



BULETIN INFORMATIV nr. 1

PLANIFICAREA FAMILIALĂ: Informații generale despre contraceptive și consiliere în contracepție

Informația pentru buletinele informative este selectată din Ghidul practic pentru furnizorii de servicii de planificare familială, elaborat de către [OMS](#) în [engleză](#), [română](#) și [rusă](#).

Subiectele Buletinului Informativ nr. 1:

- Consilierea de succes
- Compararea eficienței metodelor de planificare familială
- Importanța anumitor proceduri pentru furnizarea metodelor de planificare familială

Consilierea de succes

Consilierea de succes ajută clienții să aleagă și să utilizeze metode de planificare familială potrivite lor. Clienții și situațiile în care se găsesc sunt foarte variate, de aceea ei au nevoie de tipuri diferite de ajutor. Cea mai bună consiliere este cea adaptată fiecărui client în parte.

Tipul de client	Sarcini uzuale ale consilierii
Clienți care revin, fără nicio problemă	<ul style="list-style-type: none"> • Furnizați o cantitate mai mare de contraceptive, vizite de urmărire de rutină • Adresați o întrebare prietenoasă despre modul cum se descurcă clienta cu metoda
Clienți care revin, cu probleme	<ul style="list-style-type: none"> • Înțelegeți problema și ajutați rezolvarea ei – indiferent dacă problema constă în efecte secundare, dificultăți în utilizarea metodei, un partener ne-cooperant sau altă problemă
Clienți noi, care se gândesc la o anumită metodă	<ul style="list-style-type: none"> • Verificați ca înțelegerea clientei să fie exactă • Dacă clienta este eligibilă medical, sprijiniți-i alegerea • Discutați despre modul de utilizare a metodei și cum să procedeze în cazul oricărui efecte secundare
Clienți noi, care nu se gândesc la o anumită metodă	<ul style="list-style-type: none"> • Discutați situația și planurile clientei, precum și ce este important pentru ea la o metodă • Ajutați clienta să ia în considerare metodele care i s-ar putea potrivi. Dacă este nevoie, ajutați-o să ia o decizie • Sprijiniți alegerea clientei, dați instrucțiuni de utilizare și discutați cum să procedeze în cazul oricărui efecte secundare

Acordați timp clientelor care au nevoie. Multe cliențe revin fără nicio problemă și au nevoie de puțină consiliere. Clienții care revin cu probleme și clienții noi care nu se gândesc la o anumită metodă au nevoie de cel mai mult timp, dar de obicei sunt puțini.

Sugestii pentru consilierea de succes

- Arătați respect față de fiecare clientă și ajutați fiecare clientă să se simtă în largul ei.
- Încurajați clienta să își explice nevoile, să-și exprime îngrijorările și să pună întrebări.
- Lăsați dorințele și nevoile clientei să ghideze discuția.
- Fiți atenți la nevoile asociate, cum ar fi protecția împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală, inclusiv HIV și sprijin pentru utilizarea prezervativului.
- Ascultați cu atenție. Ascultarea este la fel de importantă ca furnizarea de informații corecte.
- Dați doar informații și instrucțiuni *cheie*. Folosiți cuvinte pe care clienta le cunoaște.
- Respectați și sprijiniți deciziile informate ale clientei.

- Aduceți în discuție efectele secundare, dacă există, și luați în serios îngrijorările clienței.
- Verificați gradul de înțelegere al clienței.
- Invitați cliența să revină oricând, pentru orice motiv.

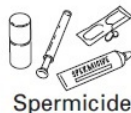
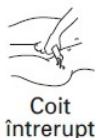
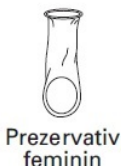
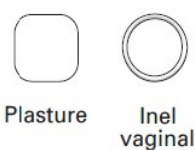
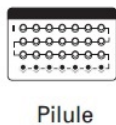
Consilierea a avut succes atunci când:

- Cliențele simt că au primit ajutorul dorit
- Cliențele știu ce să facă și au încredere că pot să facă ceea ce și-au propus
- Cliențele se simt respectate și apreciate
- Cliențele revin când au nevoie
- Și, cel mai important, cliențele își utilizează metodele eficient și cu satisfacție.

Compararea eficienței metodelor de planificare familială

Cea mai eficientă

Mai puțin de o sarcină
la 100 femei într-un an



Ce trebuie făcut ca metoda să fie cât mai eficientă

Implante, DIU, sterilizare feminină:

După procedură, puțin sau nimic de făcut sau de ținut minte.

Vasectomie: Utilizați altă metodă în primele 3 luni.

