

METODE DE CONTRACEPȚIE

ContracepȚia reprezintă o temă de mare interes pentru cuplurile active sexual care nu au plan aducerea pe lume a unui copil.

Deși există o multitudine de informații din mediul virtual privind metodele de contracepție, anual se înregistrează circa 1 milion de cazuri de femei care rămân însărcinate, dintre care aproximativ 700.000 avortează iar 35.000 sunt minore.

Este nevoie de metode de contracepție de mai jos nu protejează și pot dăuna sănătății.

bolilor cu transmitere sexuală

afecțiuni care pot fi evitate doar prin folosirea prezervativului.

Metoda calendarului

Metoda calendarului este o metodă care ține cont de faptul că ovulația se produce aproximativ la mijlocul perioadei ciclului menstrual, deci aproximativ la 14-a zi a unui ciclu regulat de 28 de zile. Din acest motiv, activitatea sexuală cu o săptămână înainte și după momentul presupus al ovulației este recomandată.

ovulației

se realizează utilizând o metodă de contracepție temporară sau prin abținere. **Metoda este sigură și riscantă, dar ciclurile pot avea variații de la o lună la alta și pot apărea ovulații neprevăzute. Metoda poate fi totuși bună dacă se utilizează măsurarea zilnică a dimineții, a temperaturii intravaginale și dimineții, care se înregistrează o creștere bruscă a temperaturii coincide cu momentul ovulației.**

Principalul avantaj al metodei este acela că este o metodă complet naturală, care nu afectează organismul prin

[dezechilibre hormonale.](http://www.csid.ro/health/sanatate/ce-se-ascunde-in-spatele-dezechilibrelor-hormonale-5127055/ "Ce se ascunde în spatele dezechilibrelor hormonale")

Pilula combinată este o tabletă care conține cantități mici de hormoni sexuali, asemănători celor produși de organismul femeii (estrogen și progesteron). Acești hormoni blochează eliberarea lunară a ovulului și, prin îngroșarea secreției colului uterin, blochează pătrunderea spermatozoizilor în uter.

Aceasta se prezintă sub formă de **folii cu 21 sau 28 de tablete**, care trebuie luate **o dată pe zi, de preferat, la aceeași oră.**

Are multiple **avantaje**: este extrem de eficientă (99%), scurt timp de la oprirea administrării capacitatea de a avea o sarcină revine, nu influențează desfășurarea actului sexual, se poate folosi pentru **amânarea menstruației**.

◆potriva unor boli, cum ar fi cancerul de ovare sau de uter, tumorile necanceroase de s◆
[chisturile ovariene.

 Dezavantajele acestei metode sunt legate de faptul c? pilula trebuie luat? ◆ fiecare zi \(uitarea duce la dispari?ia protec?iei\), nu protejeaz? ◆potriva BTS \(boli cu transmitere sexual?\) ?i poate avea unele reac?ii adverse.

 Astfel, pilula trebuie evitat? de femeile cu s◆ger?ri genitale f?r? o cauz? exact?, de femeile care au suferit de tromboflebit?, infarct, diferite forme de cancer, accidente vasculare cerebrale, de femeile care al?pteaz?, precum ?i de fum?toarele de peste 35 de ani. De asemenea, pilula combinat? necesit? pruden?? ◆ administrare la femeile cu boli hepatice, cu hipertensiune arterial?, diabet sau epilepsie.
 Printre reac?iile adverse care pot fi ◆t◆nite se num?r?: s◆ger?rile ◆tre menstrua?ii, gre?uri, s◆i durero?i ?i cre?teri ◆ greutate.</p> <div style="mso-element: para-border-div; border: none; border-bottom: dotted #999999 1.0pt; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm 0cm 8.0pt 0cm; background: white;"> <h2 style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 7.5pt; margin-left: 0cm; mso-line-height-alt: 10.5pt; background: white; border: none; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm; mso-padding-alt: 0cm 0cm 8.0pt 0cm;">Pilula monohormonal?</h2> </div> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 15.0pt; margin-left: 0cm; line-height: 16.5pt; background: white;">Pilula monohormonal? con?ine doar un singur hormon ◆ progesteron ◆ care, prin ◆gro?area secre?iilor colului uterin, ◆piedic? p?trunderea spermatozoizilor ◆ uter.

 Are acela?i mod de administrare ?i acelea?i avantaje ?i dezavantaje ca ?i pilula combinat?, eficien?? de 96-98%, dar, ◆ plus, poate fi folosit? ?i de femeile care al?pteaz? ?i de fum?toare.

