

ANTYKONCEPCJA PO ...

Antykoncepcja po stosunku, czyli antykoncepcja awaryjna (antykoncepcja postkoitalna) stała się możliwa dzięki dokładnemu poznaniu procesów prowadzących do ciąży. Wbrew obiegowym opiniom faktyczne zaistnienie ciąży nie jest tożsamy czasowo ze stosunkiem płciowym, czyli natychmiastowe. Zależy od wielu powiązanych ze sobą procesów zachodzących stopniowo w ciągu kilku kolejnych dni. Od stosunku seksualnego do zapłodnienia mija kilkanaście godzin. Po zapłodnieniu, czyli połączeniu się plemnika z komórką jajową, musi upłynąć kilka dni, zanim rozwijający się zarodek dotrze do macicy. Dopiero po 6 – 7 dniach następuje nidacja, czyli wszczepienie się zarodka w błonę śluzową. Za początek ciąży uznaje się udaną implantację, czyli moment zagnieżdżenia się zarodka w śluzówce macicy. Jeżeli już zarodek zagnieżdży się w macicy i znacznie prawidłowo rozwijać, organizm produkuje hormony podtrzymujące jego egzystencję. Tak więc dość długi, wielodniowy czas od stosunku seksualnego do początku ciąży można jeszcze skutecznie wykorzystać, by zabezpieczyć się przed ciążą. Są dwie metody zapobiegania ciąży po stosunku: zażycie środków hormonalnych (np. metoda Yuzpe) lub założenie spirali domacicznej. W obu przypadkach należy się spieszyć, tak aby środki te mogły skutecznie zadziałać. Metoda hormonalna antykoncepcji po stosunku jest znana już od blisko trzydziestu lat. Alfred Yuzpe, kanadyjski ginekolog, pierwszy zastosował jako metodę postkoitalną zwiększoną dawkę dwuskładnikowych, czyli zawierających zarówno estrogen, jak i progestagen, hormonalnych pigułek antykoncepcyjnych. Zwiększona dawka środków hormonalnych może powstrzymać owulację, a także uniemożliwić zagnieżdżenie rozwijającej się komórki jajowej w śluzówce. Do dzisiaj postkoitalne zapobieganie ciąży można oprzeć z powodzeniem na porcji zwykłych pigułek antykoncepcyjnych. Nadają się do tego pigułki różnych marek, ważne tylko, aby zawierały one odpowiednią dawkę estrogenów i progestagenów. Dawki są duże (w sumie 1000 mikrogramów lewonorgestrelu i 200 mikrogramów etynyloestradiolu). Najczęściej oznacza to, że należy połączyć dwie porcje leku. Nie później niż w 72 godziny po stosunku zażywa się 4 tabletki klasycznego preparatu antykoncepcyjnego, popijając je mlekiem lub wodą. Należy zażyć tabletki możliwie jak najszybciej po stosunku, ale o takiej porze, by można było przyjąć drugą identyczną dawkę po 12 godzinach. Dobrze jest zażywać te pigułki po jedzeniu – dzięki temu zmniejszy się ewentualne nudności. Nawet jeżeli pojawią się wymioty po pierwszej dawce, należy zażyć po 12 godzinach drugą porcję. Jeżeli wymioty pojawią się ponad 2 godziny od chwili zażycia tabletek, nie ma czym się przejmować: lek został już strawiony i wchłonięty. Im wcześniej połknie się pierwszą porcję, tym większą mamy szansę na skuteczną ochronę przed ciążą. Indeks Pearl wyliczony dla metody Yuzpe wynosi około 2. Spośród środków antykoncepcyjnych zarejestrowanych w Polsce do antykoncepcji postkoitalnej można wykorzystać preparaty starszego typu, zawierające zwykle większe ilości hormonów. Nie opracowano do tej pory danych na temat skuteczności podawanych w ten sposób najnowszych środków, zawierających tak zwane progestageny III generacji.

W Polsce jest też dostępny środek przeznaczony wyłącznie do antykoncepcji postkoitalnej. Różni się od metody Yuzpe tym, że składa się z jednego tylko hormonu – progestagenu. To ważne, bo po pierwsze, zawiera mniejszą dawkę hormonów, po drugie zaś, mogą stosować go także te kobiety, które ze względów zdrowotnych powinny unikać estrogenów. Wydaje się, że lepiej tolerowana jest duża dawka progestagenu i mniej kobiet odczuwa jej skutki uboczne. Producent wcześniej informował, że Postinor należy zażyć w godzinę po stosunku, co niestety niesłuchanie utrudniało wykorzystanie tego preparatu w sytuacji awaryjnej. Ostatnio opublikowane badania wykazały jednak, że może być stosowany – podobnie jak metoda Yuzpe – w ciągu 72 godzin od stosunku. W tym jednak przypadku należy również zastosować 2 dawki, drugą w 12 godzin po pierwszej tabletkie lub jednorazowo podwójną dawkę (Escapelle). Zażyty w porę preparat ratunkowy z dużą dawką progestagenu działa wielorako. Po pierwsze, tak jak hormony drugiej fazy cyklu, powoduje zagęszczenie śluzu szyjkowego, co utrudnia przemieszczanie się plemników. Po drugie, może zablokować owulację, opóźnić transport komórki jajowej i uniemożliwić wszczepienie się blastocysty w błonę śluzową macicy.

Klasycznymi wskazaniami są: pęknięcie lub zsunięcie prezerwatywy w czasie współżycia, dokonany gwałt, odmowa stosowania jakichkolwiek metod antykoncepcji przez partnera lub pomyłki w przyjmowaniu typowych tabletek antykoncepcyjnych, stosunek przerywany. Ryzyko zajścia w ciążę stosując metodę antykoncepcji po... jest małe jeżeli zastosujemy do 72 godziny po... Należy jednocześnie pamiętać, że skuteczność jest tym większa im wcześniej zastosujemy metodę po niezabezpieczonym stosunku płciowym. Zgodnie z zaleceniami WHO w zasadzie nie podaje się konkretnej liczby zastosowań tego typu preparatu np. w roku. Należy jednak pamiętać, że metody te nie należy traktować jako rutynowej metody antykoncepcyjnej, a jedynie jako antykoncepcję w sytuacji awaryjnej, a więc tylko w sytuacji wyjątkowej, sporadycznej. Czy można stosować antykoncepcję po... podczas karmienia piersią? Pomimo, że zagrożenie dla dziecka jest małe należy jednak przez min. tydzień (najlepiej po konsultacji z lekarzem prowadzącym) odstawić karmienie. Faktem jest to, że preparaty stosowane w tej metodzie przechodzą do mleka matki, jednocześnie bardzo trudno o wiarygodne informacje oparte na badaniach ponieważ nie są takie dostępne. O metodach antykoncepcji u kobiet karmiących napiszę w następnym tygodniu. Polecam również stronę www.wpadka.pl

Jarosław J. Maj
lekarz ginekolog-położnik
www.medic.hg.pl