

Contracepția adaptată fiecărui grup de vârstă

Danielle Hassoun MD



Contracepția pentru tineri



Adaptarea contracepției în dependență de viața sexuală, socială și emoțională a tinerilor

- În Europa, vârsta debutul vieții sexuale este destul de fragedă
17,2/17,4 pentru ambele sexe, în Franța
- În Franța, vârsta primiparelor este destul de înaintată – 30 ani
- În medie, 10 ani de activitate sexuală în cea mai fertilă perioadă
- Perioada de activitate sexuală este urmată de o lungă perioadă de inactivitate sexuală



Prima discuție despre contracepție constă, în primul rînd într-un dialog și ascultare (a tînărului/ei)

Din punct de vedere al unui adolescent :

Le este frică de....

- Examenul pelvian
- Să vorbească despre sexualitatea lor
- Este importantă invocarea secretului profesional
- Dacă este posibil, consultația să aibă loc fără părinți

Din punct de vedere al prestatorului:

Trebuie să fie o persoană teoretic neutră, în raportul părinte-copil

Trebuie să țină cont de neliniștea legată de normalitate, IST, greutate, acnee, fertilitate.

De asemenea, trebuie să se țină cont de factorii de risc

Anamneza familială

- Tromboză venoasă profundă, embolie pulmonară
- Accident cardiovascular/ boală cardiacă ischemică la vârstă mai mică de 50 ani
- Diabet zaharat

Anamneza vieții/patologică

- Tensiune înaltă cunoscută sau dislipidemie
- Fumatul (fără IC la o vârstă mai mică de 35 ani)
- Migrene cu aura
- Tulburări de alimentație (bulimie și vome)
- Interacțiunea cu alte medicamente

Examen clinic succint

- Măsurarea tensiunii arteriale
- Cântărirea

Femeile pot începe utilizarea contracepției hormonale

- Fără a fi supuse unui examen pelvian
- Fără analize de sânge sau alte teste de laborator
- Fără screening cervical
- Fără examinarea sânilor

Comitetul de orientări al Colegiului American al Medicilor. Screening Pelvian. Examinarea femeilor adulte: practică clinică. (2014)

- Medicii nu au nevoie de examinarea pelviană înainte de a prescrie contraceptive orale.
- Testarea pentru depistarea infecțiilor sexual transmisibile poate fi efectuată prin analiza de urină sau a unei prelevări simple de frotiu și nu necesită un examen pelvian.
- Examenul este necesar atunci când femeia prezintă simptome precum: eliminări vaginale, sângerări anormale, durere, tulburări urinare și disfuncție sexuală.
- În cazul testării pentru depistarea cancerului cervical, screeningul se va efectua prin examinarea vizuală a cervixului și prin utilizarea periutei cervicale.



Pentru a consulta și/sau prescrie o metodă de contracepție...

Țineți cont de

- Contraindicațiile medicale
- Dorințele pacientei
- Necesitățile și îngrijorările pacientei

Oferiți toată informația posibilă cu privire la efectele secundare (schimbări ce țin de sângerare, pătare, amenoree)

Ce fel de contracepție hormonală ?

COC în cazul în care nu există contraindicații

- Cu cea mai mică doză de estrogen (mai puțin de 35μg)
- Progestin de generația a doua, însă în caz de necesitate, optează pentru cel de generația a 3-a, a 4-a
- Monofazice (simple în cazul pilulelor uitate)
- Continue, cu sau fără placebo (de propus)
- Inelul și plasturele în cazul în care există neclarități
- Cel mai ieftin posibil

De ce în primul rând COC ?

- O metodă de contracepție foarte eficientă
- Are beneficii asupra dismenoreei
- Mai puține cazuri de sângerări neregulate
- Poate îmbunătăți ușor acneea moderată?

Ce fel de contracepție hormonală?

