



BULETIN INFORMATIV nr. 7

PLANIFICAREA FAMILIALĂ: Criteriile medicale de eligibilitate pentru pilulele numai cu progestativ

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.sanatafefemeii.md/>

Subiectele Buletinului Informativ nr. 7:

- Criteriile medicale de eligibilitate
- Situația în care femeia alăptează sau nu
- Trecerea de la o metodă de contracepție la alta
- Contracepția după avort
- Consilierea privind efectele secundare
- Explicarea modului de utilizare
- Managementul pilulelor uitate

Criteriile medicale de eligibilitate pentru pilulele numai cu progestativ

Puneți clienței întrebările de mai jos, privind afecțiuni medicale cunoscute. Examinările și testele nu sunt necesare. Dacă ea răspunde „nu” la toate întrebările, dacă dorește, poate începe utilizarea PNP. Dacă ea răspunde „da” la vreuna din întrebările de mai jos, urmați instrucțiunile. În unele cazuri ea poate începe, totuși, utilizarea PNP.

1. Alăptați un sugar mai mic de 6 săptămâni?

NU DA

Ea poate începe utilizarea PNP de la 6 săptămâni după naștere. Dați-i PNP acum și spuneți-i când să înceapă să le utilizeze.

2. Aveți ciroză hepatică gravă, o infecție hepatică sau o tumoră hepatică? (Ochii sau tegumentele ei au o colorație galbenă neobișnuită [semne de colestază]?)

NU DA

Dacă ea relatează afecțiuni hepatice active grave (icter, hepatită activă, ciroză forma gravă, tumoră hepatică), nu-i dați PNP. Ajuțați-o să aleagă o metodă fără hormoni.

3. Aveți acum o problemă gravă datorată unui cheag de sânge în membrele inferioare sau plămâni?

NU DA

Dacă ea relatează despre un cheag de sânge în prezent (nu cheaguri superficiale) și nu este sub tratament anticoagulant, nu-i dați PNP. Ajuțați-o să aleagă o metodă fără hormoni.

4. Luați medicamente pentru convulsii? Luați rifampicină sau rifabutină pentru tuberculoză sau altă boală?

NU DA

Dacă ea ia barbiturice, carbamazepină, oxcarbazepină, fenitoin, primidon, topiramă, rifampicină sau rifabutină, nu-i dați PNP. Acestea pot scădea eficiența PNP. Ajutați-o să aleagă altă metodă dar nu contraceptive orale combinate.

5. Aveți sau ați avut vreodată cancer de sân?

NU DA

Nu-i dați PNP. Ajutați-o să aleagă o metodă fără hormoni.

Asigurați-vă că explicați beneficiile și riscurile pentru sănătate, precum și efectele secundare ale metodei pe care o va utiliza clienta. De asemenea, atrageți atenția asupra oricăror afecțiuni relevante pentru clientă, care ar face ca metoda să fie nerecomandată.

Utilizarea raționamentului clinic în cazuri special

În mod obișnuit, o femeie aflată în oricare din stările enumerate mai jos nu trebuie să utilizeze PNP. Totuși, în situații speciale, dacă nu sunt disponibile sau acceptabile alte metode mai adecvate pentru ea, un furnizor calificat care poate evalua cu atenție starea și situația particulară în care se află femeia poate să decidă că ea poate utiliza

PNP. Furnizorul trebuie să ia în considerare gravitatea stării ei și, pentru majoritatea stărilor, dacă femeia va avea acces la urmărirea clinică.

- Alăptează și a născut cu mai puțin de 6 săptămâni în urmă
- Cheag de sânge dureros în venele profunde ale membrelor inferioare sau plămâni
- Cancer de sân în antecedente, cu mai mult de 5 ani în urmă, și fără recidivă a bolii
- Afecțiune hepatică gravă, infecție sau tumoră
- Lupus eritematos sistemic cu anticorpi antifosfolipidici pozitivi (sau necunoscuți)
- Tratament cu barbiturice, carbamazepină, oxcarbazepină, fenitoin, primidon, topiramă, rifampicină, rifabutină, ritonavir, inhibitori ai proteazei al căror efect este mărit de ritonavir. Trebuie utilizată și o metodă contraceptivă suplimentară, deoarece aceste medicamente reduc eficiența PNP.

