



BULETIN INFORMATIV nr. 9

PLANIFICAREA FAMILIALĂ: Contracepția de urgență

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. 9:

- Ce este contracepția de urgență?
- Cât de eficientă este metoda?
- Efecte secundare, beneficii și riscuri pentru sănătate
- Cine poate utiliza pilulele numai cu progestativ?
- Furnizarea pilulelor pentru contracepția de urgență

Contracepția de urgență

Punctele cheie pentru furnizorii și clienții

- **Pilulele pentru contracepția de urgență ajută la prevenirea sarcinii dacă sunt luate într-un interval de timp de până la 5 zile după contactul sexual neprotejat.** Cu cât sunt luate mai repede, cu atât sunt mai eficiente.
- **Nu întrerup evoluția unei sarcini deja existente.**
- **Toate femeile le pot lua în siguranță** – chiar femeile care nu pot să utilizeze cu regularitate metode contraceptive hormonale.
- **Oferă femeilor șansa de a iniția o metodă de planificare familială pe care să o folosească cu regularitate.**
- **Există multe opțiuni de pilule pentru contracepția de urgență.** Atât produsele special dedicate acestui scop cât și pilulele numai cu progestativ și contraceptivele orale combinate pot acționa ca și contraceptive de urgență.

Ce sunt pilulele pentru contracepția de urgență?

- Pilule care conțin fie doar un progestativ, fie o combinație de progestativ și estrogen – hormoni similari hormonilor naturali progesteron și estrogen din corpul femeii.
- Pilulele pentru contracepția de urgență (PCU) sunt denumite uneori pilule „de a doua zi” sau contraceptive postcoitale.
- Acționează, în principal, prin prevenirea sau întârzierea eliberării ovulelor din ovare (a ovulației). Ele nu acționează dacă femeia este deja însărcinată

Ce pilule pot fi utilizate ca pilule pentru contracepția de urgență?

- Un produs special pentru contracepție de urgență cu progestativul levonorgestrel
- Un produs special pentru contracepție de urgență cu estrogen și levonorgestrel
- Pilule numai cu progestativ cu levonorgestrel sau norgestrel

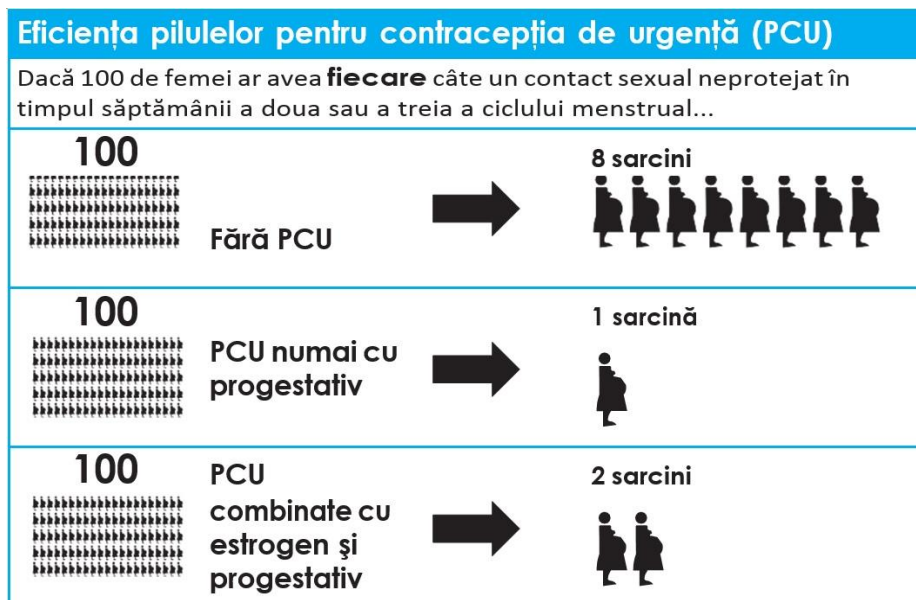
- Contraceptive orale combinate cu estrogen și un progestativ – levonorgestrel, norgestrel sau noretindron (numit și noretisteron)

Când se utilizează?

- *Cât mai repede posibil* după contactul sexual neprotejat. PCU sunt cu atât mai eficiente în prevenirea sarcinii cu cât sunt luate mai repede după contactul sexual neprotejat.
- Pot preveni sarcina dacă sunt luate oricând în intervalul de până la 5 zile după contactul sexual neprotejat.

Cât de eficiente sunt?

