

Antykoncepcja

to świadome działania zmierzające do niedopuszczenia do zapłodnienia komórki jajowej i zajścia w ciążę. Współcześnie stosowane metody zapobiegania niepożądaney ciąży dzielą się na mechaniczne, chemiczne (działające plemnikobójczo) oraz hormonalne. Można także mówić o tzw. „metodach naturalnych”, ale ich skuteczność bywa kwestionowana. Działanie antykoncepcyjne preparatów hormonalnych polega na zahamowaniu jajczkowania (co oznacza, że preparaty te mają działanie antyowulacyjne).

Dostępne obecnie środki hormonalne, to najskuteczniejsza, odwracalna metoda zapobiegania niepożądaney ciąży. Prawidłowo przyjmowane, prawie w stu procentach chronią przed niepożądaną ciążą. Przeważająca większość z nich zawiera dwa związki chemiczne o działaniu zbliżonym do naturalnych żeńskich hormonów płciowych. Stosowanie antykoncepcji hormonalnej prowadzi do zahamowania jajczkowania. Jeśli w organizmie kobiety nie dochodzi do wytwarzania jajeczek, to odbycie stosunku i wytrysk nasienia w pochwie nie może zakończyć się ciążą. Istnieje wiele form podawania hormonów w celach antykoncepcyjnych (pigułki, plastry, zastrzyki, pierścienie dopochwowe itp.).

Antykoncepcyjny pierścień dopochwowy PolaRing

Po uwzględnieniu wszystkich zalet, a może i wątpliwości, lekarz zalecił/zaproponował Pani antykoncepcję hormonalną, stosowaną dopochwowo.

W tym przypadku nośnikiem hormonów jest dopochwowy system terapeutyczny w kształcie oponki (pierścienia, niektórzy nazywają go ringiem) o średnicy zewnętrznej 54 mm.

Wybierając tę metodę, może Pani liczyć na jej wygodę stosowania. Antykoncepcja hormonalna jest dostępna na świecie od ponad pół wieku. Początkowo dostępne były tylko pigułki antykoncepcyjne. Dopochwowy system terapeutyczny PolaRing należy do najnowocześniejszych produktów z tej grupy. Ten sposób antykoncepcji cieszy się coraz większym zainteresowaniem pacjentek. Ze względu na innowacyjność metody, warto zwrócić uwagę na niektóre praktyczne aspekty jej stosowania.

Co to jest PolaRing?



System dopochwowy (w postaci pierścienia) PolaRing jest środkiem należącym do grupy hormonalnych środków antykoncepcyjnych. Każdy pierścień zawiera 11,0 mg etonogestrelu i 3,474 mg etynyloestradiolu. Omawiany dopochwowy system terapeutyczny uwalnia etonogestrel i etynyloestradiol w średniej ilości odpowiednio 0,120 mg i 0,015 mg na dobę, przez cały okres 3 tygodni, kiedy umieszczony jest w pochwie pacjentki. Stałe dawki hormonów zawartych w pierścieniu codziennie (przez trzy tygodnie) uwalniane są do krwiobiegu. Ich główne działanie polega na hamowaniu owulacji.



Jak rozpocząć stosowanie systemu PolaRing?



U pacjentek, które w poprzednim cyklu nie stosowały żadnej formy antykoncepcji hormonalnej: PolaRing należy założyć w pierwszym dniu naturalnego cyklu (tj. w pierwszym dniu krwawienia miesięczkowego). Można również rozpocząć stosowanie PolaRing między 2. a 5. dniem cyklu, ale w takim przypadku w czasie pierwszego cyklu stosowania PolaRing, przez pierwsze 7 dni stosowania tej metody zaleca się równoczesne stosowanie antykoncepcji mechanicznej (prezerwatywa męska!).

U pacjentek, które dotychczas stosowały dwuskładnikową antykoncepcję hormonalną: PolaRing należy założyć najpóźniej w dniu następującym po przerwie w stosowaniu dwuskładnikowych tabletek antykoncepcyjnych albo plastrów antykoncepcyjnych lub bezpośrednio po okresie stosowania tabletek zawierających placebo.

UWAGA: Założenie PolaRingu niezgodnie z tym zaleceniem może skutkować niepożądaną ciążą!

U pacjentek, które dotychczas stosowały implanty, domaciczne systemy hormonalne (hormonalne wkładki domaciczne), zastrzyki antykoncepcyjne lub jednoskładnikowe pigułki antykoncepcyjne: Stosowanie PolaRing przez pacjentki stosujące dotychczas (zgodnie ze wskazaniami) minitabletki (jednoskładnikowe tabletki antykoncepcyjne) można rozpocząć w dowolnym dniu.