 ◆ plus fa?? de pilula combinat?, pilula bazat? pe un singur hormon poate cre?te riscul tulbur?rilor de menstrua?ie ?i al sarcinilor extrauterine.</p> <div style="mso-element: para-border-div; border: none; border-bottom: dotted #999999 1.0pt; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm 0cm 8.0pt 0cm; background: white;"> <h2 style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 7.5pt; margin-left: 0cm; mso-line-height-alt: 10.5pt; background: white;](http://www.csid.ro/specialist/chisturi-ovariene-si-ciclu-menstrual-neregulat-5165854/ "Chisturi ovariene si ciclu menstrual neregulat")

border: none; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm; mso-padding-alt: 0cm 0cm 8.0pt 0cm;">Dispozitivul intrauterin (steriletul)</h2> </div>

<p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 15.0pt; margin-left: 0cm; line-height: 16.5pt; background: white;">Steriletul este un dispozitiv din plastic prev?zut cu ni?te fire sau inele de metal, care se introduce ♦ uter ♦ scopul prevenirii fix?rii ovulului fecundat ♦ uter. Exist? ?i sterilete moderne, care con?in hormoni sau cupru ?i care pot r?m♦e ♦ uter chiar p♦? la 5-10 ani.
 Dispozitivul este introdus ♦ uter de c?tre medic, ♦ timpul menstrua?iei, femeia fiind ulterior instruit? de c?tre ginecolog despre modul ♦ care se controleaz? pozi?ia corect? a steriletului.

 Principalele avantaje ale acestei metode: eficien?? crescut? (97-99%), nu intervine ♦ desf??urarea actului sexual, nu necesit? o ♦grijire specific? ?i, la retragerea lui, femeia poate redeveni fertil?.
 La fel ca ?i celelalte metode de contracep?ie descries , nici steriletul nu protejeaz? ♦potriva BTS, uneori poate determina s♦ger?ri mai abundente ♦ timpul menstrua?iei sau s♦ger?ri ♦tre mesntrua?ii, iar la ♦ceput poate produce mici dureri abdominale.

 Nu este recomandat? utilizarea steriletului la femeile care nu au n?scut niciodat?, la cele care au avut o sarcin? extrauterin? ?i la cele care prezint? frecvent s♦ger?ri vaginale ♦tre menstrre.</p> <div style="mso-element: para-border-div; border: none; border-bottom: dotted #999999 1.0pt; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm 0cm 8.0pt 0cm; background: white;"> <h2 style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 7.5pt; margin-left: 0cm; mso-line-height-alt: 10.5pt; background: white; border: none; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm; mso-padding-alt: 0cm 0cm 8.0pt 0cm;">Diafragma</h2> </div> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 15.0pt; margin-left: 0cm; line-height: 16.5pt; background: white;">Diafragma este o membran? de cauciuc care, ac?ion♦d ca o barier?, ♦piedic? p?trunderea spermatozoizilor ♦ uter. Se utilizeaz? ♦preun? cu un spermicid (substan?? chimic? ce distruge spermatozoizii), cu care se acoper? ambele fe?e ale diafragmei ♦ainte de introducerea acesteia ♦ vagin.

 Diafragma se men?ine cel pu?in 6 ore dup? ultimul contact sexual, pentru a permite spermicidului s? ac?ioneze, iar dac? actul sexual are loc la mai mult de 3 ore dup? introducerea acesteia, este nevoie de ad?ugarea unei noi cantit??i de spermicid.
 Spermicidele se g?sesc sub form? de creme, unguente, geluri, spume, ovule, pelicule, ?i au o eficien?? de 70-75%, dar ♦preun? cu diafragma eficien?a metodei cre?te la 90-95%.
 Spermicidele sub form? de ovule se introduc cu m♦a, iar

cremele, spumele sau gelurile, cu ajutorul unui aplicator, un fel de sering? de plastic.

 Diafragma nu prezint? efecte secundare, asigur? protec?ie imediat?, complet reversibil? ?i nu ♦trerupe actul sexual. Pe de alt? parte ♦s?, metoda necesit? instruire prealabil? asupra modului de folosire, nu este permanent? ?i poate produce reac?ii alergice la persoanele predispuse la alergii la cauciuc.

 Nu se recomand? utilizarea diafragmei la femeile cu infec?ii urinare repetate ?i la cele la care dimensiunile vaginului nu permite adaptarea diafragmei. Unoeri poate produce o stare de disconfort local.</p> <div style="mso-element: para-border-div; border: none; border-bottom: dotted #999999 1.0pt; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm 0cm 8.0pt 0cm; background: white;"> <h2 style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 7.5pt; margin-left: 0cm; mso-line-height-alt: 10.5pt; background: white; border: none; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm; mso-padding-alt: 0cm 0cm 8.0pt 0cm;">Contraceptivele injectabile</h2> </div> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 15.0pt; margin-left: 0cm; line-height: 16.5pt; background: white;">Contraceptivele injectabile sunt solu?ii injectabile care con?in progesteron ?i care, prin ♦piedicarea eliber?rii lunare a ovulului, realizeaz? o contrac?p?ie hormonal? prelungit?.

