

A fogamzásgátló tablettákról tinédzserkorban

Fogamzásgátlás tehát szükséges, de hogyan? Problémát jelent, hogy az alkalmazható módszerek köre kevésbé széles, mint a felnőttek esetében! Kérdéses az is, hogy kell-e állandó fogamzásgátló védelem, hiszen a serdülők általában alkalmoszerűen élnek nemi életet.

Kihez fordulhat, aki fogamzásgátlót szeretne választani?

Hazánkban minden megyében, emellett a nagyobb nőgyógyászati intézményekben és klinikákon is működik gyermeknőgyógyászati szakrendelés, amelynek egyik feladata a serdülők fogamzásgátlási tanácsadása. Olyan szakemberek dolgoznak itt, akiknek speciális képzésük van a fiatal lányok nőgyógyászati ellátására, és megértően viszonyulnak problémáikhoz. Bátran lehet hozzájuk fordulni ezekkel a kérdésekkel.

A legbiztosabb módszer serdülőknek: a tablettá

Serdülők számára a legkényelmesebb és a legmegbízhatóbb módszert a hormonális fogamzásgátló tabletták alkalmazása jelenti. A tablettá felírása azonban mindig egyéni döntés, amelynek során számos tényezőt kell mérlegelni.

A tablettá felírására létezik egy jól használható nőgyógyászati kritériumrendszer. E szerint annak a lánynak írható fel fogamzásgátló tablettá, akinek legalább 1-1,5 éve jelentkezett az első havi vérzése, a vérzések szabályosak és rendszeresek, kimutathatók a peteérés és tüszőrepedés hormonális jelei, és testi fejlettsége - az ún. másodlagos nemi jellegek - elér egy bizonyos mértéket (ezt pontrendszerrel határozzák meg). Az, hogy kinek írható fel tablettá, nem feltétlenül a kortól függ. Például felírható a tablettá egy 15 éves lánynak, akinek az első havi vérzése 13 évesen kezdődött és az egyéb követelményeknek megfelel, de egy 17 évesnek sem ajánlott, ha csak fél éve kezdett el menstruálni.

Miért kell a serdülőknél a tablettá felírást gondosan mérlegelni?

A nőgyógyászok azért ilyen óvatosak a tabletták rendelésével, mert a tablettá hatóanyagai gátolják azoknak az idegrendszeri központoknak a működését, amelyek a peteérésért és tüszőrepedésért felelősek. Ha túl korán, a szabályos ciklusok kialakulása előtt következik be ez a gátlás, az később tartós vérszámcsökkenést (amenorrhoeát) és a peteérés hiányát eredményezheti.

Nem lehet azonban mereven fel-fogni ezt az irányelvet. Igen sokat számít például a serdülő életmódja, értelmi fejlettsége, a rendszeres szexuális élet megléte vagy hiánya, vagy a partnerváltogatás. Rendszeres nemi életet élő 13 évesnek - aki folyamatosan ki van téve a teherbeesés veszélyének, vagy már volt is abortusza - akkor is fel lehet a tablettát ajánlani, ha ciklusai még nem teljesen szabályosak.

Melyik tablettá a legjobb tinédzsereknek?

Nincs olyan ideális tablettá, amely minden serdülő részére egyformán beválna. Az alacsony hormontartalom azonban követelmény. Egyénileg kell eldönteni, hogy az egyfázisú vagy a háromfázisú tablettá megfelelőbb-e (pl. vérzészavar vagy a méh fejletlensége esetén a háromfázisú tablettát részesítik előnyben). A kombinált fogamzásgátlók - amelyek tüszőhormont és sárgatesthormont is tartalmaznak - megbízhatóbb védelmet nyújtanak, mint a csupán sárgatesthormont tartalmazó minitablettá.

Amiről a tablettá egyáltalán nem tehet...

