

## Kontracepcija! Važne informacije



Za bolesnice kod kojih se primenjuje lek Liderma®

## Ova brošura sadržava vrlo važne informacije za žene u vezi sprečavanja začeća.

Žene koje uzimaju lek Liderma® **ne smeju ni u kom slučaju da postanu trudne**, jer Liderma® dejstvuje škodljivo na nerođeno dete. Vi morate da provodite delotvornu i pouzdanu **kontracepciju** 1 mesec dana pre lečenja, za vreme terapije kao i 1 mesec dana posle primene leka Liderma.

U ovoj brošuri predstavljamo Vam **metode za sprečavanje začeća**, uz čiju primenu može da se spreči trudnoća sa najvećim mogućim stepenom sigurnosti.

Pazljivo pročitajte ovu brošuru. Sigurno ćete da imate nekih pitanja, koja treba da upišete u prostor namenjen za tu svrhu. Sa Vašim lekarom ćete moći da diskutujete o metodama kontracepcije. Primenjujte kontracepciju tačno prema odgovarajućim propisima.

Sačuvajte dobro ovu brošuru za čitavo vreme primene leka Liderma®.

Lekar (žig doktora) / Doctor (stamp)

Prezime bolesnice / Family name of patient \_\_\_\_\_

Ime bolesnice / Given name of patient \_\_\_\_\_

Ova brošura može da se dobije i u prevodu na brojne strane jezike. Obratite se Vašem lekaru koji može da Vam nabavi željenu verziju za Vaše potrebe.

Liderma®  
**POZOR: Trudnoća je zabranjena**

**U slučaju da Vi uzimate lek Liderma® tada ni u kom slučaju ne smete da postanete trudni. Vi morate da primenjujete neki od veoma sigurnih kontracepcijskih postupaka.**

Ako ne praktikujete seksualne odnose ili niste još nikada primenili neku od kontracepcijskih metoda biće Vam teško da uđete u konfrontaciju sa tim problemima i da govorite o tome. Čitajte ovu brošuru i pripremite se na razgovor sa Vašim lekarom, razgovor ćete moći da vodite mnogo lakše.

Postoje brojne metode za sprečavanje začeća. Sve te metode nisu jednako delotvorne a sve i nisu podesne za Vas. Vi smete da primenjujete **samo sigurne kontracepcijske metode.**

## Menstrualni ciklus i hormoni

Žena je sposobna da zatrudni otprilike u periodu od 40 godina svoga života. U proseku jedanput mesečno sazreva u jednom od oba jajnika po jedno jajna ćelija.

Sazrela jajna ćelija ulazi za vreme ovulacije u rojtasti levak jajovoda, koji se obavlja oko jajnika, i kojim putem se ta ćelija transportuje kroz jajovod sve do materice (to jest uterus).

Na putu do materice može jajna ćelija da se sretne sa semenom ćelijom (to jest spermijem). (Semenim ćelijama treba 4 do 6 sati da stignu od grlića materice do jajovoda).

Ako jajna ćelija nije bila oplodena, umire za 12 časova i izbacuje se iz organizma zajedno sa sledećom menstruacijom (to jest mesečnim pranjem).

Menstruacijom se daje znak za početak novog menstrualnog ciklusa.

Ako je jajna ćelija bila oplodena (i tako je došlo do začeća), počinje trudnoća. Oplodena jajna ćelija transportuje se u matericu i tamo se ugnezdi u sluzokožu materice. Nerođene dete razvija se zatim dalje i napreduje u svom razvoju.

### Hormoni, od glave do trbušnih organa

Menstrualni ciklus kontroliše se porastom i opadanjem koncentracija različitih hormona, koji se stvaraju u žlezdama koje proizvode hormone i koje se izasipaju u krv. Sve ove procese reguliše mozak (centralni nervni sistem), što žene i same doživljavaju: stres i emocionalni potresi mogu da remete menstrualni ciklus ili da čak i dovedu do njegovog izostanka.

Koordinacioni centri tih procesa se nalaze uz bazu mozga u hipotalamusu. Upravo ispod hipotalamusa se nalazi moždani privesak (hipofiza). Hipotalamus reguliše funkciju hipofize koja između ostaloga ispušta i seksualne hormone u krv, koji imaju zadatak da regulišu funkciju polnih žlezda (to jest jajnika kod žene i testisa kod muškarca).