- **Pilulele pe bază doar de progesteron**

În cazul în care există contraindicații la estrogen

- Pentru unele paciente sunt mai puțin eficiente
- Mai multe reacții adverse (sângerări neregulate frecvente și amenoree)

- **Implanturi și injectabile** pentru o contracepție cu acțiune îndelungată

- Foarte eficiente
- Mai multe efecte secundare (Sângerări neregulate și amenoree, creștere în greutate, acnee)

DIU cu cupru sau LNG reprezintă o opțiune bună

- Nu complică rata infecției
- Inserare mai neplăcută însă cu o toleranță foarte bună (DIU-Cu creează dismenoree mai pronunțată).
- Nu necesită administrarea antibioticelor în scop profilactic
- Testarea pentru depistarea IST este o opțiune



Să nu uităm nici de celelalte metode de contracepție

- Mai puțin eficiente însă utile
- Spermicide
- Diafragma
- Prezervative
- *Metoda conștientizării fertilității*

DE ASEMENEA, informația cu privire la contracepția de urgență trebuie furnizată la fiecare consultație

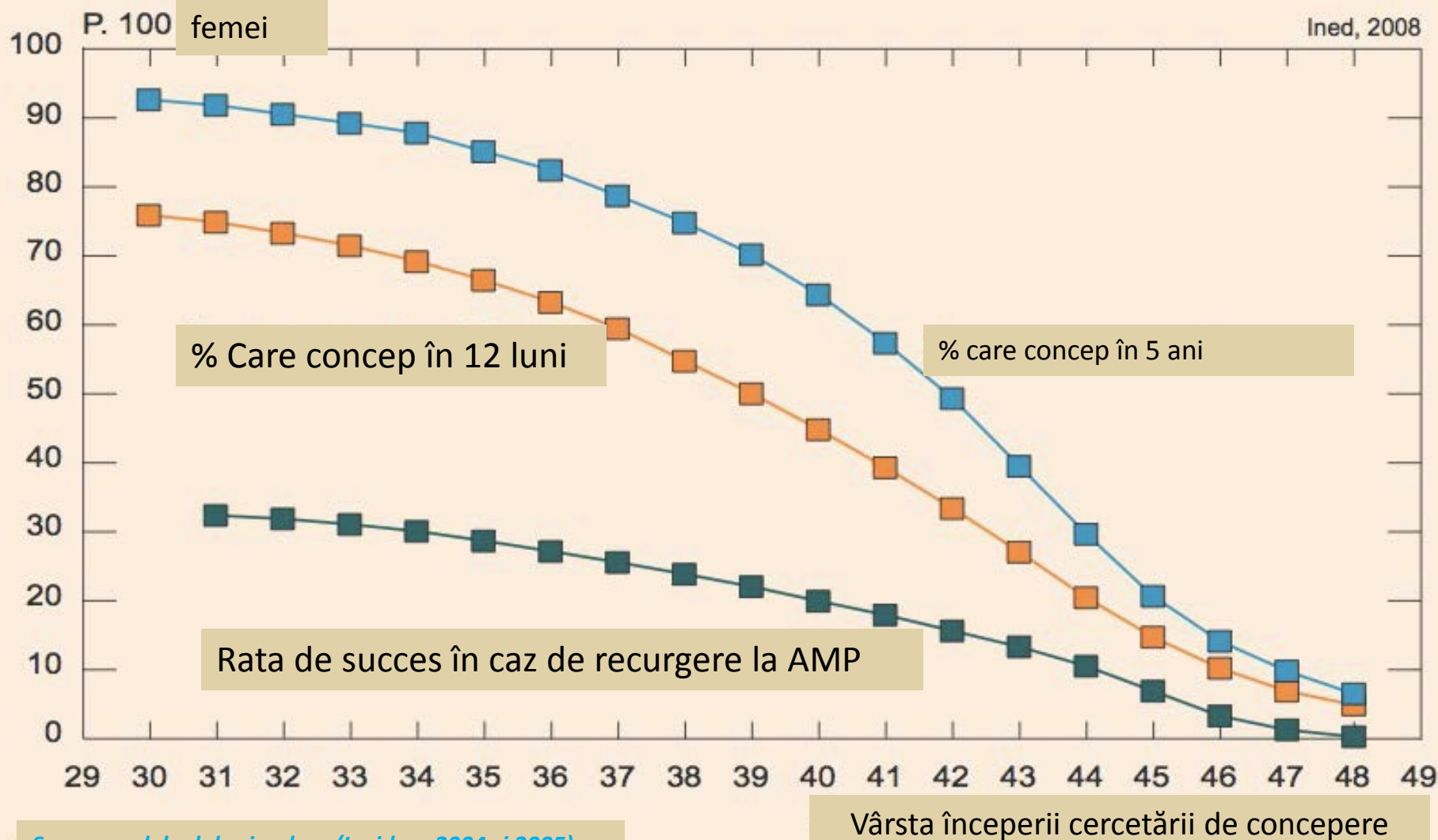


Contracepția după vârsta de 35 ani

Fertilitatea după vârstă de 35 ani

- Fertilitatea se reduce
 - Probabilitatea de a rămâne însărcinată după 12 luni (INED 2008) :
 - 75 % la 25 ani
 - 66 % la 35 ani
 - 44% la 40 ani
 - Mai puțin de 60 sarcini ajung până la termen la vârsta cuprinsă între 50/54 ani (raportat la 811 000 nașteri)
- Risc înalt de avort spontan (30% la 43 ani)

Figura 1. Probabilitatea de a rămâne însărcinată (și de a naște un copil viu) în dependență de vârsta de începere a tentativelor: în mod spontan, timp de 12 luni sau 5 ani, cu ajutor medical (două tentative de fecundare în vitro)





Femeile cu vârsta de peste 35 ani au nevoie de o metodă de contracepție