A tabletták alkalmazásánál problémát okozhat, hogy a serdülők nem valami ideális tablettászedők. Nehezen szoknak hozzá, hogy naponta egyszer, azonos időpontban be kell venni a gyógyszert, gyakran elfelejtik vagy kihagyják. A fogamzásgátló tablettá mellett teherbeesés emiatt a serdülőknél magasabb (felnőtt tablettászedőknél néhány százalékkal, náluk a 20%-ot is elérheti). Az alacsony hormon-

tartalmú tabletták esetében a szedési hiba közti vérzést vagy akár nem kívánt terhességet is eredményezhet. A bonyolultabb szedési sémájú háromfázisú tabletták esetén a naptárcsomagolás éppen azt a célt szolgálja, hogy ezek a hibák elkerülhetők legyenek.

Mit kell tudni a mellékhatásokról?

A serdülők nehezebben tűrik a tablettá esetleges mellékhatásait is. Megjijednek az első hónapokban jelentkező - és utána általában maguktól is rendeződő - közti vérzésektől, émelygéstől, különösen, ha a kezelőorvos előtte nem magyarázta el, mire számíthatnak. Kínosan ügyelnek külső megjelenésükre, ezért a testsúlynövekedés bármely jelére azonnal sutba vágják a tablettát. Pattanásokról vagy szőrösödésről pedig szó sem eshet! A megbízható védelem mellett ezért igen fontos, hogy a tablettá jó ciklusszabályozó hatással rendelkezzen, tehát lehetőleg kevés közti vérzést okozzon, és egyéb mellékhatásai is minimálisak legyenek.

Akit a számok érdekelnek

Egy németországi tanulmány a Schering egyfázisú gesztoden-tartalmú tablettájának alkalmazását vizsgálta több mint 5600 serdülő esetében, fél éven keresztül. A tablettá igen ritkán okozott közti vérzést. Testsúlyváltozás a használók 91,5%-ánál nem fordult elő. Még a két leggyakoribb mellékhatás - a fejfájás és hányinger is csak 2,1% illetve 1,8% gyakoriságú volt. A serdülők ezért szívesen és fegyelmezetten használták a tablettát. Az esetek 89,7%-ában nem fordult elő szedési hiba, ami rendkívül jó eredmény ebben a korcsoportban. Ahol jelentkezett, ott általában először szedők gyakorlatlanságáról volt szó. A szedési hibák előfordulása a 6 hónap során folyamatosan csökkent.

Ami áldás egy tininek: eltűnnek a pattanások

Előzőekben már írtunk a fogamzásgátló tabletták kedvező hatásáról a pattanásokra, zsíros bőrre. A hatás különösen jól kiaknázható serdülők esetében, akik gyakran szenvednek ezektől a tünetektől. Enyhébb esetben bármely alacsony dózisú kombinált fogamzásgátló tablettá megoldást jelenthet. Súlyosabb esetben, ha jelentős férfihormon-túlsúly, esetleg a petefészek policisztás elváltozása is igazolható, szóba jön a Schering kifejezetten pattanásos bőr ellen kifejlesztett fogamzásgátló tablettájával történő kezelés is.

Az esemény utáni tablettá

Sok serdülő csak alkalmoszerűen, több hónapos kihagyásokkal él nemi életet. Nincs értelme, hogy folyamatosan szedjenek tablettát. Megoldást nyújthat az ún. esemény utáni vagy sürgősségi tablettá. Az ilyen gyógyszer nagyobb dózisú hormont tartalmaz, és a nemi együttét követő 24-72 órán belül kell bevenni az előírt adagot. Ha pontosan és előírás szerint alkalmazzák, megbízható védelmet ad.

serdülők esetében nem különböznek egymástól. Csupán néhány olyan tényezőt szeretnénk kiemelni, amelyekre fokozott figyelmet kell fordítani serdülők esetében.

1. Aki trombózisra hajlamos

A kombinált orális fogamzásgátlók használata során enyhén emelkedik az artériás és vénás vérrögösödéssel (tromboembóliával) járó kórképek gyakorisága. Ide tartozik például a mélyvénás trombózis vagy a tüdőembólia. Az ilyen történések szerencsére igen ritkán fordulnak elő.

A véralvadási rendszer örökletes zavarai fokozottan hajlamosítanak trombózis kialakulására. Olyan kórképekről van szó, amelyekben a véralvadás szabályozása hiányosan működik, és ez a vér kóros alvadékonyságához és vérrögösödés kialakulásához vezet.