Sve do momenta ovulacije proizvode jajnici hormon **estrogen**, a posle ovulacije stvara se dodatno još i hormon **progesteron** (odnosno hormon žutog tela).

Ovulacija se dešava u uobičajenom 28-dnevnom menstrualnom ciklusu u vremenu između 10. i 23. dana ciklusa (najčešće 14. dana menstrualnog ciklusa). Ako ciklus traje duže ili kraće od navedenih 28 dana, vremenska razlika odnosiće se skoro uvek na period pre ovulacije.

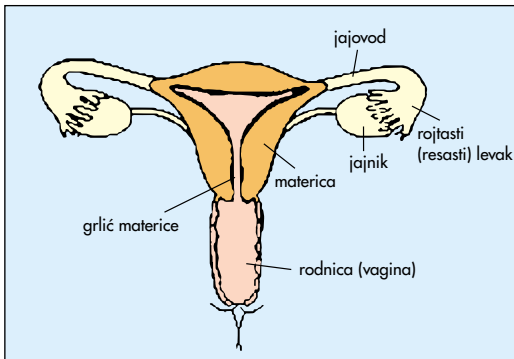
## Pearl-Indexi

### Pearl'ov indeks

Pearl'ov indeks je broj koji pokazuje koliko procenata žena – koje imaju uobičajeno česte seksualne odnose i koje brižljivo, korektno i konsekventno primenjuju neki od kontracepcijskih postupaka – će u roku od jedne godine dana i pored toga postati trudne. Opšte prihvaćeno mišljenje je da Pearl'ov indeks od 0,1 do 3 važi kao siguran. Sve metode kontracepcije ne mogu da postignu navedenu vrednost.

U principu važi pravilo da je neki postupak sprečavanja začeća utoliko sigurniji

- ukoliko je bolje prihvaćen od oba partnera
- ukoliko je bolja i opširnija informacija o njemu
- ukoliko se on duže primenjuje
- ukoliko su oba partnera spremni da preuzmu odgovornost za kontracepciju



## Metode kontracepcije

U današnje vreme se koriste veoma različiti postupci sprečavanja začeća. Pojedine metode mogu da se dobro kombinuju sa drugim postupcima kontracepcije, sigurnost tih metoda postaje time još i viša.

Svi ovde navedeni postupci sprečavanja začeća nisu za sve žene ili u svim situacijama pogodni, a svi i nisu jednako delotvorni (imaju viši ili niži Pearl'ov indeks). Za Vas su preporučljive samo neke veoma sigurne metode sprečavanja začeća, ako se kod Vas planira primena leka Liderma<sup>®</sup>. Vaš lekar će zajedno sa Vama da pronađe za Vas optimalnu metodu kontracepcije.

## Postupci kontracepcije

### hormonalne metode sprečavanja začeća

pilula, mikro pilula (kombinovana pilula sa estrogenima i gestagenima)

- jedno-, dvo- i trofazni preparati

preparati samih gestagena

- mini pilula
- tromesečna šprica
- implantat
- hormonalna spirala

### spirala (intrauterinski pesar)

- hormonalna spirala
- spirala sa bakrom

### metode barijere

- kondom (prezervativ)
- Femidom
- dijafragma i vaginalna kapica

### hemijske metode (sredstva za umrtvljavanje spermija, spermicidi)

- vaginalni supozitoriji, sunđer, pločice, kreme, gel

### Nepouzdana metode:

#### prirodne metode regulacije začeća

- kalendarska metoda (Ogino-Knausova metoda)
- metoda merenja temperature
- metoda strukture sluzi (Bilingova metoda)

#### opreznost (coitus interruptus)

#### hitne mere

- pilula posle
- spirala posle

## Nepouzdana metode kontracepcije

### Ne upotrebljavajte ni u kom slučaju nepouzdana metode sprečavanja začeća.

Verovatnost da zatrudnite za vreme polnog odnosa je velika, ako ne primenjujete pouzdane metode kontracepcije.

### Nema „sigurnih dana“

Za vreme menstrualnog ciklusa ima dana u kojima su žene u manjoj meri u stanju da zatrudne nego drugih dana. Čak i kod žena sa redovnim mesečnim ciklusom može ovulacija da se desi u neočekivani momenat. Vremenski period u kom je začeće moguće ne može sigurno da se prepozna.

Jajašce može da bude oplodeno u periodu od maksimalno 12 sati posle napuštanja jajnika. Spermiji (semenske ćelije) mogu da prežive pet ili još više dana u organizmu žene posle polnog odnosa bez zaštite. Na taj način može u vremenskom periodu još i dužem od jedne sedmice posle polnog odnosa bez zaštite da dođe do trudnoće.

