



BULETIN INFORMATIV nr. 5

PLANIFICAREA FAMILIALĂ: Managementul problemelor raportate drept efecte secundare sau probleme cu utilizarea COC

Informația pentru buletinele informative este selectată din publicația [OMS](#) „Planificare familială. Ghidul practic pentru furnizorii de servicii de planificare familială”, disponibilă în [engleză](#), [română](#) și [rusă](#) pe <http://www.sanatateafemeii.md/>

Subiectele Buletinului Informativ nr. 5:

- Probleme raportate drept efecte secundare (pilule uitate, sângerări vaginale neregulate, cefalee, grețuri sau amețeli, dureri în sâni, modificarea greutateii)
- Probleme noi care pot necesita schimbarea metodei (sângerare vaginală neexplicată sau abundentă, cefalee migrenoasă, inițierea tratamentului cu anticonvulsivante, imobilizarea la pat)

Managementul problemelor

Probleme raportate drept efecte secundare sau probleme cu utilizarea

Pot să fie sau să nu fie cauzate de metodă.

- Problemele cauzate de efectele secundare afectează satisfacția femeii și utilizarea COC. Ele merită atenția furnizorului. Dacă femeia raportează efecte secundare sau probleme, ascultați care sunt îngrijorările ei, sfătuiți clienta și, dacă este cazul, tratați.
- Încurajați-o să continue să ia câte o pilulă în fiecare zi, chiar dacă are efecte secundare. Omiterea pilulelor poate crește riscul de sarcină și poate agrava unele efecte secundare.
- Multe efecte secundare se vor atenua după câteva luni de utilizare. Dacă efectele secundare persistă, dați femeii un COC cu o compoziție diferită, dacă este disponibilă, timp de cel puțin 3 luni.
- Oferiți-vă să ajutați clienta să aleagă o altă metodă – acum, dacă dorește sau dacă problemele nu pot fi rezolvate.

Pilule uitate

- Vezi Managementul pilulelor uitate, p. 15, publicația OMS „Planificare familială. Ghidul practic pentru furnizorii de servicii de planificare familială”, <http://www.sanatateafemeii.md/wp-content/uploads/2015/02/Planificarea-familiala.-Ghid-practic-pentru-furnizorii-de-servicii-de-planificare-familiala.pdf>

Sângerări vaginale neregulate (sângerări neașteptate care deranjează clienta)

- Reasigurați-o că multe femei care utilizează COC prezintă sângerări vaginale neregulate. Nu sunt dăunătoare și, de obicei, se ameliorează sau dispar după primele luni de utilizare.
- Alte posibile cauze de sângerări vaginale neregulate includ:
 - Pilule uitate
 - Luarea pilulelor în fiecare zi la ore diferite
 - Vărsături sau diaree
 - Tratament cu anticonvulsivante sau rifampicină.

- Pentru ameliorarea sângerărilor vaginale neregulate:
 - Îndemnați-o să ia câte o pilulă în fiecare zi și la aceeași oră.
 - Învățați-o să recupereze corect pilulele uitate, inclusiv după vărsături sau diaree.
 - Pentru ușoară ameliorare pe termen scurt, ea poate încerca 800 mg ibuprofen divizat în 3 doze pe zi după mâncare timp de 5 zile sau alte medicamente anti-inflamatoare nesteroidiene (AINS), începând din momentul apariției sângerării vaginale neregulate. AINS oferă oarecare ameliorare a sângerărilor vaginale neregulate în cazul implantelor, injectabilelor numai cu progestativ și DIU și pot ajuta și în cazul COC.
 - Dacă ea utilizează pilule de mai mult de câteva luni și AINS nu ajută, dați-i un COC cu o compoziție diferită, dacă este disponibil. Rugați-o să încerce noile pilule timp de cel puțin 3 luni.
- Dacă sângerarea vaginală neregulată continuă sau începe după mai multe luni în care sângerarea a fost normală sau în care sângerarea lunară a lipsit sau dacă aveți motive să bănuiți că există vreo problemă, luați în considerare eventuale afecțiuni medicale care nu au legătură cu utilizarea metodei.

Lipsa sângerării vaginale lunare

- Întrebați-o dacă are vreo sângerare vaginală. (Poate prezenta doar o mică pată pe lenjerie, pe care să nu o recunoască drept sângerare lunară). Dacă da, liniștiți clienta.
- Reasigurați-o că unele femei care utilizează COC încetează să prezinte sângerare vaginală lunară și că aceasta nu dăunează. Nu este necesar ca ea să sângereze în fiecare lună. Este similar cu lipsa sângerării lunare din timpul sarcinii. Ea nu este infertilă. Sângele nu se acumulează în interiorul corpului ei. (Unele femei sunt bucuroase că nu au sângerări vaginale lunare.)
- Întrebați dacă a luat câte o pilulă în fiecare zi. Dacă da, reasigurați-o că probabil nu este însărcinată. Ea poate continua utilizarea COC ca și până acum.
- A omis pauza de 7 zile dintre folii (folii de 21 de pilule) sau a omis să ia cele 7 pilule fără hormoni (folii de 28 de pilule)? Dacă da, reasigurați-o că nu este însărcinată. Ea poate continua utilizarea COC.
- Dacă a uitat pilulele cu hormoni sau a început o nouă folie cu întârziere:
 - Ea poate continua utilizarea COC.
 - Spuneți femeii care a uitat 3 sau mai multe pilule sau a început o nouă folie cu 3 sau mai multe zile întârziere să revină dacă prezintă semne și simptome precoce de sarcină.