Pilulele numai cu progestativ pentru femeile cu HIV

- Femeile care sunt infectate cu HIV, au SIDA sau utilizează terapie antiretrovirală (ARV) pot utiliza în siguranță PNP.
- Îndemnați aceste femei să utilizeze prezervative împreună cu PNP. Folosite consecvent și corect, prezervativele ajută la prevenirea transmiterii HIV și a altor ITS. Prezervativele oferă și protecție contraceptivă suplimentară pentru femeile cu terapie ARV. Unele medicamente ARV pot reduce eficiența PNP.

Furnizarea pilulelor numai cu progestativ

Inițierea metodei

IMPORTANT: Femeia poate începe utilizarea PNP oricând dorește ea, dacă se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată. Pentru a ști cu un grad rezonabil de certitudine că ea nu este însărcinată, folosiți Lista de verificare a sarcinii. De asemenea, femeia poate primi PNP oricând, dacă este instruită când să înceapă utilizarea lor.

Situația femeii	Inițierea metodei
Alăptează integral sau aproape integral A născut cu mai puțin de 6 luni în urmă	<ul style="list-style-type: none">• Dacă a născut cu mai puțin de 6 săptămâni în urmă, dați-i PNP și spuneți-i să înceapă să le utilizeze la 6 săptămâni după naștere.• Dacă menstruația nu a revenit, ea poate începe utilizarea PNP oricând între 6 săptămâni și 6 luni. Nu este necesară o metodă suplimentară.• Dacă menstruația a revenit, ea poate începe utilizarea PNP în același mod ca și femeile care au cicluri menstruale.
A născut cu mai mult de 6 luni în urmă	<ul style="list-style-type: none">• Dacă menstruația nu a revenit, ea poate începe utilizarea PNP oricând, dacă se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată. Ea va avea nevoie de o metodă suplimentară* în primele 2 zile de utilizare a pilulelor. (Dacă nu știți cu un grad rezonabil de certitudine, dați-i PNP acum și spuneți-i să înceapă să le utilizeze în timpul următoarei menstruații.)• Dacă menstruația a revenit, ea poate începe utilizarea PNP în același mod ca și femeile care au cicluri menstruale.
Alăptează parțial A născut cu mai puțin de 6 săptămâni în urmă	<ul style="list-style-type: none">• Dați-i PNP și spuneți-i să înceapă să le utilizeze la 6 săptămâni după naștere.• Dați-i și o metodă suplimentară pe care să o utilizeze până la 6 săptămâni după naștere, dacă menstruația va reveni înainte de această dată.
A născut cu mai mult de 6 săptămâni în urmă	<ul style="list-style-type: none">• Dacă menstruația nu a revenit, ea poate începe utilizarea PNP oricând, dacă se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată.¹ Ea va avea nevoie de o metodă suplimentară în primele 2 zile de utilizare a pilulelor. (Dacă nu știți cu un grad rezonabil de certitudine, dați-i PNP acum și spuneți-i să înceapă să le utilizeze în timpul următoarei menstruații.)• Dacă menstruația a revenit, ea poate începe utilizarea PNP în același mod ca și femeile care au cicluri menstruale.

*Metodele suplimentare includ: abținerea, prezervativele masculine și feminine, spermicidele și coitul întrerupt. Spuneți-i că spermicidele și coitul întrerupt sunt metodele contraceptive cel mai puțin eficiente. Dacă este posibil, dați-i prezervative.

1 - În localizările unde se recomandă de rutină o consultație la 6 săptămâni după naștere și alte șanse de a obține metode contraceptive sunt limitate, unii furnizori și unele programe pot permite femeii să înceapă utilizarea PNP cu ocazia consultației de la 6 săptămâni, fără alte dovezi că femeia nu este însărcinată, dacă menstruația ei nu a revenit încă.

