# Оральні контрацептиви: види сучасних засобів останнього покоління

Сучасний рівень розвитку медицини і фармацевтичної промисловості пропонує безліч способів захисту від небажаної вагітності, серед яких кожна жінка зможе вибрати метод, що підходить саме їй. Однак це не зменшує кількість питань, яке виникає при виборі того чи іншого засобу, при цьому чим більше препаратів пропонує фармацевтика, тим більше з’являється питань про те, як і які вибрати способи захисту від несвоєчасного зачаття.

Найчисленнішою групою таких засобів є оральні контрацептиви (ОК), що забезпечують високий рівень захисту і надають мінімальні побічні дії при правильному доборі та прийомі.

Перше питання, яке хвилює кожну жінку при виборі протизаплідних засобів – це те, як підібрати препарат, щоб він не погіршував фізичний та психологічний стан здоров’я, при цьому мав високий рівень захисту і мінімум побічних ефектів. Тому слід почати з того, що підбір оральних засобів контрацепції повинен виробляти кваліфікований лікар, тому що тільки грамотний фахівець зможе розповісти вам про те, як працюють оральні контрацептиви і допомогти у виборі препарату в залежності від вашого здоров’я, отриманих аналізів, віку і фенотипу.

Якщо ж ви все-таки зважилися самостійно зайнятися підбором протизаплідних таблеток, то для початку варто проаналізувати свій зовнішній вигляд на предмет того, до якого фенотипом ви ставитеся, потім вивчити види оральних контрацептивів та особливості їх застосування.

Зростання і вага, стан волосяного покриву та шкіри, менструальний цикл та хронічні захворювання ділять всіх жінок на фенотип – з превалюванням естрогенів, збалансований тип і з превалюванням гестагенів.

Фенотип



* Фенотип з превалюванням естрогенів. Даний фенотип характеризується середнім зростанням, хорошим станом волосся і шкіри, рясними і тривалими менструаціями. Таким жінкам найбільш підходять контрацептиви – Рігевідон, Милване, Тризистон.
* Збалансований фенотип. Для цього фенотипу характерний середній зріст, розвинені молочні залози, нормальні шкіра і волосся, менструації тривалістю 4 – 5 днів. Цим жінкам підходять Марвелон, Силест, Мікрогінон, Фемоден.
* Фенотип з превалюванням гестагенів. Для цього фенотипу характерний високий зріст, чоловікоподібне статура, гірсутизм (підвищена волосатість), слаборозвинені молочні залози, жирні шкіра і волосся, мізерні менструації, але супроводжуються предменструальной депресією (ПМС) і болями в попереку і внизу живота. У цьому випадку підійдуть препарати, що мають антиандрогени – Жанін, Мидиана, Ярина, Джес, Діані-35.

Щоб розібратися з класифікацією оральних контрацептивів, потрібно почати з їх механізму дії, тому що залежно від цього всі протизаплідні таблетки діляться на дві групи – оральні контрацептиви комбінованого типу (КОК) і міні-пілі.

Принцип дії комбінованих оральних контрацептивів полягає у блокування овуляції шляхом гальмування вироблення ФСГ і ЛГ в гіпофізі. Крім цього, згущується слиз в шийці матки, що перешкоджає проникненню сперматозоїдів всередину, а для особливо цілеспрямованих – змінюється структура ендометрію так, що прикріпитися ембріону до стінки матки стає практично неможливо.

Гестагенні оральні препарати, або міні-пілі – це контрацептиви, які мають переважно місцевою дією вони згущують слиз в шийці матки і змінюють структуру ендометрію. Блокировака овуляції виражена слабо. Ці препарати не містять естрогени, тому найчастіше призначаються під час лактації або ж при їх індивідуальної непереносимості і наявності протипоказань.

Комбіновані протизаплідні засоби (КОК) складаються з двох видів гормонів – похідних естрогену і гестагена, при цьому в залежності від зміни дозування протягом циклу їх можна розділити на: моно-, дво — і трифазні, а в залежності від кількості активних компонентів – на мікро-, низько-, середньо — і высокодозированные.

Оральні монофазные контрацептиви характеризуються однаковою дозуванням гормонів протягом усього циклу, а в двофазних і трифазних таблетках рівень гормонів змінюється в залежності від періоду циклу. Тобто трифазні контрацептиви найбільш адаптовані до менструальному циклу, але і прийом їх більш складний, і наслідки від пропуску таблетки більш істотні.