Gradul de fertilitate variază de la o femeie la alta și este imposibil de știut

Totuși

Contracepția este esențială iar înainte de alegerea metodei potrivite trebuie să se țină cont de vârsta și factorii de risc (ACV, fumat, cancer)

Ce fel de metodă de contracepție ?

- **Contracepția hormonală**

COC poate fi continuată în caz de lipsă al IC

Țineți cont de factorii de risc CV și fumat, după vârsta de 35 ani

- **Pilule pe bază de progesteron/Implant**

Reprezintă o opțiune atunci când administrarea estrogenului trebuie sistată

--- *Când poate fi încetată CH?*

COC ascund simptomele menopauzei

Contraceptivele pe bază doar de progesteron provoacă amenoree și reduc bufeurile de căldură

În jurul vârstei de 50 ani, propuneți câteva luni de pauză și utilizarea metodelor de rezervă (prezervativele, spermicidele)

Ce fel de metodă de contracepție?

- **DIU**

După vârsta de 35/40 ani, nu mai este necesară schimbarea acestora (WHO, Wu) chiar dacă a fost inserat cu mai mult de 5 ani în urmă.

DIU-LNG : o alternativă bună în cazul sângerărilor abundente

--- *Când este necesar ca DIU să fie înlăturat?*

DIU cu cupru: după un an de amenoree

DIU-LNG în funcție de simptome (bufeuri de căldură)

Și de asemenea..

- **Metodele de barieră** (prezervativele, spermicidele)
- **Sterilizarea feminină/masculină**

Indiferent de vârstă ...

- Pentru a prescrie sau consilia femeia cu privire la metodele de contracepție este nevoie să fie luate în considerare contraindicațiile medicale

Dar și de dorințele femeii sau cuplului, necesitățile și îngrijorările acesteia

- Oferă o informație completă pe marginea efectelor secundare posibile (modificarea modului de sângerare)
- Nu adopta o atitudine categorică “pilule pentru tineri și DIU pentru persoanele mai în vârstă”