W przypadkach uprzedniego stosowania implantów lub wewnątrzmacicznych wkładek hormonalnych stosowanie PolaRing można rozpocząć w dniu usunięcia implantu lub domacicznej wkładki hormonalnej.

W przypadku uprzedniego stosowania zastrzyków antykoncepcyjnych PolaRing zakłada się w dniu następnego zaplanowanego wstrzyknięcia.

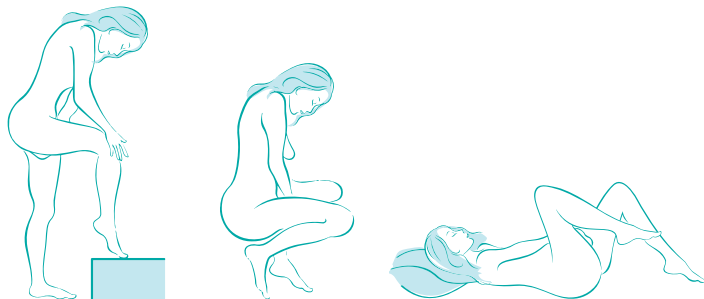
UWAGA: We wszystkich tych przypadkach przez pierwsze 7 dni stosowania PolaRingu dodatkowo należy stosować mechaniczne środki antykoncepcyjne (prezerwatywa męska!).

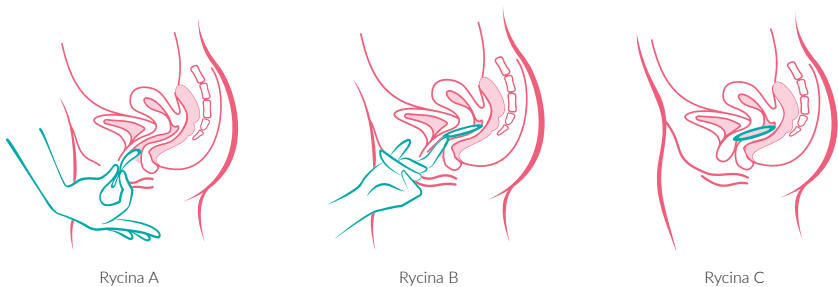
Szczegóły na temat rozpoczęcia stosowania systemu PolaRing u kobiet po poronieniach i po porodach można znaleźć **w ulotce dla pacjentki**, dołączonej do opakowania leku.

Zakładanie systemu PolaRing: Pacjentka umieszcza PolaRing w pochwie samodzielnie. Lekarz powinien poinstruować pacjentkę, w jaki sposób zakładać i usuwać PolaRing. W celu założenia dopochwowego systemu terapeutycznego pacjentka powinna przyjąć najwygodniejszą dla siebie pozycję, np. stojąc z jedną nogą uniesioną, kucając lub leżąc. PolaRing należy ścisnąć i umieścić w pochwie tak, aby nie przeszkadzał. System PolaRing zakłada się do pochwy na okres trzech tygodni. Po czym następuje tygodniowa przerwa (w tym czasie powinno wystąpić krwawienie miesięczkowe). Dokładne umiejscowienie PolaRingu w pochwie nie ma zasadniczego znaczenia dla jego działania antykoncepcyjnego (szczegóły dotyczące założenia pierścienia można znaleźć na rysunkach zamieszczonych obok).

3 tygodnie	1 tydzień	3 tygodnie	1 tydzień	3 tygodnie	1 tydzień
I ring	Bez ringu	II ring	Bez ringu	III ring	Bez ringu

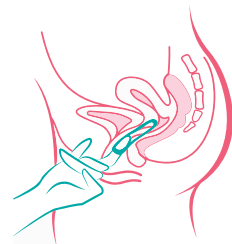
Warto także podkreślić, że samo zakładanie systemu PolaRing jest bardzo łatwe. Nie musi on być umieszczony w żadnym, ściśle określonym miejscu w pochwie. A wobec tego, przesunięcie pierścienia w obrębie pochwy (np. w trakcie współżycia) nie powoduje zmniejszenia skuteczności działania systemu PolaRing.





Włożyć PolaRing do pochwy jedną ręką (rycina A), w razie potrzeby drugą ręką rozchyłać wargi sromowe. Umieścić system wewnątrz pochwy tak, aby nie przeszkadzał (rycina B). PolaRing pozostawia się w pochwie przez 3 tygodnie (rycina C).

Usuwanie systemu PolaRing z pochwy: Po trzech tygodniach nieprzerwanego pozostawiania PolaRingu w pochwie konieczne jest jego usunięcie. Każda pacjentka jest w stanie samodzielnie usunąć PolaRing z pochwy. Rysunek zamieszczony poniżej może być dobrą ilustracją techniki samodzielnego usuwania PolaRingu.



