



BULETIN INFORMATIV nr. 8

PLANIFICAREA FAMILIALĂ: Managementul problemelor raportate drept efecte secundare sau probleme cu utilizarea pilulelor 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.sanatateafemeii.md/>

Subiectele Buletinului Informativ nr. 8:

- Probleme raportate drept efecte secundare (lipsa sângerării vaginale, pilule uitate, sângerări vaginale neregulate sau abundente, cefalee, dureri în sâni)
- Probleme noi care pot necesita schimbarea metodei (sângerare vaginală neexplicată, cefalee migrenoasă, inițierea tratamentului cu anticonvulsivante, suspiciu de sarcină)

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 PNP. Ele merită atenția furnizorului. Dacă clienta 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.
- Multe efecte secundare se vor atenua sau vor dispărea după câteva luni de utilizare. Dacă efectele secundare persistă, dați femeii PNP 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.

Lipsa sângerării vaginale lunare

- Femeia alăptează:
 - Reasigurați-o că amenoreea este normală în timpul alăptării și nu dăunează.
- Femeia nu alăptează:
 - Reasigurați-o că unele femei care utilizează PNP 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.)

Sângerări vaginale neregulate (sângerări neașteptate care deranjează clienta)

- Reasigurați-o că multe femei care utilizează PNP prezintă sângerări vaginale neregulate – indiferent dacă alăptează sau nu. Chiar faptul că alăptează poate fi cauza sângerărilor neregulate. Nu sunt dăunătoare și de

obicei se ameliorează sau dispar după primele luni de utilizare. Totuși, unele femei au sângerări vaginale neregulate pe întreaga durată a utilizării PNP.

- Alte posibile cauze de sângerări vaginale neregulate includ:
 - Vărsături sau diaree
 - Tratament cu anticonvulsivante sau rifampicină.
- Pentru ameliorarea sângerărilor vaginale neregulate:
 - 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 începerii 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 PNP.
 - Dacă ea utilizează pilule de mai mult de câteva luni și AINS nu ajută, dați-i PNP cu compoziție diferită, dacă este disponibilă. Rugați-o să încerce noile pilule timp de cel puțin 3 luni.
- Dacă sângerarea vaginală neregulată continuă sau începe după mai multe luni cu sângerare normală sau după ce 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.

Sângerare vaginală abundentă sau prelungită (de două ori mai abundentă decât de obicei sau cu durată mai lungă de 8 zile)

- Reasigurați-o că unele femei care utilizează PNP prezintă sângerări vaginale abundente sau prelungite. În general nu sunt dăunătoare și de obicei se ameliorează sau dispar după câteva luni de utilizare.
- Pentru ușoară ameliorare pe termen scurt, ea poate încerca AINS, începând din momentul începerii sângerării vaginale abundente. Încercați aceleași tratamente ca în cazul sângerărilor vaginale neregulate.
- Pentru a ajuta la prevenirea anemiei, sugerați-i să ia produse cu fier și spuneți-i că este important să consume alimente ce conțin fier, precum carne (în special ficat de vită și de pui), pește, salate și legume (fasole, tofu, linte și mazăre).
- Dacă sângerarea vaginală abundentă sau prelungită continuă sau începe după mai multe luni cu sângerare normală sau după ce 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.

Cefalee obișnuită (nemigrenoasă)

- Sugerați aspirina (325-650 mg), ibuprofen (200-400 mg), paracetamol (325-1.000 mg) sau alt antialgic.
- Orice cefalee care se agravează sau apare mai des în timpul utilizării PNP trebuie evaluată.

Modificări ale dispoziției generale sau modificări ale libidoului

- 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.
- Unele femei prezintă depresie în primul an după naștere. Aceasta nu are legătură cu PNP. 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.

Dureri în sâni

- Sâinii inflamați:
Dacă sâni ei sunt plini, fermi și dureroși, ar putea avea sâni angorjați. Dacă un sân are noduli sensibili, ar putea avea ductele blocate. Sâni angorjați și ductele blocate ar putea progresa spre sâni infectați, roșii și sensibili. Tratați sâni infectați cu antibiotice, conform ghidurilor clinice. Pentru a ajuta vindecarea, sfătuiți-o:

- Să continue să alăpteze des
 - Să își maseze sânii înainte și pe parcursul alăptării
 - Să aplice o compresă caldă sau caldă pe sâni
 - Să încerce diferite poziții de alăptare
 - Să se asigure că sugarul ține sânul corespunzător
 - Să stoarcă puțin lapte înainte alăptării
- Femeia nu alăptează:
 - Recomandați-i să poarte un sutien pentru susținere (inclusiv în timpul activităților dificile și somnului).
 - Încercați aplicarea de comprese calde sau reci.
 - Sugerati aspirina (325-650 mg), ibuprofen (200-400 mg), paracetamol (325-1.000 mg) sau alt analgic.
 - Luați în considerare tratamentele disponibile pe plan local.

