найбільш ефективною, якщо вона використовується якомога швидше після статевого акту. Важливо зазначити, що даний вид контрацепції не захищає від ІПСШ (*інфекцій, що передаються статевим шляхом*). **Не** використовуйте екстрену контрацепцію як єдиний метод контрацепції.

Типи екстрених контрацептивів

Екстрену контрацепцію необхідно використовувати якомога швидше після незахищеного статевого акту та протягом 5 днів після статевого акту. Чим раніше після незахищеного статевого акту Ви використаєте екстрену контрацепцію, тим ефективнішою вона буде. Доступні такі види екстреної контрацепції:

- Гормональні таблетки, які діють, запобігаючи вивільненню яєчника (*овуляції*) та заплідненню яйцеклітини. Існує два види гормональних таблеток:
 - о Таблетки, що містять високі дози естрогену та прогестерону.
 - о Таблетки, що містять тільки прогестерон. Це може бути одна або дві таблетки, прийняті з інтервалом 12–24 години.
- Негормональна таблетка, яка діє, шляхом запобігання впливу прогестерону на овуляцію та слизову оболонку матки (*ендометрію*). Зазвичай для цього препарату потрібен рецепт.
- Негормональний медичний пристрій, який вводиться в матку (мідна *внутрішньоматковий пристрій*, ВМП). Мідь у ВМП призводить до меншої здатності сперматозоїдів запліднювати яйцеклітину. ВМП повинен встановлювати лікар.

Більшість типів таблеток для екстреної контрацепції доступні без рецепта або без візиту до Вашого лікаря. Якщо Вам менше 17 років, Вам може знадобитися рецепт. Поговоріть зі своїм фармацевтом про можливі варіанти.



Побічні ефекти

Запитайте свого лікаря про можливі побічні ефекти екстрених контрацептивів. До побічних ефектів можуть належати:

- Біль і спазми в животі.
- Нудота та блювання.
- Болючість молочної залози.
- Головний біль.
- Запаморочення.
- Втома (*підвищена втомлюваність*).
- Нерегулярні кровотечі або кров'яністі виділення.

Якщо Ви приймаєте таблетки для екстреної контрацепції під час вагітності, це не призведе до припинення Вашої вагітності та не зашкодить Вашій дитині.

Дотримуйтеся цих інструкцій вдома:

- Приймайте безрецептурні та рецептурні препарати лише відповідно до вказівок Вашого лікаря.
- З'їжте щось перед прийомом таблеток для екстреної контрацепції, щоб запобігти нудоті.
- Якщо Ви відчуваєте втому або запаморочення, відпочиньте, поки Вам не стане краще.
- Якщо Ви застосовували гормональні таблетки для екстреної контрацепції, продовжуйте використовувати звичайний метод контрацепції. Обов'язково використовуйте бар'єрний метод (наприклад, презервативи) контрацепції протягом щонайменше 7 днів.
- Якщо Ви застосовували негормональні таблетки для екстреної контрацепції, не повертайтеся до своїх звичайних гормональних протизаплідних таблеток протягом щонайменше 5 днів після прийому екстреної контрацепції. Обов'язково використовуйте бар'єрний метод (наприклад, презервативи) контрацепції до наступної менструації.

Зверніться до лікаря, якщо:

- У Вас була блювота протягом 3 годин після прийому таблетки. Можливо, Вам потрібно буде прийняти ще одну таблетку.
- У Вас сильний головний біль.
- У Вас вагінальна кровотеча, яка не припиняється.
- Минув 21 день після того, як Ви прийняли таблетку для екстреної контрацепції, і у Вас не було менструації.

Негайно зверніться по допомогу, якщо:

- Ви відчуваєте біль у грудях.
- Ви відчуваєте біль у ногах.
- У Вас оніміння або слабкість рук або ніг.
- У Вас невиразна мова.
- У Вас проблеми з зором.

Ці симптоми можуть свідчити про серйозну проблему, яка потребує невідкладної допомоги. Не чекайте, щоб перевірити, чи зникнуть симптоми. Негайно зверніться по медичну допомогу. Зателефонуйте до місцевої служби невідкладної допомоги. Не їдьте самі у лікарню.

Підсумок

- Екстрені контрацептиви запобігають вагітності після незахищеного статевого акту.
- Екстрена контрацепція не діятиме, якщо Ви вже вагітні, і не зашкодить дитині, якщо Ви вагітні.
- Деякі екстрені контрацептиви можна придбати у місцевій аптеці без рецепта.
- Поговоріть зі своїм лікарем щодо типу екстрених контрацептивів, який найкраще підходить для Вас.