<p>Nu alăptează A născut cu mai puțin de 4 săptămâni în urmă</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ea poate începe utilizarea PNP oricând. Nu este necesară o metodă suplimentară.
<p>A născut cu mai mult de 4 săptămâni în urmă</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Dacă menstruația nu a revenit, ea poate începe utilizarea PNP oricând, dacă se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată¹. Ea va avea nevoie de o metodă suplimentară în primele 2 zile de utilizare a pilulelor. (Dacă nu știți cu un grad rezonabil de certitudine, dați-i PNP acum și spuneți-i să înceapă să le utilizeze în timpul următoarei menstruații.) • Dacă menstruația a revenit, ea poate începe utilizarea PNP în același mod ca și femeile care au cicluri menstruale.
<p>Trecerea de la o metodă hormonală</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Imediat, dacă a utilizat metoda hormonală consecvent și corect sau dacă se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată. Nu este nevoie să aștepte următoarea menstruație. Nu este necesară o metodă suplimentară. • Dacă trecerea este de la injectabile, ea poate începe utilizarea PNP atunci când ar fi trebuit să i se administreze următoarea injecție. Nu este necesară o metodă suplimentară.
<p>Are cicluri menstruale sau trecerea de la o metodă ne hormonală</p>	<p>În orice zi a ciclului menstrual</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dacă ea începe utilizarea în primele 5 zile după începerea menstruației, nu este necesară o metodă suplimentară. • Dacă au trecut mai mult de 5 zile de la începerea menstruației, ea poate începe utilizarea PNP oricând se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată. Ea va avea nevoie de o metodă suplimentară în primele 2 zile de utilizare a pilulelor. (Dacă nu știți cu un grad rezonabil de certitudine, dați-i PNP acum și spuneți-i să înceapă să le utilizeze în timpul următoarei menstruații.) • Dacă trecerea este de la un DIU, ea poate începe utilizarea PNP imediat.
<p>Amenoree (fără legătură cu nașterea sau alăptarea)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ea poate începe utilizarea PNP oricând se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată. Ea va avea nevoie de o metodă suplimentară în primele 2 zile de utilizare a pilulelor.
<p>După avort spontan sau avort la cerere</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Imediat. Dacă ea începe utilizarea în primele 7 zile după un avort la cerere sau avort spontan în primul sau al doilea trimestru, nu este necesară o metodă suplimentară. • Dacă au trecut mai mult de 7 zile după un avort la cerere sau avort spontan în primul sau al doilea trimestru, ea poate începe utilizarea PNP oricând se știe cu un grad rezonabil de certitudine că nu este însărcinată. Ea va avea nevoie de o metodă suplimentară în primele 2 zile de utilizare a pilulelor. (Dacă nu știți cu un grad rezonabil de certitudine, dați-i PNP acum și spuneți-i să înceapă să le utilizeze în timpul următoarei menstruații.)
<p>După utilizarea pilulelor pentru contracepție de urgență (PCU)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ea poate începe utilizarea PNP în ziua ce urmează terminării utilizării PCU. Nu este nevoie să aștepte următoarea menstruație pentru a începe utilizarea pilulelor. <ul style="list-style-type: none"> – O nouă utilizatoare de PNP trebuie să înceapă o folie nouă de pilule. – O utilizatoare continuă care a avut nevoie de PCU datorită unor erori în utilizarea pilulelor poate continua folia curentă de acolo de unde a întrerupt utilizarea. – Toate femeile vor avea nevoie de o metodă suplimentară în primele 2 zile de utilizare a pilulelor.

Consilierea privind efectele secundare

IMPORTANT: Consilierea completă despre modificările sângerării vaginale și alte efecte secundare este o componentă importantă a furnizării metodei. Consilierea despre modificările sângerării vaginale poate fi cel mai important ajutor de care are nevoie femeia pentru a continua utilizarea metodei.

Descrieți efectele secundare cele mai frecvente	<ul style="list-style-type: none">• De obicei, femeile care alăptează nu au sângerare vaginală lunară, timp de mai multe luni după naștere. PNP prelungesc această perioadă de timp.• Femeile care nu alăptează pot avea sângerări frecvente sau neregulate timp de mai multe luni după începere, ulterior sângerări regulate sau continuarea sângerărilor neregulate.• Cefalee, amețeli, dureri în sâni, posibil și alte efecte secundare.
Explicați aceste efecte secundare	<ul style="list-style-type: none">• Efectele secundare nu sunt semne de boală.• De obicei, majoritatea efectelor secundare, se atenuează sau dispar în decursul primelor luni de utilizare a PNP. Totuși, modificările sângerării persistă de obicei.• Sunt frecvente, dar unele femei nu le au.
Explicați ce trebuie făcut în cazul apariției efectelor secundare	<ul style="list-style-type: none">• Continuați utilizarea PNP. Omiterea pilulelor crește riscul de sarcină.• Încercați să luați pilulele în timpul mesei sau înainte de culcare pentru a ajuta la prevenirea grețurilor.• Clienta poate reveni pentru ajutor dacă efectele secundare o deranjează.