Injectabile: Necesită administrarea injecțiilor la timp

Metoda amenoreei de lactație (până la 6 luni după naștere): Alăptați frecvent, zi și noapte

Pilule: Luați câte o pilulă în fiecare zi

Plasture, inel: Lăsați pe loc, schimbați la timp

Prezervative, diafragmă: Utilizați corect, la fiecare contact sexual

Metode bazate pe recunoașterea perioadei fertile: În zilele fertile evitați contactele sexuale sau utilizați prezervative. Cele mai noi metode (Metoda zilelor standard și Metoda celor două zile) pot fi mai ușor de utilizat.

Coit întrerupt, spermicide:

Utilizați corect, la fiecare contact sexual

Cea mai puțin eficientă

Aproximativ 30 de sarcini
la 100 femei într-un an

Importanța anumitor proceduri pentru furnizarea metodelor de planificare familială

Clasificarea de mai jos a examinărilor și testelor se aplică oamenilor care se presupune că sunt sănătoși. În cazul unei persoane cu o afecțiune medicală cunoscută sau altă situație specială, mergeți la Criteriile medicale de eligibilitate pentru utilizarea contraceptivelor, p. 324.

Clasa A: Proceduri esențiale și obligatorii în toate situațiile pentru utilizarea eficientă și în siguranță a metodei contraceptive.

Clasa B: Proceduri care contribuie substanțial la utilizarea eficientă și în siguranță a metodei contraceptive. Riscul de a nu efectua o examinare sau un test – dacă acestea nu sunt disponibile – trebuie cântărit comparativ cu beneficiile punerii la dispoziția utilizatorilor a metodei contraceptive.

Clasa C: Proceduri care nu contribuie substanțial la utilizarea eficientă și în siguranță a metodei contraceptive.

Situația specifică

	Contraceptive orale combinate	Contraceptive injectabile lunare	Pilule numai cu progestativ	Injectabile numai cu progestativ	Implante	DIU	Prezervative masculine și feminine	Diafragme și cupole cervicale	Spermicide	Sterilizare feminină	Vasectomie
Examinarea sânilor efectuată de către furnizor	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	N/A
Examinare genitală/ginecologică	C	C	C	C	C	A	C	A	C	A	A
Screening pentru cancer de col uterin	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	N/A
Teste de laborator de rutină	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C	C
Dozarea hemoglobinei	C	C	C	C	C	B	C	C	C	B	C
Evaluarea riscului de ITS: anamneză și examen obiectiv	C	C	C	C	C	A*	C	C*	C*	C	C
Screening ITS/HIV: teste de laborator	C	C	C	C	C	B*	C	C*	C*	C	C
Screening-ul tensiunii arteriale	†	†	†	†	†	C	C	C	C	A	C [‡]

* Dacă o femeie are un risc individual foarte mare de expunere la gonoree sau infecție cu chlamydia, în general nu ar trebui să i se insereze DIU decât dacă nu sunt disponibile sau acceptabile alte metode. Dacă femeia are în prezent cervicită purulentă sau gonoree sau infecție cu chlamydia, atunci DIU nu trebuie inserat până nu sunt vindecate aceste afecțiuni și respectate criteriile medicale de eligibilitate.

† Femeile cu risc mare pentru infecție HIV sau SIDA nu trebuie să utilizeze spermicide. Utilizarea diafragmelor și a cupolelor cervicale împreună cu spermicide nu este de obicei recomandată acestor femei, decât dacă nu sunt disponibile sau acceptabile alte metode.

N/A= Nu se poate aplica

‡ Este de dorit să se măsoare tensiunea arterială, dar în unele zone unde riscurile morbidității prin sarcină sunt ridicate și metodele hormonale sunt printre puținele metode disponibile pe scară largă, femeilor nu trebuie să li se refuze utilizarea metodelor hormonale numai datorită faptului că nu li se poate măsura tensiunea arterială.

§ Pentru procedurile efectuate utilizând doar anestezia locală.

Contacte CIDSR:

Chișinău, MD 2001, Moldova, str. Melestiu 20, Et 5, Spitalul Clinic Municipal nr. 1
 Tel.: + 373 22355072 Mob: + 373 60903782 / + 373 78306973
 Fax: + 373 22355073 Linia fierbinte: 0800 088 08
 E-mail: cidsr2012@gmail.com cidsr@ms.md
 Web: www.sanatacafemeii.md www.avort.md



Guvernul Republicii Moldova

Ministerul Sănătății

Centrul de Instruire
 în Domeniul Sănătății
 Reproductive
 CIDSR