Dureri severe în zona inferioară a abdomenului (suspiciune de sarcină ectopică sau foliculi ovarieni de dimensiuni mari sau chisturi)

- Multe afecțiuni pot să cauzeze dureri abdominale severe. Fiți în mod special atenți la semnele sau simptomele adiționale de sarcină ectopică, care apare rar dar are risc vital (vezi Întrebarea 12, p. 44).
- În stadiile timpurii ale sarcinii ectopice, simptomele pot fi absente sau de intensitate redusă, dar ulterior ele vor deveni grave. O combinație dintre aceste semne și simptome trebuie să crească suspiciunea de sarcină ectopică:
 - Durere sau sensibilitate abdominală neobișnuită
 - Sângerare vaginală neobișnuită sau lipsa sângerării vaginale lunare – în special dacă reprezintă o modificare a tipului ei obișnuit de sângerare
 - Senzație de slăbiciune sau amețeli
 - Stare de leșin
- Dacă suspectați sarcină ectopică sau altă afecțiune medicală gravă, trimiteți imediat pentru diagnostic și tratament de urgență.
- Durerea abdominală poate fi cauzată de alte probleme precum foliculi ovarieni de dimensiuni mari sau chisturi.
 - Femeia poate continua utilizarea PNP în timpul evaluării și tratamentului.
 - Nu este necesar tratamentul foliculilor ovarieni de dimensiuni mai mari sau a chisturilor, cu excepția celor de dimensiuni anormal de mari, a torsiunii sau eclatării. Reasigurați clienta că, de obicei, foliculii sau chisturile dispar spontan. Pentru a fi siguri de rezolvarea problemei, efectuați o consultație de control după 6 săptămâni, dacă este posibil.

Greturi sau amețeli

- Pentru grețuri, sugerați luarea PNP la ora de culcare sau în timpul mesei.
- Dacă simptomele persistă, 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)

- Trimiteți sau evaluați prin anamneză și examinare ginecologică. Diagnosticați și tratați în funcție de caz.
- Poate continua utilizarea PNP 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 PNP în timpul tratamentului.

Inițierea tratamentului cu anticonvulsivante, rifampicină, rifabutină sau ritonavir

- Tratamentul cu barbiturice, carbamazepină, oxcarbazepină, fenitoin, primidon, topiramid, rifampicină, rifabutină sau ritonavir poate scădea eficiența PNP. Dacă utilizează aceste medicamente pe termen lung, ea poate dori o altă metodă, precum injectabile lunare, injectabile numai cu progestativ, DIU cu cupru sau DIU-LNG.
- Dacă utilizează aceste medicamente pe termen scurt, ea poate utiliza o metodă suplimentară împreună cu PNP.

Cefalee migrenoasă

- Dacă prezintă cefalee migrenoasă fără aură, ea poate continua utilizarea PNP dacă dorește.
- Dacă prezintă aură migrenoasă, opriți utilizarea PNP. Ajutați-o să aleagă o metodă fără hormoni.

Anumite afecțiuni medicale grave (suspiciune de cheaguri de sânge în venele profunde ale membrelor inferioare sau plămâni, afecțiune hepatică sau cancer de sân)

- Spuneți-i să oprească utilizarea PNP.
- 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.

Boală cardiacă cauzată de artere blocate sau îngustate (boală cardiacă ischemică) sau accident vascular cerebral

- Femeia care prezintă una din aceste afecțiuni poate începe în siguranță utilizarea PNP. Totuși, dacă afecțiunea apare după ce ea începe utilizarea PNP, trebuie să oprească utilizarea. Ajutați-o să aleagă o metodă fără hormoni.
- Trimiteți pentru diagnostic și tratament dacă nu este deja sub tratament.

Suspiciune de sarcină

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

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.sanatateaafemeii.md www.avort.md



Guvernul Republicii Moldova

Ministerul Sănătății

Centrul de Instruire
în Domeniul Sănătății
Reproductive
CIDSR

