



Consiliați clienta pentru ca ea să poată lua decizii informate cu respectarea drepturilor generale umane: dreptul la informare și la libertatea de exprimare, dreptul la sănătate, dreptul la respectarea vieții private, dreptul de a decide dacă doarec, când doarec și cât de des doarec să aibă copii.

1. NOȚIUNI GENERALE

Pilulele pentru contracepția de urgență (PCU) sunt denumite uneori pilule „de a doua zi” sau contraceptive postcoitale. Sunt pilule care conțin fie doar un progestativ, fie o combinație de progestativ și estrogen – hormoni similari hormonilor naturali progesteron și estrogen din corpul femeii, care acționează, în principal, prin prevenirea sau întârzierea eliberării ovulelor din ovare (a ovulației). 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. Pilulele PCU numai cu progestativ cu Levonorgestrelum sau Norgoestrelum* sau Contraceptive orale combinate cu estrogen și un progestativ – Levonorgestrelum, Norgoestrelum* sau Norethisteronum*.

2. EFICIENȚA METODEI

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.

3. BENEFICIILE PENTRU SĂNĂTATE, EFECTE SECUNDARE ȘI RISCURI PENTRU SĂNĂTATE

Beneficii pentru sănătate:	Efecte secundare:
<p>Pilulele pentru contracepția de urgență:</p> <ul style="list-style-type: none">• ajută la prevenirea sarcinii dacă sunt luate într-un interval de timp de până la 5 zile după contactul sexual neprotejat.• Oferă femeilor șansa de a iniția o metodă de planificare familială pe care să o folosească cu regularitate.• 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 și nu produc infertilitate. <p>‡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.</p>	<p>Modificări ale caracterelor sângerării vaginale, ce includ:</p> <ul style="list-style-type: none">• Sângerări neregulate reduce 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• Grețuri• Dureri abdominale• Fatigabilitate• Cefalee• Dureri în sâni• Amețeli• Vărsături‡ <p>Riscuri: Niciunul.</p>

4. INVESTIGAȚII

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.

5. CRITERII DE ELIGIBILITATE MEDICALĂ

Criteriile medicale de eligibilitate pentru PCU: 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. PCU sunt potrivite în multe situații:

- Oricând femeia este îngrijorată că ar putea rămâne gravidă. de exemplu, după act sexual prin forță (viol) sau constrângere ori orice act sexual neprotejat.
- Greșeli în utilizarea metodelor contraceptive, 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
- Pentru PCU cu COC uita criteriile de eligibilitate medicală la protocolul COC.**

6. UTILIZAREA METODEI

Furnizarea pilulelor pentru contracepția de urgență

Tipul de pilule	Doza totală ce trebuie furnizată
1. Dați pilulele	<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 un medicament antiemetic <i>cu</i> 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. • Încurajați să folosească o metoda contraceptivă regulată.

§ Ca alternativă, puteți da clientelor 0,75 mg Levonorgestrelum 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.

A. Informații de bază

PCU pot fi utilizate oricând în intervalul de 5 zile după contactul sexual neprotejat, cu cât sunt luate mai repede, cu atât PCU sunt cu atât mai eficiente. Beneficiarii trebuie să cunoască faptul că există diferite tipuri de contraceptive orale combinate (cu estrogen și progestativ) ce conțin Levonorgestrelum, Norgoestrelum*, sau Norethisteronum*.

B. Utilizarea PCU

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

Formule de pilule și doze

Tipul de hormoni și de pilule	Formula	Nr. de pilule care trebuie luate cât mai reped	Nr. de pilule care trebuie luate după 12 ore
Numai cu progestativ			
PCU speciale numai cu progestativ	speciale numai cu progestativ 1,5 mg Levonorgestrelum	1	0
	0,75 mg Levonorgestrelum	2	0
Estrogen și progestativ			
PCU speciale cu estrogen și progestativ	0,05 mg Ethinylestradiolum 0,25 mg Levonorgestrelum	2	2
Contraceptive orale combinate (cu estrogen și	0,02 mg Ethinylestradiolum 0,1 mg Levonorgestrelum	5	5
	0,03 mg Ethinylestradiolum	4	4

progestativ)	0,15 mg Levonorgestrelum		
	0,05 mg Ethinylestradiolum 0,25 mg Levonorgestrelum	2	2
	0,05 mg Ethinylestradiolum 0,125 mg Levonorgestrelum	2	2
	0,03 mg Ethinylestradiolum 0,125 mg Levonorgestrelum	4	4
	0,03 mg Ethinylestradiolum 0,3 mg Norgoestrelum*	4	4
	0,05 mg Ethinylestradiolum 0,5 mg Norgoestrelum*	4	4

* Medicamentele nu sunt înregistrate în Nomenclatorul de Stat al Medicamentelor.

D. Vizita de control - „Reveniți oricând”:

Motive pentru a reveni. Nu este necesară consultația de control de rutină. Totuși, asigurați fiecare clientă că este binevenită să revină oricând și, de asemenea, dacă:

- Crede că ar putea fi gravidă, mai ales dacă menstruația lipsește sau dacă următoarea menstruație întârzie cu mai mult de o săptămână.

