



## Kuras var un kuras nevar lietot *kontracepcijas tabletes*

**KOMBINĒTĀS KONTRACEPCIJAS TABLETES VAR LIETOT IKVIENA PIEAUGUSI SIEVIETE AUGLĪGAJĀ VECUMĀ, JA VIEN TO ATĻĀVIS GINEKOLOGS. KONTRACEPCIJAS TABLETES VAR LIETOT NE TIKAI NO 18 GADU VECUMA. JĀ IR STABILAS SEKSUĀLĀS ATTIECĪBAS UN NEPIECIEŠAMA DROŠĀ KONTRACEPCIJA VAI NEPIECIEŠAMS REGULĒT KĀDU VESELĪBAS PROBLĒMU, ARĪ AGRĀK. JA VESELĪBAS STĀVOKLIS TO ATĻAUJ, KONTRACEPCIJAS TABLETES VAR LIETOT LĪDZ PAT MENOPAUZEI (AP 50 GADU VECUMU).**

Pirms kontracepcijas preparātu izrakstīšanas ārsts sievieti iztaujās, izmeklēs un vajadzības gadījumā nozīmēs citus izmeklējumus. Tomēr, lai ieteiktu piemērotāko kontracepciju, visbiežāk ārstam nav nepieciešami citi izmeklējumi, jo pietiek ar sievietes sniegto informāciju par biežākajām slimībām, vispārējo veselības stāvokli, dzīvesveidu un ieradumiem, kā arī par slimībām ģimenē.

Izvērtējot sievietes organisma individuālās īpatnības un veselības stāvokli, ārsts no visa kontracepcijas klāsta ieteiks piemērotāko – un mūsdienās tiešām ir, no kā izvēlēties.

*Soarīgi atcerēties, ka jebkuru medikamentu lietošanā, pat kontracepcijas izvēlē, nedrīkst paļauties uz draudzeņu ieteikumiem,*

jo to, vai konkrētais medikaments ir piemērots, var pateikt tikai un vienīgi ārsts, kurš izvērtē kopējo veselības stāvokli, kā arī riskus un paredzamos ieguvumus.

Ir slimības, kuru gadījumos kombinēto hormonālo kontracepciju (KOK) nevajadzētu lietot, piemēram, ir bijuši trombi (tromboze vai embolija) kāju, plaušu un citu orgānu asinsvados, infarkts vai insults u. c., tomēr ir arī virkne slimību un stāvokļu, kad kontracepcijas tabletes var dzert. Būtiskākais — neko neslēpt un izstāstīt ārstam par visām veselības problēmām, kas bijušas, pat ja tās vairs nešķiet būtiskas.

Pilnīgi noteikti ārstam jāzina par smēķēšanu. KOK nevajadzētu izvēlēties sievietēm, kuras smēķē, īpaši, ja sieviete ir vecāka par 35 gadiem.

Ja ārsts, izvērtējot veselības stāvokli, uzskata, ka KOK lietošana nav ieteicama, var apvaicāties par progestīna orālo kontracepciju jeb POK, tautā sauktas minipilles.

POK var izmantot sievietes, kuras nepanes vai nedrīkst dzert estrogēnus saturošās kombinētās orālās kontracepcijas tabletes, un sievietes, kuras baro bērnu ar krūti.

Lietojot hormonālo kontracepciju, tāpat kā citus medikamentus, sievietei jābūt vērīgai un gadījumā, ja

rodas kādas veselības problēmas, kas nav izpaudušās iepriekš, noteikti jāvēršas pie ārsta.

## Skvienai sievietei reizi gadā ir jārodas pie sava ginekologa,

lai veiktu nepieciešamās veselības pārbaudes, kā arī izvērtētu izvēlētais kontracepcijas metodes piemērotību konkrētajā dzīves brīdī. ■

### JAUTĀJUMS / ATBILDE

*Vai, lietojot hormonālās tabletes kopā ar „Ibumetin”, samazinās to efektivitāte? Un vai, ikdienā lietojot hormonālās tabletes kopā ar „Urosept” un „Magne B6”, samazinās to efektivitāte?*



**ATBILD ĀRSTE, GINEKOLOĢE, DZEMDĪBU SPECIĀLISTE ZANE KRASTIŅA:**

*Nē, tādu datu nav, ka mazinātos to efektivitāte.*

## Vīrieši par kontracepcijas izvēli

### ATBILDES UZ JAUTĀJUMU:

**Kuram no attiecībās esošajiem partneriem, tavuprāt, būtu jādomā par drošas kontracepcijas izvēli?**

PAR TO VAIRĀK IR JĀDOMĀ SIEVIEŅIEM — **5 %**

PAR TO VAIRĀK IR JĀDOMĀ VĪRIETIM — **10 %**

DROŠAS KONTRACEPCIJAS IZVĒLE IR ABU PARTNERU ATBILDĪBA — **85 %**



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