### „Opreznost“ ne znači sigurnost

Opreznost (coitus interruptus) predstavlja krajnje nesigurnu metodu. Prilikom takvog postupka izvlači muškarac penis iz vagine partnerice kratko pre ejakulacije.

- muškarac neće da uspe uvek da pravovremeno izvuče penis
- sperma može već pre ejakulacije da uđe u vaginu
- spermiji koji se nalaze na spolnoj strani vagine mogu od tamo da prispeju u vaginu.

### Prirodne metode regulisanja začeća nisu sigurne

Sa obzirom nato da nema „sigurnih dana“ ne može da bude sa sigurnošću predviđeno hoće li i kada žena moći da zatrudni ili ne. Ove metode zahtevaju mnogo iskustva, vremena i siguran osećaj za individualno proživljavanje toka mesečnog ciklusa.

Spoljni faktori kao što su ritam života i rada, stres, bolest i duševno stanje mogu da utiču na mesečni ciklus. Ovo još u dodatnoj meri povisuje rizik pogrešnog shvatanja perioda nemogućnosti začeća i mogućnosti da ipak zatrudnite.



## Sigurnost sa sigurnim metodama kontracepcije

Postoji mogućnost da se kod Vas primenjuje lek Liderma® i Vi zbog toga morate da praktikujete neku sigurnu metodu kontracepcije. Vaš lekar će zajedno sa Vama da odluči koja metoda sprečavanja začeća je za Vas optimalna.

NAPOMENA: Sigurne metode kontracepcije su samo u toj meri sigurne, ako se uvek tačno i pouzdano primenjuju. Ne smeju da postoje „izuzeci“. Ne dajte se ni u kom slučaju navesti nato da budete neoprezni. Vi ćete time da povisite u znatno većoj meri rizik nastanka trudnoće.

### Najsigurnije metode

U **najsigurnije** postupke kontracepcije ubrajaju se **hormonalni** lekovi i spirala (intrauterinski pesar).

Pilula, mikro pilula, spirala, tromesečna šprica i implantat sprečavaju trudnoću sa visokim stepenom sigurnosti. Oni se prepisuju samo na lekarski recept posle opširnog razgovora sa Vašim lekarom o Vašem zdravstvenom stanju i po potrebi posle eventualnog ginekološkog pregleda. Postavljaće Vam se takođe i pitanja o bolestima u porodici kako bi se mogli prepoznati faktori rizika.

Pearl'ov indeks ima vrednost sigurnosti od 0,3–3.

*Pri istovremenoj primeni određenih medikamenata može da se smanji delotvornost hormonalnih lekova. O tome morate da razgovarate sa Vašim lekarom.*

## Pilula / mikro pilula

**Kombinovana pilula** sadrži aktivne supstance koje su po svojoj strukturi i delovanju slične prirodnim hormonima estrogenu i progesteronu (oblik gestagena).

Zajedno sa pilulom unosite u pravilu jedanput dnevno u vremenu od 21-og dana u organizam estrogene i gestagene. Moždani privesak (žlezda hipofiza) se više ne stimuliše da izlučuje svoje hormone. Ovulacija izostaje (što predstavlja dejstvo estrogena) a sluzokoža materice se samo veoma malo regeneriše. Isto tako i sluz u kanalu grlića materice ne postaje tekuća i stvara čepić koji je neprobojan za spermije (dejstvo gestagena). Na kraju ciklusa u kom se primenjuje pilula umeće se prekid (pauza) od 7 dana. U organizam se više ne unose hormoni i izaziva se krvarenje nastalo opadanjem koncentracije hormona. Posle takve pauze nastavlja se sa primenom hormona, a pri tome je važno da se uvek treba sa novim pakovanjem da započne istog dana u sedmici.

Postoje takozvani jednofazni, dvofazni i trofazni preparati koji se razlikuju međusobno po tome, u kojoj meri su oni podešeni na normalni tok ženskog hormonalnog ciklusa.

Kod **jednofazne metode** primenjuje se u periodu koji traje 21 dan fiksna kombinacija estrogena i gestagena, 3–4 dana posle primene leka nastupa krvarenje radi opadanja koncentracije hormona.