Explicarea modului de utilizare

1. Dați pilulele	<ul style="list-style-type: none">• Dați cât mai multe folii posibil – chiar cantitatea necesară pentru un an (11 sau 13 folii).
2. Explicați folia de pilule	<ul style="list-style-type: none">• Arătați ce tip de folie este – cu 28 de pilule sau cu 35 de pilule.• Explicați că toate pilulele din foliile de PNP au aceeași culoare și sunt toate pilule active, care conțin un hormon care previne sarcina.• Arătați cum să ia prima pilulă din folie și apoi cum să ia restul pilulelor, urmând indicațiile sau săgețile de pe folie.
3. Dați instrucțiunea cheie	<ul style="list-style-type: none">• Luăți câte o pilulă în fiecare zi – până la terminarea foliei.• Discutați modalități pentru a lua zilnic o pilulă. Asocierea luării pilulelor cu o activitate zilnică – cum ar fi spălarea dinților – o poate ajuta să-și amintească.• Luarea pilulelor la aceeași oră în fiecare zi o ajută să-și amintească de ele.
4. Explicați începerea foliei următoare	<ul style="list-style-type: none">• Când termină o folie, ea trebuie să ia prima pilulă de pe o nouă folie în ziua imediat următoare.• Este foarte important să înceapă folia nouă la timp. Începerea foliei cu întârziere crește riscul de sarcină.
5. Oferiți o metodă suplimentară și explicați cum se utilizează	<ul style="list-style-type: none">• Uneori poate fi necesară utilizarea unei metode suplimentare, de exemplu atunci când ea uită pilulele.

	<ul style="list-style-type: none"> • Metodele suplimentare includ abstinența, prezervativele masculine și feminine, spermicidele și coitul întrerupt. Spuneți-i că spermicidele și coitul întrerupt sunt metodele contraceptive cel mai puțin eficiente. Dacă este posibil, dați-i prezervative.
6. Explicați că eficiența scade când oprește alăptarea	<ul style="list-style-type: none"> • Fără protecția suplimentară dată de alăptare, PNP sunt mai puțin eficiente decât cele mai multe metode hormonale. • Când oprește alăptarea, ea poate să continue utilizarea PNP dacă este mulțumită de metodă sau este binevenită să revină pentru altă metodă.

Oferirea de suport utilizatoarei



Managementul pilulelor uitate

Este ușor să uiți o pilulă sau să o iei cu întârziere. Utilizatoarele de PNP trebuie să știe ce să facă dacă uită să ia pilule. **Dacă femeia ia o pilulă cu 3 sau mai multe ore întârziere (12 ore întârziere sau mai mult dacă ia PNP care conține 75 mg desogestrel) sau uită complet să ia o pilulă, ea trebuie să urmeze instrucțiunile de mai jos.** La femeile care alăptează, riscul de sarcină în cazul uitării unei pilule depinde de menstruație, care fie a revenit fie nu a revenit după naștere.

Managementul pilulelor numai cu progestativ uitate

Mesaj cheie	<ul style="list-style-type: none"> • Luați pilula cu hormoni uitată, de îndată ce este posibil. • Continuați să luați pilulele ca de obicei, una pe zi. (Dacă situația o cere, ea să ia 2 pilule deodată sau în aceeași zi).
Aveți sângerări vaginale lunare regulate?	<ul style="list-style-type: none"> • Dacă da, ea trebuie să utilizeze și o metodă suplimentară în următoarele 2 zile. • De asemenea, dacă a avut contact sexual în ultimele 5 zile, poate lua în considerare • utilizarea PCU.
Diaree sau vărsături severe	<ul style="list-style-type: none"> • Dacă vomită în primele 2 ore după luarea unei pilule, ea trebuie să ia altă pilulă din folie de îndată ce este posibil, apoi să continue să ia pilulele ca de obicei. • Dacă vărsăturile sau diareea continuă, urmați instrucțiunile de mai sus pentru managementul pilulelor uitate.

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.sanatateafemeii.md www.avort.md



Guvernul Republicii Moldova

Ministerul Sănătății

Centrul de Instruire
 în Domeniul Sănătății
 Reproductive
 CIDSR

