

Coś więcej niż antykoncepcja

Dobrze dobrana, uszyta na miarę, antykoncepcja hormonalna daje kobiecie przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa i możliwość zaplanowania macierzyństwa w tym momencie, w którym będzie tego chciała. Poza swoim oczywistym przeznaczeniem niesie ona dzisiaj coraz więcej dodatkowych korzyści, o których rozmawiamy z ekspertem programu „Zdrowa ONA”, ginekologiem, dr n. med. Grzegorzem Południewskim.

Hormony znane nie od dziś

Pierwszy krok w opracowaniu doustnych tabletek antykoncepcyjnych wykonał w latach 50-tych XX wieku niemiecki uczyony Buetandt, który jako pierwszy na świecie wyizolował progesteron. Jeszcze przez dłuższy czas dostęp do tej formy antykoncepcji był jednak utrudniony. Dopiero w latach 60-tych wprowadzono pierwszą pigułkę antykoncepcyjną w USA.

Dziś oprócz klasycznej dwuskładnikowej (E+P) tabletki branej w cyklu 21+7 powstały inne, o odmiennym składzie i schemacie dawkowania. Wśród wspomnianych tabletek dwuskładnikowych dostępne są dwa typy – jednofazowe – każda tabletkę ma taką samą ilość hormonów, dwu – oraz trójfazowe – mają inne dawki hormonów i przyjmuje się je w określonej kolejności. Dostępne są też tabletki jednoskładnikowe, zawierające tylko stałą dawkę jednego hormonu (P) podobnego do progesteronu, które zażywa się bez przerw. Poza doustną antykoncepcją hormonalną istnieją inne sposoby dostarczania hormonów i regulowania płodności i stąd mamy: plastry, pierścienie dopochwowe, wkładki hormonalne, implanty podskórne.

Dobór antykoncepcji

Dobór odpowiedniej antykoncepcji hormonalnej to bardzo indywidualna kwestia dla każdej kobiety. Zdarza się, że jeden preparat negatywnie wpływa na samopoczucie pacjentki, podczas gdy u innej oceniany jest jako bardzo trafiony. To, co zawsze podkreślam w moim gabinecie to, że jeśli kobieta odczuwa jakikolwiek dyskomfort związany z danym preparatem należy go zmienić na inny. Jeśli przy stosowaniu antykoncepcji hormonalnej kobieta zauważa u siebie jakiegokolwiek niepokojące zmiany, w tym również mniejszą ochotę na seks, należy porozmawiać o nich z lekarzem. Na polskim rynku dostępne są np. oryginalne tabletki antykoncepcyjne, które w swoim składzie zawierają octan chlormadinonu, który nie działa tak silnie na libido kobiety, co zostało potwierdzone licznymi badaniami. Warto wziąć pod uwagę fakt, że antykoncepcja to nie tylko zapobieganie ciąży, ale również możliwość wpływania na stan skóry i wagę oraz, jak się okazuje, profilaktyka takich chorób jak np. nowotwór jelita grubego, trzonu macicy i jajnika – wyjaśnia dr Grzegorz Południewski.

Pozaantykonceptyjne korzyści

Stosowanie tabletek antykoncepcyjnych zmniejsza ryzyko zachorowania na wspomniane rodzaje raka, ale dodatkowo, jak pokazują najnowsze wyniki badań¹, dają one długoterminową ochronę przed nowotworem. Taka profilaktyka utrzymuje się nie tylko podczas stosowania tych środków, ale nawet do 30 lat po zakończeniu przyjmowania pigułek. Analiza objęła 46 tys. kobiet, a dane zbierano przez 44 lata.

Głównym zadaniem antykoncepcji hormonalnej jest oczywiście zapobieganie ciąży, jednak stosowanie pigułek może wpływać korzystnie również na inne sfery zdrowia kobiety, w tym na jej wygląd. Często rodzaj tabletki dobierany jest przez lekarza ginekologa właśnie pod kątem poprawy jakości życia kobiety m.in., gdy pacjentka skarży się na uciążliwe dolegliwości miesięczkowe czy na trądzik. Tabletki o silnym działaniu anti-androgenowym, poprawiają wygląd skóry poprzez zmniejszenie łojotoku czy nadmiernego owłosienia. Ważna jest otwartość kobiety na rozmowę o swoich potrzebach i oczekiwaniach wobec antykoncepcji.

¹ Badanie Oral Contraception Study prowadzone przez lekarzy z UK Royal College of General Practitioners, *American Journal of Obstetrics and Gynaecology / The Independen*