 Prima injec?ie se administreaz? ♦ primele zile ale menstrua?iei, iar urm?toarele, la interval de 8-12 s?pt?m♦i.
 </p> <p>Metoda are mai multe avantaje: are eficien?? de 99%, efectul contraceptiv este complet reversibil, poate fi folosit? de femeile care al?pteaz? sau de cele care nu pot lua pilula combinat?.

 Dezavantajele metodei sunt date de faptul c? pot produce tulbur?ri de menstrua?ie, necesit? o perioad? mai lung? de timp de la oprirea administr?rii p♦♦la reluarea fertilit?ii, metoda nefiind recomandat? la femeile cu s♦ger?ri genitale de cauze necunoscute, lac ele cu probleme cardiovasculare, cu tumori canceroase sau cu epilepsie.</p> <div style="mso-element: para-border-div; border:

none; border-bottom: dotted #999999 1.0pt; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm 0cm 8.0pt 0cm; background: white;"> <h2 style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 7.5pt; margin-left: 0cm; mso-line-height-alt: 10.5pt; background: white; border: none; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm; mso-padding-alt: 0cm 0cm 8.0pt 0cm;">Ligatura trompelor</h2> </div> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 15.0pt; margin-left: 0cm; line-height: 16.5pt; background: white;">Ligatura trompelor este o metod? chirurgical? prin care trompele uterine se sec?ioneaz? ?i se leag? prin opera?ie (se poate face ?i pe cale endoscopic?, prin 3 mici incizii de 1 cm fiecare).

 Astfel, ovulul eliberat nu va mai ajunge, prin tromp?, ♦ uter.
 Este o metod? de sterilizare definitiv?, ireversibil?, aplicabil? femeilor care au avut copii ?i care au decis c? nu mai doresc o alt? sarcin?. Este sigur?, f?r? nici o reac?ie advers?, ?i este din ce ♦ ce mai mult dorit? de femeile de v♦st? adult?, care deja au familia complet?.</p> <div style="mso-element: para-border-div; border: none; border-bottom: dotted #999999 1.0pt; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm 0cm 8.0pt 0cm; background: white;"> <h2 style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 7.5pt; margin-left: 0cm; mso-line-height-alt: 10.5pt; background: white; border: none; mso-border-bottom-alt: dotted #999999 .75pt; padding: 0cm; mso-padding-alt: 0cm 0cm 8.0pt 0cm;">Nici o metod? contraceptiv? nu asigur? protec?ie 100% !!!</h2> </div> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 15.0pt; margin-left: 0cm; line-height: 16.5pt; background: white;">Trebuie re?inut faptul c?, ♦ afara metodelor chirurgicale de legare a canalelor spermatice, respectiv a trompelor, restul metodelor, de?i unele mai sigure dec♦ altele, <strong style="mso-bidi-font-weight: normal;">nu asigur? o protec?ie de 100%.<br style="mso-special-character: line-break;" /> <br style="mso-special-character: line-break;" /> </p> <h6 style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; background: white;">Contracep?ia de urgen??</h6> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; line-height: 14.7pt; background: white;"> </p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; line-height: 14.7pt; background: white;"> Este o metod? de contracep?ie, care se poate folosi dup? ce contactul sexual a avut loc.
 Contracep?ia de urgen?? are ca scop prevenirea unei sarcini nedorite dup? un contact sexual neprotejat, accidental, fiind eficient? ♦ainte de implantarea oului.
 Nu