Контрацептиви

* Микродозированные контрацептиви. Ці препарати з мінімальним рівнем етинілестрадіолу (20 мкг), але це не впливає на їх ефективність, так як вони в основному призначаються молодим нерожавшим дівчатам, які ведуть регулярне статеве життя або жінкам у віці, які мають дітей, а які ні разу не приймали гормональні контрацептиви.
* Низкодозированные оральні контрацептиви також містять етинілестрадіол (30 мкг) разом з такими гормонами, як гестоден, дезогестрел, норгестимат та іншими. В основному ці оральні контрацептиви з антиандрогенною дією, тому такі препарати також добре підходять молодим жінкам, які народжували.
* Среднедозированные оральні контрацептиви містять етинілестрадіол (35 мкг) і левоноргестрел – їх призначають жінкам, які важко відновлюються після пологів, так як препарати в основному з антиандрогенною дією, що особливо важливо для жінок після 40 років.
* Высокодозированные оральні препарати містять підвищені дози гормонів і в даний час використовуються в основному для лікування гормонзависимых захворювань або призначаються при відсутності ефективності прийому препаратів з більш низьким вмістом гормонів. Такі кошти часто використовуються при вираженому ПМС, при міомі матки та іншої патології.

Асортимент популярних оральних контрацептивів різних поколінь більш наочно представлений в оглядовій таблиці, де наведено назви найпоширеніших препаратів в залежності від дозування активного компонента. Вивчи дані, представлені в таблиці, можна порівняти між собою оральні контрацептиви і вибрати найбільш підходяще засіб для оберігання від небажаної вагітності.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Монофазные | Двофазні | Трифазні |
| Микродозированные | Зоэли, Джес, Димиа, Логест, Мерсилон, Линдинет, Мінізистон, Новинет | — | Клайра |
| Низкодозированные | Жанін, Ярина, Мидиана, Линдинет-30, Фемоден, Силест, Силует, Регулон, Белара, Тіара | Фемостон, Биновум. | Три-Мерсі |
| Среднедозированные | Хлое, Діані-35, Демулен |  | — |
| Высокодозированные | Овосепту, Нон-овлон | Антеовін, Бифацил, Бинордиол, Секвуларум, Секвилар | Три-регол, Тризистон, Триквилар, |

Деякі сучасні контрацептиви містять у своєму складі вітаміни (у тому числі фолієву кислоту). Цей момент дозволяє використовувати КОК молодим жінкам і без побоювання планувати вагітність після відміни препарату.

Підбираючи сучасні оральні контрацептиви, важливо не забувати про ще однієї суттєвої деталі – гормональному фоні, бо дана група протизаплідних засобів, що містять у своєму складі певну кількість гормонів і перевищення якого-небудь з них в організмі людини може призвести до негативних і незворотних наслідків.

Перш ніж приймати рішення про початок прийому гормональних протизаплідних таблеток, слід ретельно вивчити всі плюси і мінуси цих препаратів, але при цьому важливо знати, що багато побічні дії оральних контрацептивів виникають із-за неправильного підбору чи прийому.

Плюси прийому оральних контрацептивів



* Високий рівень захисту від незапланованого зачаття і душевний спокій без страху завагітніти.
* Під час прийому контрацептивів менструальний цикл стає регулярним, зникають болі і ознаки ПМС.
* При правильному підборі контрацептивів нормалізується рівень гормонів, що призводить до поліпшення стану шкіри і волосся, зникнення акне. Позитивним косметичним ефектом володіють кошти з антиандрогинным ефектом на основі дроспиренона (Джес, Ярина та ін).
* В період прийому гормональних засобів контрацепції яєчники «відпочивають», що сприяє швидкому поверненню фертильності і настанню запланованої вагітності. Також існує думка, що подібний відпочинок яєчників має лікувальний ефект і знижує ризик виникнення онкологічних захворювань жіночої репродуктивної системи, а також зупиняє розвиток ендометріозу, але медичних доказів цього факту немає.
* Деякі КОК використовуються як ліки при лікуванні гормонзависимых гінекологічних захворювань і деяких форм безпліддя.

Мінуси прийому гормональних оральних засобів контрацепції

Перш ніж говорити про побічні ефекти прийому оральних контрацептивів, слід зазначити, що більшість коштів останнього покоління містять мінімальні дози гормонів при колишньому рівні надійності, тому якщо під час прийому таких коштів виникають неприємні відчуття, то, швидше за все, це говорить про індивідуальній непереносимості компонентів вибраного препарату не слід відразу розчаровуватися абсолютно у всіх гормональні засоби контрацепції, а знайти більш підходяще.

* Згідно незалежним дослідженням прийом цих засобів народилися жінками збільшує ризик захворювання на рак молочних залоз, печінки і шийки матки.
* Організм кожен цикл виробляє певну кількість гормонів і надходження навіть невеликого їх кількості ззовні здатне порушити рівновагу між яєчниками та іншим організмом, що може призвести до серйозних гормональних порушень згодом.
* При тривалому прийомі оральних контрацептивів з організму виводиться вітамін B6, що може призвести до депресії, дратівливості, безсонні.
* Прийом оральних контрацептивів жінками після 40 років підвищує ризик розвитку остеопорозу і глаукоми.
* Тривалий регулярний прийом гормонів жіночого організму після 40 років, особливо при підвищеному тиску, курінні і генетичної схильності, провокує розвиток тромбофлебіту, виникнення інсультів.
* Існують випадки проблем з зачаттям після тривалого прийому оральних контрацептивів, так як після їх відміни організм виробляє знижене кількість гормонів.
* Тривалий прийом ОК здатний знизити лібідо і придушити потяг до близьких стосунків.
* Прийом оральних засобів контрацепції підвищує кислотність піхви, що сприяє розвитку грибка Candida, який викликає молочницю, внаслідок чого може з’явитися свербіж, печіння і інші неприємні симптоми цього захворювання.