Teljesen egészségesnek tűnő nőknél 5 százalékos körüli az ilyen véralvadási rendellenességek előfordulási gyakorisága. Az állapot gyakran csak akkor válik nyilvánvalóvá, ha egyéb külső tényező is elősegíti a vérrögösödést. A fogamzásgátló tablettában levő hormonok ilyen tényezőt jelentenek. A szövődmények jelentkezhetnek például akkor, ha az öröklött hajlammal rendelkező serdülő elkezd tablettát szedni.

A komplikációk tipikusan igen korán, a tablettászedés első néhány hónapjában lépnek fel.

Az öröklött trombózis-hajlamban szenvedő nőknek természetesen tilos fogamzásgátló tablettát rendelni. Gondot csak az jelent, hogy az állapot felismerése meglehetősen nehéz. Támpontot adhat a családi kórelőzmény alapos felderítése. Például ha a családban, egyenesági rokonok között, fiatal életkorban halmozottan fordult elő mélyvénás trombózis vagy tüdőembólia, ez örökletes rendellenesség jelenlétére utalhat.

A tablettá felírása előtt mindig tájékoztassák a kezelőorvost a családban előfordult gyakoribb betegségekről is! Szűrővizsgálattal kideríthető a trombózishajlam

Sokan szorgalmazzák, hogy fiatal nőknél az első tablettá felírása előtt minden esetben történjen szűrővizsgálat, amely igazolja vagy kizárja a véralvadási zavar leggyakoribb típusának jelenlétét. Ha a családi kórelőzmény alapján ilyen rendellenességre van gyanú, mindenképpen érdemes ezt a vizsgálatot elvégeztetni. Ma már a legtöbb nagy nőgyógyászati intézményben hozzáférhető és társadalombiztosítási támogatásban részesül. Neve: APC rezisztencia vizsgálat.

Mi az APC?

APC = aktivált protein-C, egy olyan fehérjetermészetű anyag, amely a véralvadást életani körülmények között gátolja. A kórkép fennállása esetén nem tudja kifejteni hatását.

2. Anyagcsere betegségek esetén

A tablettá felírásakor figyelembe kell venni egyéb kockázati tényezőket is, például nagyfokú elhízás, a zsírsanyagcsere veleszületett zavara, nehezen beállítható gyermekkori cukorbetegség vagy bármely egyéb szív-, érrendszeri betegség is ellenjavallatot jelent.

3. Annak, aki dohányzik

A tinédzserek körében egyre népszerűbb a dohányzás, amely a tablettászedéssel együtt fokozhatja a szív-, érrendszeri megbetegedések kockázatát. Kimutatták azt is, hogy dohányzó nőknél romlik a tablettá ciklusszabályozó hatása, több a közti vérzés. A mellékhatásokat nehezen tűrő serdülők így gyakrabban hagyják abba a tablettá szedését. A dohányzás tehát mindenképpen ellenjavallat, ha a serdülő fogamzásgátló tablettát szed!

Összefoglalás a tablettákról

A tablettá lehetséges kockázatait annak előnyös hatásai messzeemenően felülmúlják. Serdülőknél különösen fontos a megbízható és kényelmes fogamzásgátlás. A tablettá hatása teljesen visszafordítható, és a későbbi termékenységet nem károsítja. A szabálytalan ciklusok és a vérzészavarok a tablettá hatására rendeződnek.

Csökken a serdülőkorban gyakran előforduló fájdalommal, görcsökkel járó havi vérzés előfordulása, ritkább a vashiányos vérszegénység. A tablettá szedése előnyösen befolyásolja a későbbi csontsűrűséget. Csökkenti a kismendecei gyulladások gyakoriságát - a tinédzserek a gyakori partnerváltások miatt veszélyeztetettek ebből a szempontból - és a későbbi életkorban csökken számos jó- és rosszindulatú daganat előfordulása is. A pattanásokra gyakorolt kozmetikai hatás sem elhanyagolható.

Kinek nem szabad tablettát szednie?

A tablettá felírásának ellenjavallatai felnőtt nők és

