

Kontracepcijas tablete- ne tikai, lai izsargātos

SĀPĪGAS MĒNEŠREIZES, PINNES, BLAUGZNAS, KRASAS GARASTĀVOKĻA MAIŅAS PIRMS KĀRTĒJĀM MĒNEŠREIZĒM... DAUDZAS VESELĪBAS PROBLĒMAS, PIE KURĀM SIEVIETES MĒDZ PAT PIERAST UN KURAS PIŅEM KĀ NEGROZĀMU DŽĪVES SASTĀVDAĻU, VAR BŪT TIEŠI TĀPĒC, KA ORGANISMĀ NAV IZVEIDOJIES VAI IR IZJAUKTS HORMONU LĪDZSVARS. TOMĒR ARĪ ŠIS, AR SIEVIETES REPRODUKTĪVO SISTĒMU SAISTĪTĀS VESELĪBAS PROBLĒMAS IR LABOJAMAS UN REIZĒM PAT VIENKĀRŠĀK, NEKĀ SĀKUMĀ ŠĶIET.

Ir situācijas, kad kontracepcijas tablešu galvenā funkcija nav efektīva izsargāšanās, bet tieši ārstēšana, jo ar to palīdzību ir iespējams noregulēt hormonu darbību, līdzsvarot to.

Tālab vairs nav pārsteigums, ka bieži vien ginekologi kontracepcijas medikamentus izraksta ne tikai, lai izsargātos no nevēlamas grūtniecības, bet lai ārstētu un uzlabotu sievietes pašsajūtu. Plašais kontracepcijas tablešu klāsts arī ļauj ārstam izvēlēties piemērotāko

medikamentu, jo katram no tiem ir savas darbības nianse, atšķirīgs hormonu veids un deva.

Kā atzīst sievietes, kurām ir kontracepcijas tablešu lietošanas pieredze, – droša kontracepcija ne tikai sniedz izsargāšanās efektu vai palīdz risināt medicīniskas veselības problēmas, bet arī sakārto pāra intīmo dzīvi, savstarpējās attiecības. Kā? Mazinās spriedze par iespējamu, šajā brīdī nevēlamu grūtniecību, līdz ar to atbrīvojas vieta rotaļīgumam un seksuālo attiecību brīvībai. ■

KONTRACEPCIJAS TABLEŠU nekontraceptīvie efekti:



- mazina sāpīgas mēnešreizes;
- sakārto neregulāras mēnešreizes;
- mazina asiņošanu mēnešreīžu laikā;
- novērš asiņošanu cikla vidū;
- mazina premenstruālā sindroma jeb PMS simptomus, piemēram, piemēram, krūšu sāpīgumu, krasas garastāvokļa maiņas, galvassāpes, vēdera sāpes un citas PMS izpausmes;
- regulē hormonu līdzsvaru, ja sāk dominēt vīrišķie hormoni un ir pastiprināta ādas taukošanās, pinnes, blaugznas, pat matu izkrišana;
- mazina hirsutismu jeb pastiprinātu apmatojuma augšanu sievietei neraksturīgās ķermeņa daļās;
- ārstē policistisko olnīcu sindromu jeb PCOS;
- palīdz, ja neauglības iemesls ir tas, ka sievietei ir tā sauktie anovulatorie cikli, kad olnīcas nenobriedina un neatbrīvo olšūnas;
- ārstē, ja ir dzemdes gļotādas pārmērīga augšana jeb endometrija hiperplāzija.

Kontracepcijas tablešu lietošanas

Papildu ieguvumi

**MAZINA KRŪTS PIENA
DZIEDZERU LABDABĪGO
VEIDOJUMU** (piemēram, cistu)
RAŠANĀS RISKU

OLNĪCU VĒŽA PROFILAKSE-
10–12 % vēža riska samazinājums jau gadu
pēc KOK lietošanas uzsākšanas. Sievietēm,
kas lieto KOK vairāk nekā piecus gadus, ir

50 %
**OLNĪCU VĒŽA RISKĀ
SAMAZINĀJUMS**

Ilgtermiņa kontracepcijas tablešu lietošana
SAMAZINA KRŪTS VĒŽA RISKU
pat vēl desmit gadus pēc KOK lietošanas
pārtraukšanas

**MAZINĀS MAŽĀ IEGURŅA
ORGĀNU** (urīnpūslis, ginekoloģiski orgāni)
**INFEKCIJU IZRAISĪTO
SAREŽĢĪJUMU RISKU-**

lietojot kombinētās hormonālās tabletes, mažā
iegurņa orgānu infekcijas sastop retāk un tās
norit vieglāk

**ENDOMETRIJA VĒŽA
PROFILAKSE**

Jau pēc piecu gadu KOK lietošanas endometrija
(dzemdes gļotādas) vēža risks samazinās par 24
%, pēc 10–15 gadu lietošanas,

**SASLIMŠANA SAMAZINĀS PAR
50 %**

Šāds efekts turpinās vismaz 30 gadus
arī pēc kontracepcijas tablešu lietošanas
pārtraukšanas

