

Kaj je oralna hormonska kontracepcija in kdo jo lahko uporablja?

OHK je v obliki tabletk, ki vsebujejo hormona estrogen in progesteron. OHK svetujemo vsem zdravim mladostnicam, ki so imele vsaj 6 rednih menstruacij. Izjemoma lahko ginekolog predpiše tabletko že prej.

Kakšna je učinkovitost OHK?

Učinkovitost je visoka, okrog 99,7%. Pri določenih okoliščinah lahko učinkovitost pade.

Ali lahko ženska vseeno zanosi, tudi če jemlje hormonske tabletko?

Vedeti moramo, da lahko kljub rednemu jemanju tablet ženska zanosi, npr. v primeru, če se tableta prehitro izloči (bruhanje, driska...) ali pa če sočasno jemlje zdravila, ki zmanjšujejo kontracepcijski učinek hormonov (antibiotiki, zdravila proti epilepsiji, tuberkulozi, revmi, alergiji). Tudi hud stres lahko zmanjša učinkovitost hormonskih tabletk. Po drugi strani pa lahko hormonske tabletko povečajo delovanje drugega zdravila, npr. pomirjevala skupine diazepamov ter zdravila proti depresiji.

Kako deluje OHK

Hormoni v tabletkah delujejo tako, da preprečijo ovulacijo (sprostitev jajčeca iz jajčnika). Delujejo pa tudi na celo telo.

Kako jemljemo hormonske tabletko?

Od 1. dne menstruacije dalje vzame ženska vsak dan eno tabletko. Po 21. dneh sledi 7 dni premora - v tem času se pojavi krvavitev podobna menstruaciji. 8. dan se ponovno začne jemati tabletko. Tabletko naj se jemlje vsak dan ob isti uri.

Kakšni so stranski učinki in kdo ne sme jemati hormonskih tabletko?

Ob začetku jemanja hormonskih tabletko se lahko pojavijo prehodni stranski učinki, ki navadno kmalu minejo. Hormonskih tabletko ne smejo jemati nosečnice in ženske z nekaterimi

zdravstvenimi težavami.

Stranski učinki

Prve tri mesece jemanja tablet se organizem prilagaja in skuša vzpostaviti novo ravnovesje. Pojavijo se lahko slabost, glavobol, napete dojke, povečanje teže, ki pa po tem času navadno izginejo, zato jemanja ni treba prekinjati. Sem sodijo tudi vmesne krvavitve. Če je krvavitev majhna ali zelo kratkotrajna, jo lahko zanemarimo. Če je močnejša ali traja dlje kot en dan in je ne spremljajo druge težave (zvišana temperatura, bolečine, slabo počutje) vzamemo naslednje dni po dve tableti (zjutraj in zvečer), ker krvavitev nakazuje premajhno količino hormonov in s tem nezadostno kontracepcijsko delovanje. Če krvavitev po petih dneh še ne preneha, moramo na pregled h ginekologu.

Hormonskih tabletk ne smejo jemati:

- nosečnice
- ženske, ki imajo ali so že imele krvne strdke (tromboze), obolenja pljučnih, možganskih in srčnih žil ali krčne žile
- ženske z rakastim obolenjem rodil ali dojk
- ženske z jetrnimi okvarami in boleznimi
- ženske z visokim krvnim pritiskom
- ženske, pri katerih je v družini pogosta ateroskleroza
- ženske s prekomernim delovanjem ščitnice
- tiste, ki imajo migrene
- tiste, ki se zdravijo zaradi alergij, epilepsije, revmatičnih obolenj, tuberkuloze in depresije - zaradi medsebojnega delovanja zdravil in hormonskih tabletk
- kadike po 35. letu
- ženske po 40. letu

Odsvetujemo jih tudi ženskam, ki dojijo, imajo sladkorno bolezen, obolenja žolčnika, miome in srčne, pljučne ali ledvične bolezni.

Kdaj moram prenehati jemati hormonske tabletk?

Če se pojavijo glavoboli ali vrtoglavice, motnje vida, porast telesne teže za več kot 5kg, zlatenica, otekanje nog, bolečine v trebuhu ali prsnem košu, težave pri dihanju. V teh primerih je potrebno takoj prenehati z jemanjem tabletk in iti na kontrolni pregled h ginekologu.

Hormonske tabletko naj prenehajo jemati tudi ženske, ki načrtujejo zanositev, in sicer 3 mesece pred želeno zanositvijo.

Jemanje OHK je potrebno prekiniti 6 tednov pred načrtovano operacijo, ne smejo se jemati tudi 6 tednov po operaciji (motnje v strjevanju krvi).

Če želite prenehati z jemanjem hormonskih tabletk, storite to vedno ob koncu ciklusa.

Kdaj začnejo delovati tabletko?

V prvem, začetnem ciklusu jemanja prvih pet do sedem tabletk še ne štiti v zadostni meri. Če po prvi ploščici tabletk ni krvavitve, moramo na kontrolo, da izključimo nosečnost. Pri jemanju OHK je potreben reden zdravniški nadzor. Le tako bo metoda varna in uspešna.