7. MANAGEMENTUL PROBLEMELOR

A. Consilierea privind efectele secundare

- Consilierea completă despre modificările sângerării vaginale și alte efecte secundare este o componentă importantă a furnizării metodei.
- Efectele secundare nu sunt semne de boală. Majoritatea efectelor secundare de obicei se atenuează sau dispar odată cu contramandarea PCU. Apar frecvent, dar unele femei nu le au.
- Este important să fie discutate efectele secundare cele mai frecvente și anume grețurile, vărsăturile și sângerări vaginale.
- Oricine simte brusc că are probleme grave de sănătate trebuie să solicite de urgență unui medic și îngrijire medicală.

B. Managementul problemelor

Probleme raportate drept efecte secundare sau eșecul metodei, pot să fie sau să nu fie cauzate de metodă.

Sângerări vaginale neregulate reduse cantitativ:

- Sângerările vaginale neregulate datorate PCU se vor opri fără tratament.
- Asigurați femeia că acestea nu reprezintă semn de boală sau sarcină.

Modificarea datei de apariție a următoarei menstruații ori suspiciune de sarcină

- Menstruația poate începe mai repede sau mai târziu decât este așteptată. Aceasta nu reprezintă semn de boală sau sarcină.
- Dacă după luarea PCU următoarea menstruație întârzie cu mai mult de o săptămână față de data așteptată, evaluați dacă pacienta nu este însărcinată. Nu se cunosc riscuri pentru fătul conceput în caz de eșec al PCU în prevenirea sarcinii.

8. GRUPURI SPECIALE

Femeile cu ITS, HIV, sau SIDA sau utilizează terapie antiretrovirală (ARV)

- Aceste femei pot utiliza în siguranță PCU.

Adolescente

- Studiul asupra utilizării PCU de către fete cu vârsta între 13 și 16 ani a arătat că utilizarea este sigură. Mai mult, toate participantele la studiu au fost capabile să utilizeze PCU corect.

Femei în peri-menopauză

- Nu există o vârstă minimă sau maximă pentru utilizarea PCU.

Persoane cu dizabilități

- Conform Convenției Națiunilor Unite privind drepturile persoanelor cu dizabilități, persoanele cu dizabilități trebuie să aibă acces, pe o bază egală cu celelalte, la toate formele de îngrijire a sănătății sexuale și reproductive.
- Decizia luată trebuie să fie în baza acordului informat, cu respectarea particularităților individuale ce țin de dizabilitate. În unele cazuri decizia poate fi luată cu reprezentantul legal, ținându-se cont de preferințele persoanei cu dizabilități.

9. BIBLIOGRAFIE

1. WHO LibraryCataloguing-in-PublicationData.Medicaleligibilitycriteria for contraceptive use -- 5th ed. World HealthOrganization. (NLM classification: WP 630) © World HealthOrganization 2015. P.72-77.P. 186-189. ISBN 978 92 4 154915 8

2. World Health Organization Department of Reproductive Health and Research (WHO/RHR) and Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs (CCP), Knowledge for Health Project. Family Planning: A Global Handbook for Providers (2018update). Baltimore and Geneva: CCP and WHO, 2018.
3. Ensuring Human Rights in the Provision of Contraceptive Information and Services. Guidance and Recommendations. Appendix C International humanrights relevant to contraceptive information and services. Geneva: World Health Organization; 2014.ISBN-13: 978-92-4-150674-8
4. World Health Organization and Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs. 2007, 2008, 2011, 2018. ISBN 13: 978-0-9992037-0-5.
5. Planificarea familială GHID PRACTIC PENTRU FURNIZORII DE SERVICII DE PLANIFICARE FAMILIALĂ. Îndrumare bazată pe dovezi, elaborată prin colaborare mondială. Editor al versiunii române: Dr. Dana Mihaela Samu Traducere în limba română: Dr. Mihaela Ghemeș; SC Oligraf SRL Târgu-Mureș.2011. P 45-59. ISBN-10 973-87875-2-1 ISBN-13 978-973-87875-2-0.

Aprobat prin ordinul Ministerului Sănătății, Muncii și Protecției Sociale nr.1295 din 14.11.2018 „Cu privire la aprobarea Protocolului clinic standardizat pentru medicii de familie și medicii obstetricieni-ginecologi „Contracepția de urgență”.

Elaborat de grupul de autori:

Sarbu Zinaida, dr. șt. med., conf. univ. Catedra Obstetrică și ginecologie nr.2, USMF ”Nicolae Testemițanu“.

Pavlenco Angela, dr. șt. med., conf. univ. Catedra Obstetrică și ginecologie nr.1,USMF ”Nicolae Testemițanu“.

Tabuica Uliana, dr. șt. med., conf. univ. Catedra Obstetrică și ginecologie nr.2, USMF ”Nicolae Testemițanu“ .

Stavinskaia Liudmila, asist. univ. Catedra Obstetrică și ginecologie nr.2, USMF ”Nicolae Testemițanu“ .

Abrevieri

ITS – Infecții cu transmitere sexuală

HIV – Virusul imunodeficienței umane

SIDA - Sindromul imunodeficienței umane dobândite

COC – Contraceptive orale combinate

OMS – Organizația Mondială a Sănătății

ARV - Antiretrovirală

TEV– Trombembolism venos

DIU – Dispozitiv intrauterin

PCU- Pilulele pentru contracepția de urgență