◆trerupe evolu?ia unei sarcini deja ap?rute.
 Riscul mediu de apari?ie a unei sarcini dup? un contact sexual neprotejat este de 8%; dup? folosirea contracep?iei de urgen?? acest risc sc?de la 2% </p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; line-height: 14.7pt; background: white;"> </p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; line-height: 14.7pt; background: white;">◆ cabinetele de planning familial, sunt disponibile 3 metode:</p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; line-height: 14.7pt; background: white;">1. Contraceptia hormonal? postcoital? (eficient? ◆ primele 72 ore de la contact)
 2. Inser?ia de sterilet (eficient? ◆ primele 5 zile)<br style="mso-special-character: line-break;" /> <br style="mso-special-character: line-break;" /> </p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; line-height: 14.7pt; background: white;"> Contraceptia de urgen?? este folosit? ◆ urm?toarele cazuri:
 -viol, incest
 -abuz sexual pe handicap mental
 -persoane vaccinate recent cu viru?i vii sau cu unele boli contagioase (ex:rubeol?)
 -e?ec de metod? (rupere prezervativ, omisiune COC, expulzare sterilet, deplasare diafragma, v?rsarea pilulelor la mai pu?in de 1 or? dup? administrare)
 -contact sexual neprotejat
 -utilizarea incorect? a metodei de contracep?ie; de exemplu: a r?mas f?r? pilule sau a uitat s? le ia, a ◆t◆ziat administrarea unei noi doze de contraceptiv injectabil, a f?cut sp?l?tur? vaginal? la mai pu?in de 6 ore dup? folosirea unui spermicid etc.</p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;"> </p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;">Contraceptia hormonal? postcoitala (de ex: Postinor) ac?ioneaz? prin urm?toarele mecanisme:
 1.ac?iune asupra axului hipotalamo-hipofizo-ovarian
 2.inhibarea eventual? a ovula?iei, func?ie de momentul administr?rii
 3.modificarea motilitatii trompei</p> <p style="margin-top: 7.5pt; margin-right: 0cm; margin-bottom: 7.5pt; margin-left: 0cm; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;"><strong style="mso-bidi-font-weight: normal;"> Metode de contracep?ie hormonal? de urgen??</p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;"> 1. Contraceptive orale combinate. Se administreaz? ◆ primele 72 de ore de la contactul sexual neprotejat. Se iau: </p> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: .0001pt; margin-left: 33.0pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 14.7pt; mso-list: l0 level1 lfo1; background: white;">- prima doz?: 4 tablete de Rigevidon, sau Microgynon sau Lo-femenal, sau 4 pilule albe din folia de Tri-Regol (din ultimele 10 pilule); </p> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: .0001pt; margin-left: 33.0pt; text-indent: -18.0pt; line-height: 14.7pt; mso-list: l0 level1 lfo1; background: white;">- a dou?

doz?: alte 4 tablete din tipul celor folosite pentru prim? doz?, la 12 ore interval.
 2. Contraceptive orale cu progestativ: (Postinor II). Se administreaz? ♦ primele 72 ore de la contactul neprotejat (administrarea ♦ primele 48 ore cre?te eficien?a). Se iau: o tablet? con?in♦d 0,75 mg levonorgestrel (LNG) ?i ♦c? o tablet? la 12 ore.</p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;"> </p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;"><strong style="mso-bidi-font-weight: normal;"><em style="mso-bidi-font-style: normal;">Efectele secundare ale contracep?iei de urgen?? sunt :
 -gre?uri, se recomand? femeii s? m?n♦ce dup? ce aluat pilulele
 -v?rs?uri; dac? ap?r la mai pu?in de 2 ore dup? luarea pilulelor, este nevoie de repetarea administr?rii;
 -dureri de s♦i
 -s♦ger?ri neregulate, u?oare la c♦eva zile dup? luarea pilulelor; nu sunt periculoase;
 -modific?ri cantitative ale s♦ger?rii menstruale
 -menstrua?ia poate s? apar? mai devreme sau mai t♦ziu fa?? de data a?teptat?; acest lucru nu reprezint? un pericol, dar dac? trec mai mult de 4 s?pt?m♦i de la folosirea metodei ?i nu apare menstrua?ia sau aceast? este modificat? (flux foarte redus, dureri neobi?nuite) este posibil? o sarcin?.</p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;"><strong style="mso-bidi-font-weight: normal;"><em style="mso-bidi-font-style: normal;">Contracep?ia de urgen?? hormonal? se aplic? doar de 2 ori pe an (prezen?a urgen?elor cu o frecven?? mai mare indic? folosirea unei metode contraceptive inadecvate).<br style="mso-special-character: line-break;" /> <br style="mso-special-character: line-break;" /> </p> <p style="margin: 0cm; margin-bottom: .0001pt; text-indent: 15.0pt; line-height: 14.7pt; background: white;">Abuzul ♦ aplicarea frecvent? a metodei produce serioase metroragii (hemoragii uterine) foarte greu de st?p♦it ?i, uneori, perturba func?iile hepatice
 Dup? utilizarea Postinor, p♦? la urm?toarea menstrua?ie normal? se recomand? abstinen?a sau folosirea prezervativului la fiecare contact sexual.
 Odat? cu apari?ia unei menstrua?ii normale este indicat? trecerea la o metod? contraceptiv? eficient?, cu utilizare regulat?.
 </p> <p style="margin-top: 0cm; margin-right: 0cm; margin-bottom: 15.0pt; margin-left: 0cm; line-height: 16.5pt; background: white;"> </p> <p class="MsoNormal" style="text-align: justify;"> </p> </p>