PolaRing można usunąć, zaczepiając palcem wskazującym o brzeg systemu terapeutycznego dopochwowego lub chwytając system terapeutyczny dopochwowy palcem wskazującym i środkowym i pociągając go.

Bardzo ważne jest, by czas, jaki upłynął pomiędzy usunięciem pierwszego i założeniem kolejnego ringu, nie był dłuższy niż 7 dni.

Niektóre sytuacje życiowe, które mogą wystąpić w trakcie stosowania PolaRingu



Co zrobić, jeżeli zapomni się o usunięciu PolaRingu w odpowiednim czasie? Zgodnie z zaleceniami, system PolaRing zakłada się do pochwy na trzy tygodnie. Jeżeli nie zostanie on usunięty o czasie i pozostanie w pochwie nie dłużej jednak niż przez 4 tygodnie, to zabezpieczenie antykoncepcyjne jest zachowane.

Jeżeli jednak system pozostaje w pochwie dłużej niż 4 tygodnie, to po tym czasie jego skuteczność jest wątpliwa. W takiej sytuacji przed założeniem kolejnego pierścienia należy upewnić się, że pacjentka nie zaszła w ciążę.



Co zrobić, jeżeli PolaRing wypadnie z pochwy? W przypadku samistnego wypadnięcia dopochwowego systemu terapeutycznego PolaRing należy go umyć w zimnej lub letniej (nie gorącej) wodzie i jak najszybciej ponownie założyć go do pochwy.

Jeżeli PolaRing znajdował się poza pochwą **krócej niż trzy godziny**, to zachowana jest skuteczność antykoncepcyjna. Pacjentka powinna jak najszybciej ponownie założyć system terapeutyczny do pochwy.

Jeżeli system Pola Ring znajdował się poza pochwą przez **okres dłuższy niż trzy godziny**, to po zorientowaniu się o tym fakcie, pacjentka powinna jak najszybciej ponownie założyć PolaRing do pochwy. Po powtórnym założeniu systemu, przez okres najbliższych siedmiu dni, skuteczność antykoncepcyjna może się zmniejszyć i konieczne będzie stosowanie mechanicznych środków antykoncepcyjnych (prezerwatywy męskie!)

Równoczesne stosowanie ringu i tamponów: Stosowanie pierścienia dopochwowego PolaRing nie stanowi przeciwwskazania do stosowania tamponów. Ale warto pamiętać, by pierścień dopochwowy był zakładany przed założeniem tamponu. Należy także bardzo ostrożnie usuwać tampon, aby przy okazji nie usunąć PolaRingu.

PolaRing a stosowanie leków dopochwowych: Obecność PolaRingu w pochwie nie koliduje ze stosowaniem leków podawanych dopochwowo.

Możliwe działania niepożądane i objawy miejscowe związane ze stosowaniem PolaRingu: PolaRing, jest wydawany z aptek tylko na recepty lekarskie. Każdy lekarz, przed przepisaniem recepty na PolaRing, zbiera dokładny wywiad chorobowy i przeprowadza stosowne badania. Dzięki temu można

się spodziewać, że pacjentce otrzymującej taką receptę nie grożą poważniejsze problemy zdrowotne, które mogłyby być spowodowane stosowaniem dopochwowych hormonalnych systemów antykoncepcyjnych. Wiadomo jednak, że u niektórych kobiet stosujących PolaRing mogą czasami występować objawy niepożądane w postaci: zapalenia pochwy, obniżenia nastroju, obniżenia libido, bólów głowy lub bólów brzucha, bolesności piersi itp. Niektóre pacjentki (bardzo rzadko) odczuwają dyskomfort związany z obecnością PolaRingu w pochwie. Natomiast u niektórych innych pacjentek zwiększa się ilość fizjologicznej wydzieliny w pochwie, a to może ułatwiać współżycie i prowadzić do uzyskania większej satysfakcji seksualnej.

Przechowywanie systemów PolaRing: Każdy pierścień PolaRing zapakowany jest fabrycznie w specjalnej saszetce, która wraz z ulotką przylepkową znajduje się w tekturowym pudełku. W pudełku są również naklejki, które można nakleić na odpowiedni dzień w kalendarzu, dzięki czemu łatwiej zapamiętać, kiedy założyć i usunąć PolaRing. Pierścień należy przechowywać w oryginalnym pudełku w celu ochrony przed światłem. **Brak specjalnych zaleceń dotyczących temperatury przechowywania produktu leczniczego.**

Odpowiedzi na inne pytania dotyczące PolaRingu należy szukać w ulotce znajdującej się w każdym opakowaniu leku.