- Dacă 100 de femei ar avea fiecare câte un contact sexual în timpul săptămânii a doua sau a treia a ciclului menstrual, fără a utiliza o metodă contraceptivă, probabil 8 ar rămâne gravide.
- Dacă toate cele 100 de femei ar utiliza PCU numai cu progestativ, o femeie ar rămâne gravidă.
- Dacă toate cele 100 de femei ar utiliza PCU cu estrogen și progestativ, 2 femei ar rămâne gravide.



Revenirea fertilității după utilizarea PCU: Imediată. Femeia poate rămâne însărcinată imediat după utilizarea PCU. PCU previn sarcina doar în cazul contactelor sexuale care au avut loc în cele 5 zile anterioare utilizării lor. Ele nu vor proteja femeia împotriva sarcinii în cazul contactelor sexuale care au loc după ce ea utilizează PCU – nici măcar în ziua următoare. Pentru a fi protejate în continuare împotriva sarcinii, femeile trebuie să înceapă să utilizeze o altă metodă contraceptivă imediat.

Protecția împotriva infecțiilor cu transmitere sexuală (ITS): Nu protejează

Efecte secundare, beneficii și riscuri pentru sănătate

Efecte secundare

Unele utilizatoare pot prezenta următoarele:

- Modificări ale caracterelor sângerării vaginale, ce includ:
 - Sângerări neregulate reduse cantitativ timp de 1-2 zile după utilizarea PCU
 - Menstruație care începe mai devreme sau mai târziu față de data estimată

În săptămâna ce urmează utilizării PCU:

- Dureri abdominale
- Fatigabilitate

- Grețuri¹
- Cefalee
- Dureri în sâni
- Amețeli
- Vărsături¹

Beneficii pentru sănătate

- Ajută la protecția împotriva:
- Riscurilor asociate sarcinii

Riscuri pentru sănătate

Niciunul

Corectarea miturilor

Pilulele pentru contracepția de urgență:

- Nu produc avort.
- Nu produc anomalii congenitale dacă apare sarcina.
- Nu sunt primejdioase pentru sănătatea femeii.
- Nu promovează comportamentul sexual cu risc.
- Nu produc infertilitate.

De ce spun unele femei că le plac pilulele pentru contracepția de urgență

- Oferă o a doua șansă pentru prevenirea sarcinii
- Utilizarea este sub controlul femeii
- Reduc necesitatea de a se recurge la avort în cazul utilizării incorecte sau a lipsei utilizării metodelor contraceptive
- Pot fi la îndemână pentru situații de urgență

Cine poate utiliza pilule pentru contracepția de urgență

Sigure și potrivite pentru toate femeile

Pentru a utiliza PCU nu sunt necesare teste și examinări. Acestea pot fi necesare datorită altor motive – în special dacă femeia a fost forțată să aibă contact sexual.

Criteriile medicale de eligibilitate pentru pilulele pentru contracepția de urgență

Toate femeile pot utiliza PCU în siguranță și eficient, inclusiv femeile care nu pot utiliza cu regularitate metode contraceptive hormonale. Datorită modalității lor de utilizare pe termen scurt, nu există nicio afecțiune medicală în care utilizarea PCU să fie lipsită de siguranță pentru femeie.

Furnizarea pilulelor pentru contracepția de urgență

PCU pot fi necesare în situații multe și diverse. De aceea, dacă este posibil, dați tuturor femeilor care doresc PCU o cantitate în avans. Femeia le poate păstra pentru a le utiliza la nevoie. Probabilitatea ca femeile să utilizeze PCU este mai mare dacă ele le au deja atunci când au nevoie de ele. De asemenea, dacă femeile au PCU la îndemână, ele le pot lua cât mai curând posibil după contactul sexual neprotejat.

1 - Femeile care utilizează PCU numai cu progestativ au o probabilitate mult mai mică de a prezenta grețuri și vărsături comparativ cu femeile care utilizează PCU cu estrogen și progestativ.

Când pot fi utilizate

- Oricând în intervalul de 5 zile după contactul sexual neprotejat. PCU sunt cu atât mai eficiente în prevenirea sarcinii cu cât sunt luate mai repede după contactul sexual neprotejat.