Cefalee obișnuită (nemigrenoasă)

- Încercați următoarele (doar o variantă odată din următoarele):
 - Sugerați aspirina (325-650 mg), ibuprofen (200-400 mg), paracetamol (325-1.000 mg) sau alt antialgic.
 - Unele femei prezintă cefalee în timpul săptămânii fără hormoni (cele 7 zile în care femeia nu ia pilulele cu hormoni). Luați în considerare utilizarea extinsă.
- Orice cefalee care se agravează sau apare mai des în timpul utilizării COC trebuie evaluată.

Grețuri sau amețeli

- Pentru grețuri, sugerați luarea COC înainte de culcare sau în timpul mesei. Dacă simptomele persistă:
 - Luați în considerare tratamentele disponibile pe plan local.
 - Luați în considerare utilizarea extinsă dacă greața apare după ce femeia începe o folie nouă de pilule.

Dureri în sânii

- Recomandați-i să poarte un sutien pentru susținere (inclusiv în timpul activităților dificile și somnului).

- Încercați aplicarea de comprese calde sau reci.
- Sugați aspirina (325-650 mg), ibuprofen (200-400 mg), paracetamol (325-1.000 mg) sau alt antialgic.
- Luați în considerare tratamentele disponibile pe plan local.

Modificarea greutatei

- Revizuiți dieta și consiliați în funcție de caz.

Modificări ale dispoziției generale sau modificări ale libidoului

- Unele femei prezintă modificări ale dispoziției generale în timpul săptămânii fără hormoni (cele 7 zile în care femeia nu ia pilule cu hormoni). Luați în considerare utilizarea extinsă.
- Întrebați despre modificări în viața ei care i-ar putea afecta dispoziția generală sau libidoul, inclusiv schimbări în relația cu partenerul ei. Oferiți suport, în funcție de caz.
- Clientele care prezintă modificări severe ale dispoziției generale, de exemplu depresie gravă, trebuie trimise pentru tratament de specialitate.
- Luați în considerare tratamentele disponibile pe plan local.

Acnee

- Acneea, de obicei, se ameliorează în timpul utilizării COC. La puține femei se poate agrava.
- Dacă ea a utilizat pilule mai mult de câteva luni și acneea persistă, dați-i COC cu compoziție diferită, dacă este disponibil. Rugați-o să încerce noile pilule timp de cel puțin 3 luni.
- Luați în considerare tratamentele disponibile pe plan local.

Probleme noi care pot necesita schimbarea metodei

Pot să fie sau să nu fie cauzate de metodă.

Sângerare vaginală neexplicată (care sugerează o afecțiune medicală fără legătură cu metoda) sau sângerare vaginală abundentă sau prelungită

- Trimiteți sau evaluați prin anamneză și examinare ginecologică. Diagnosticați și tratați în funcție de caz.
- Ea poate continua utilizarea COC în timpul evaluării stării ei de sănătate.
- Dacă sângerarea vaginală este cauzată de o infecție cu transmitere sexuală sau boală inflamatorie pelvină, ea poate continua utilizarea COC în timpul tratamentului.

Inițierea tratamentului cu anticonvulsivante, rifampicină, rifabutină sau ritonavir

- Tratamentul cu barbiturice, carbamazepină, oxcarbazepină, fenitoin, primidon, topiramat, lamotrigin, rifampicină, rifabutină și ritonavir poate scade eficiența COC. Metodele hormonale combinate, inclusiv pilulele combinate și injectabilele lunare, pot scade eficiența lamotriginului.
- Dacă utilizează aceste medicamente pe termen lung, ea poate dori o altă metodă, precum un injectabil numai cu progestativ sau un DIU cu cupru sau DIU-LNG.
- Dacă utilizează aceste medicamente pe termen scurt, ea poate utiliza o metodă suplimentară împreună cu COC.

Cefalee migrenoasă

- Indiferent de vârstă, femeia la care în timpul utilizării COC apare pentru prima dată cefaleea migrenoasă, cu sau fără aură, sau la care cefaleea migrenoasă se agravează, trebuie să oprească utilizarea COC.
- Ajutați-o să aleagă o metodă fără estrogen.

Situații în care femeia va fi imobilizată la pat timp de o săptămână sau mai mult

- Dacă va fi supusă unei intervenții chirurgicale majore sau membrul inferior este în aparat gipsat sau dacă sunt alte motive care o vor face incapabilă să se deplaseze timp de mai multe săptămâni, ea trebuie:
 - Să le spună medicilor că utilizează COC.
 - Să oprească utilizarea COC și să utilizeze o metodă suplimentară în această perioadă.
 - Să reia utilizarea COC la 2 săptămâni după ce poate din nou să se deplaseze.

Anumite afecțiuni medicale grave (suspiciune de afecțiune cardiacă sau afecțiune hepatică gravă, hipertensiune arterială, cheaguri de sânge în venele profunde ale membrilor inferioare sau plămâni, accident vascular cerebral, cancer de sân, afectare vasculară, tulburări de vedere, renale, sau ale sistemului nervos produse de diabet zaharat, sau afecțiuni ale vezicii biliare).

- Spuneți-i să oprească utilizarea COC.
- Dați-i o metodă suplimentară pe care să o utilizeze în timpul evaluării afecțiunii medicale.
- Trimiteți pentru diagnostic și tratament dacă nu este deja sub tratament.

Suspiciune de sarcină

- Evaluați dacă este însărcinată.
- Spuneți-i să oprească utilizarea COC dacă sarcina se confirmă.
- Nu se cunosc riscuri asupra fătului conceput în timp ce femeia utilizează COC.

Contacte CIDSР:

Chișinău, MD 2001, Moldova, str. Meleștiu 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.sanataleafemeii.md www.avort.md



Guvernul Republicii Moldova

Ministerul Sănătății

Centrul de Instruire
în Domeniul Sănătății
Reproductive
CIDSР