Механізм дії оральних контрацептивів новітнього покоління дозволяє приймати їх без побоювання зниження лібідо та інших неприємних наслідків, особливо після 40 років.

Протипоказання

Незважаючи на величезний стрибок фарміндустрії в області оральних контрацептивів і появу кращих засобів в порівнянні з початковими препаратами, не всім жінкам можна застосовувати такі таблетки, тому слід попередньо переконатися у відсутності у вас деяких протипоказань.

Всі протипоказання діляться на абсолютні, коли застосування даної групи засобів категорично заборонено і відносні, коли деякі засоби можна застосовувати, але з дотриманням певних умов.

Абсолютні протипоказання

* Тромбофлебіт або схильність до утворення тромбів.
* Рак молочних залоз або інші злоякісні утворення.
* Захворювання печінки.
* Гіпертонічна хвороба, порушення кровообігу, особливо у віці після 40 років.
* Маткові кровотечі нез’ясованої етіології.
* Період вагітності або підозри на неї.

Відносні протипоказання



* Тривала нерухомість з-за схильності до тромбоутворення.
* Варикоз.
* Куріння більше двох пачок сигарет на день, особливо після 35 років.
* Епілепсія.
* Цукровий діабет.
* Холецистит та гепатит.
* Мастопатія.

Перелік побічних ефектів КОК досить великий. Ознайомитися з усіма можливими наслідками прийому препарату можна в інструкції (описі лікарського засобу). При появі будь-яких незвичних симптомів на тлі прийому КОК слід звернутися до лікаря.

Протягом перших трьох місяців організм жінки адаптується до нового препарату. В цей термін можуть йти рідкі кров’янисті виділення, відзначатися нудота, блювота, головні болі. Всі неприємні відчуття проходять за 2 – 3 місяці. Якщо стан не поліпшується, необхідно замінити препарат або зовсім відмовитися від використання гормональних засобів.

Багато жінок при виборі КОК намагаються знайти оптимальний препарат за досить недорогою ціною. На жаль, нові ефективні засоби з мінімальним ризиком розвитку побічних ефектів зазвичай коштують дорого. При необхідності заміни препарату на більш дешевий засіб варто звернутися до гінеколога. Досвідчений лікар зможе оцінити стан жінки і підібрати найкращий контрацептив за привабливою вартістю.

З усього вищесказаного можна зробити висновок, що не має значення, як діють ті або інші оральні контрацептиви, щоб визначитися з питанням, як правильно підібрати відповідний препарат, необхідна допомога кваліфікованого спеціаліста, оскільки тільки він зможе допомогти з вибором кошти, не знижує лібідо, має мінімум небажаних наслідків і доступно розповісти про те, як діє рекомендований засіб.

Крім цього, слід зазначити, що не існує поганих чи хороших оральних засобів контрацепції – всі засоби однаково хороші і ефективні, але не кожен препарат підійде будь-якій жінці, тому не дивуйтеся, якщо від самого нового препарату, купленого за порадою подруги або фармацевта, у вас з’явиться нудота, запаморочення або інші неприємні відчуття – це означає, що даний оральний контрацептив вам не підходить і слід зупинити свій вибір на якомусь іншому засобі. Тому не шкодуйте свого часу на регулярне відвідування лікаря – ваш організм буде вам тільки вдячний за таке уважне ставлення.

Небезпечні оральні контрацептиви? Як і інші гормональні засоби, КОК мають свої плюси і мінуси, а також вимагають особливого підходу до застосування і призначення. Потенційна користь контрацептиву часто перевищує можливу шкоду. Жінкам, які приймають КОК, слід дотримуватися всі рекомендації лікаря і правила прийому препарату, вчасно проходити необхідні обстеження та уважно ставитися до свого здоров’я. У цьому випадку ризик розвитку небажаних побічних ефектів зводиться до мінімуму. Не зайвим буде ознайомитися з відгуками до обраного препарату, щоб переконатися в його ефективності та безпеки. Якщо КОК категорично не підходить, слід використовувати негормональні засоби для захисту від небажаної вагітності.

Останнім часом вчені особливу увагу приділяють розробці чоловічих гормональних контрацептивів. Можливо, в недалекому майбутньому жінкам більше не доведеться пити гормони, віддавши цю прерогативу сильній половині людства.