PCU sunt potrivite în multe situații

PCU pot fi utilizate oricând femeia este îngrijorată că ar putea rămâne gravidă. De exemplu, după:

- Act sexual prin forță (viol) sau constrângere
- Orice act sexual neprotejat
- Greșeli în utilizarea contraceptivelor, cum ar fi:
 - Prezervativul a fost folosit incorect, a alunecat sau s-a rupt
 - Cuplul a folosit incorect o metodă de recunoaștere a perioadei fertile (de exemplu, nu a evitat contactul sexual sau nu a folosit o altă metodă în timpul zilelor fertile)
 - Bărbatul nu s-a retras, precum intenționa, înainte de ejaculare
 - Femeia a uitat 3 sau mai multe pilule contraceptive orale combinate sau a început o nouă folie cu 3 sau mai multe zile întârziere
 - DIU a fost expulzat
 - Femeia a întârziat cu mai mult de 4 săptămâni repetarea injecției numai cu progestativ conținând DMPA, cu mai mult de 2 săptămâni repetarea injecției cu NET-EN sau cu mai mult de 7 zile repetarea injecției lunare



Informații privind dozele

Tipul de pilule	Doza totală ce trebuie furnizată
Produs special numai cu levonorgestrel	<ul style="list-style-type: none">• 1,5 mg levonorgestrel într-o singură doză.²
Produs special cu estrogen și progestativ	<ul style="list-style-type: none">• 0,1 mg etinil estradiol + 0,5 mg levonorgestrel. O doză identică se ia după 12 ore.
Pilule numai cu progestativ, cu levonorgestrel sau norgestrel	<ul style="list-style-type: none">• Pilule cu levonorgestrel: 1,5 mg levonorgestrel într-o singură doză.• Pilule cu norgestrel: 3 mg norgestrel într-o singură doză.
Contraceptive orale combinate (cu estrogen și progestativ) ce conțin levonorgestrel, norgestrel, sau noretindron	<ul style="list-style-type: none">• Pilule cu estrogen și levonorgestrel: 0,1 mg etinil estradiol + 0,5 mg levonorgestrel. O doză identică se ia după 12 ore.• Pilule cu estrogen și norgestrel: 0,1 mg etinil estradiol + 1 mg norgestrel. O doză identică se ia după 12 ore.• Pilule cu estrogen și noretindron: 0,1 mg etinil estradiol + 2 mg noretindron. O doză identică se ia după 12 ore.

2 - Ca alternativă, puteți da clientelor 0,75 mg levonorgestrel imediat, urmat de o doză identică după 12 ore. O singură doză este mai ușor de luat de către clientă și este la fel de eficientă ca și 2 doze.

Furnizarea pilulelor pentru contracepția de urgență

1. Dați pilule	<ul style="list-style-type: none">• Ea le poate lua imediat.• Dacă ea utilizează o schemă de tratament compusă din 2 doze, spuneți-i să ia doza următoare după 12 ore.
2. Descrieți efectele secundare cele mai frecvente	<ul style="list-style-type: none">• Grețuri, dureri abdominale, posibil și altele.• Sângerare vaginală redusă cantitativ sau modificarea datei de apariție a sângerării lunare.• Efectele secundare nu sunt semne de boală.
3. Explicați ce trebuie făcut în cazul apariției efectelor secundare	<ul style="list-style-type: none">• Grețuri:<ul style="list-style-type: none">– Utilizarea de rutină a medicamentelor antiemetice nu este recomandată.– Femeile care au prezentat grețuri când au luat în trecut PCU sau după prima doză dintr-o schemă de PCU cu 2 doze, pot lua medicament antiemetic precum 50 mg meclizine (Agyrax, Antivert*, Bonamime*, Bonine, Postafene) cu 30 până la 60 de minute înainte de a lua PCU.• Vărsături:<ul style="list-style-type: none">– Dacă femeia vomită în primele 2 ore după luarea PCU, trebuie să ia încă o doză. (Ea poate lua medicament• antiemetic anterior repetării dozei, vezi mai sus). Dacă vărsăturile continuă, ea poate lua doza repetată prin plasarea pilulelor adânc în vagin. Dacă vomită la mai mult de 2 ore după luarea PCU, nu trebuie să ia pilule suplimentare.
4. Dați o cantitate în plus de PCU și ajutați-o să înceapă să utilizeze o metodă contraceptivă regulată	<ul style="list-style-type: none">• Dacă este posibil, dați-i o cantitate în plus de PCU pentru a le avea la îndemână în cazul în care ar avea nevoie de ele în viitor.

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.avorl.md



Guvernul Republicii Moldova

Ministerul Sănătății

Centrul de Instruire
în Domeniul Sănătății
Reproductive
CIDSR