**NOZĪMĪGS UZLABOJUMS
ANDROGĒNU ĀDAS UN MATU
PROBLĒMU GADĪJUMOS**

**MAZINA VAI NOVĒRŠ
MENSTRUĀLĀ CIKLA
TRAUCĒJUMUS**

– samazina menstruāciju dienu skaitu un
asiņošanas apjomu, mazina dismenorejas
(sāpīgas menstruācijas) izpausmes un anēmiju

**MAZINA OSTEOPOROZES
ATTĪSTĪBAS RISKU**

**MAZINĀS DZELZS ANĒMIJAS
ATTĪSTĪBAS RISKU,**

jo tiek novērsta smagas asiņošanas
mēnešreizi laikā

**MAZINA ĀRPUSDZEMDES
GRŪTNIECĪBAS
IESTĀŠANĀS RISKU**

**POZITĪVA IETEKME
POLICISTISKU OLNĪCU
SINDROMA GADĪJUMOS**

**MAZINA HORMONĀLĀS SVĀRSTĪBAS
UN PREMENSTRUĀLOS (PMS)
TRAUCĒJUMUS**

Informācijas avoti:

Lancet Oncol 2015;
Medscape Ob/Gyn2015 WebMD, Hanaford PC, et al. Cancer risk among users of OC: cohort data. BMJ 2007;
Beal V et al. Ovarian cancer and oral contraceptives. Lancet 2008;
Heinemann LAJ, et al. The risk of breast tumours and lifetime history of oral contraceptive use. Geburtsh Frauenheilk 2002;
Marchbanks PA, et al. Oral contraceptives and the risk of breast cancer. N Eng J Me 2002;
Rappin A, Biggio G, Concas A. Oral contraceptives and neuroactive steroids. Pharmacol Biochem Behav. 2004;
De Berardis et al. Treatment of PMDD. 2007;
Sozialha R, Orsini G, Cagiano R, Lovero G. Contraception. 2007 Noncontraceptive benefits of two combined oral contraceptives:
Pushparajah DS. 2011 Schwann G. The Contraceptive Switch Study. 2007.



Latvijas Ginekologu un dzemdību speciālistu asociācijas vadītāja Dr. Dace Matule:

„Lietojot hormonālo kontracepciju 10–15 gadus, saslimstība ar endometriju vēzi samazinās par 50 %. Sarūk arī risks saslimt ar olnīcu vai zarnu vēzi. Iespējams, hormonālās kontracepcijas skeptiķi

iebildīs, sakot, ka ilgstoša šo medikamentu lietošana var veicināt atsevišķu audzēju veidu attīstību. Patiešām, sievietēm, kurām ir risks saslimt ar krūts audzēju ģenētiskā mantojuma dēļ, vajadzētu pārrunāt piemērotas kontracepcijas izvēli ar savu ginekologu.

Kā jebkam, kas notiek mūsu dzīvē, ir gan pozitīva, gan ne tik pozitīva ietekme. Tāpēc konsultācijai pie ārsta un kontracepcijas izvēlei ir ļoti liela nozīme ne tikai neplānotas grūtniecības novēršanā, bet arī veselības saglabāšanā.”

Sievietes par *kontracepciju*

ATBILDES UZ JAUTĀJUMU:

„Ja lieto hormonālo kontracepciju, kādu apsvērumu dēļ to izvēlēties par sev piemērotāko kontracepcijas metodi?”

- MENSTRUĀLĀ CIKLA REGULĀCIJA.
- PAR CITU NEMAZ NEBIJU AIZDOMĀJUSIES.
- ĒRTĀKAIS UN DROŠĀKAIS KONTRACEPCIJAS VEIDS.
- TĀ BIJA LABĀKĀ PIEEJAMĀ METODE NOTEIKTAJĀ LAIKA POSMĀ.
- NO PREZERVATĪVIEM MAN IR ALERĢIJA, KAS IZPAUŽAS KĀ ĻOTI NEPATĪKAMA NIEZE UN IZSITUMI VĒL ILGI PĒC TĀ LIETOŠANAS. SPIRĀLEI NEBIJU GATAVA, TĀPĒC SEV PAR PIEMĒROTĀKO ATZINU KONTRACEPCIJAS TABLETES.
- ĀRSTS IETEICA LIETOT KONTRACEPCIJAS TABLETES, JO NOŅEMŠOT PIRMSMENSTRUĀCIJU SĀPES.
- PUISIM TĀ BIJA ĒRTĀK.
- ĀRSTĒJU HORMONĀLO CIKLU, BIJA GINEKOLOĢISKAS PROBLĒMAS, TĀPĒC GINEKOLOĢE IETEICA KONTRACEPCIJAS TABLETES, KAS REIZĒ ĀRSTĒTU UN PALĪDZĒTU IZSARGĀTIES. BIJA APNIKUŠI PREZERVATĪVI, UN ABI AR DRAUGU BIJĀM PRIECĪGI, KA VARAM TOS NELIETOT.
- LIETOJU KONTRACEPCIJAS TABLETES SAISTĪBĀ AR VESELĪBAS PROBLĒMĀM UN HORMONU IZMAIŅĀM.
- LIETOJU GALVENOKĀRT PMS NOVĒRŠANAI, ARĪ LAI BŪTU PAREDZAMS, KURĀ DIENĀ IEKRITĪS MĒNEŠREIZES.



Interneta aptauja portālā „Tikaisievietem.lv” (2017. gada marts).