Kod **dvofazne metode** uzimaju se u prvoj fazi ciklusa samo estrogeni ili estrogeni zajedno sa niskom dozom gestagena, dok se za vreme druge faze primenjuje uobičajeno estrogeno-gestagensko doziranje. 3–4 dana posle prekida primene leka dolazi do krvarenja uslovljenog prekidom.

**Trofazna metoda** je još i više adaptirana na prirodni tok koncentracije hormona za vreme ženskog mesečnog ciklusa. U toku prvih 6 dana posle početka menstruacije primenjuje se niska doza estrogena i gestagena, zatim se doza tokom sledećih 5 dana povisuje, a u toku poslednjih 10 dana smanjuje se doza na vrednosti koje su korišćene za vreme prve faze. 3–4 dana posle prekida primene preparata nastupiće krvarenje uslovljeno prekidom primene hormona. Kombinovana pilula (poznata kao pilula ili mikro pilula) je podesna za žene, za koje se zna da pouzdanom uzimaju lekove (compliance).

### Što treba da uradite ako ste zaboravili da uzmete pilulu?

- za 12 sati: Bez odlaganja uzmete pilulu i nastavite sa uobičajenom šemom primene.
- duže od 12 sati: Zaštita od trudnoće više nije zagarantovana. Vi morate
  1. da odmah uzmete zaboravljenu pilulu
  2. sa uzimanjem pilule treba da nastavite prema uobičajenoj šemi
  3. istovremeno primenite neki drugi postupak (na pr. kondomi sa spermicidima) i to tako dugo dok ne započnete sa novim pakovanjem pilula. U to je uključen i vremenski period trajanja menstruacije.
- Obavestite Vašeg lekara u slučaju da se osećate nesigurnim, on će da Vam pomogne u tako nastaloj situaciji.

## Preparati sa samim gestagenima

Medikamenti sa samim gestagenima stoje na raspolaganju u različitim oblicima. Kontraceptivno dejstvo bazira se kod tih preparata na tome da se sluz u području otvora grlića materice tako promeni (odnosno zgusne), da spermiji ne mogu da prolaze. Sluzokoža materice će da se regeneriše samo veoma malo jer stoji samo malo delotvornog estrogena na raspolaganju. Zbog toga se menjaju i karakteristike krvarenja. Krvarenja postaju oskudnija i kraća a mogu pod izvesnim uslovima i potpuno izostati. Osim toga mogu da se u početku primete intermenstrualna ili slaba (Spotting) krvarenja koja bi trebala da nestanu za prvih meseci. Ovulacija se sa time ne sprečava.

### Pilula sa samim gestagenom (mini pilula)

zahteva mnogo discipline: One moraju da se precizno primenjuju uvek u isto doba dana, zbog čega se smatraju umereno sigurne (imaju Pearl'ov indeks od 1,1–9). Danas stoji na raspolaganju nova gene-racija gestagenskih pilula koje su isto tako sigurne kao i kombinovana pilula i trebaju da se i uzimaju po istim uputstvima i pravilima kao i ona.

Mini pilula je naročito pogodna za žene koje mogu da redovno primenjuju pilulu, po mogućnosti ne puše cigarete i kod kojih nema nikakvih medicinskih razloga koji su argumenti protiv uzimanja pilule.

### Injekcija gestagena

(Tromesečna šprica) delotvorno sprečava nastanak trudnoće u periodu od tri meseca. Tromesečna šprica ima ipak nedostatak da kod neželjenih delovanja mora da se neko vreme sačeka da se delovanje leka smanji.

### Implantati gestagena

postoje u obliku plastičnih štapića koji se aplikuju pod kožu na unutrašnjoj strani nadlaktice. Oni su delotvorni u periodu od dve do pet godina. Za vreme tog perioda ne treba da se brinete za kontracepciju. U upoređenju sa tromesečnom špricom imaju takvi implantati tu prednost da ih Vaš lekar u svako vreme može da ukloni sa njihovog mesta.

### Hormonalna spirala

je varijanta kontracepcije koju Vaš lekar unosi u matericu i koja u kontinuitetu ispušta gestagen koji se u njoj nalazi. Ona poseduje dvostruko delovanje. U obliku stranog tela dovodi spirala do promena sluzokože materice a gestagen poseduje još i dodatno delovanje. Zavisno o vrsti spirale može ona da ostane usađena i godinama. Vidi i sledeći odeljak → Spirala.

Hormonalne spirale su naročito pogodne za žene koje već imaju decu.

## Spirala (intrauterinski pesar)

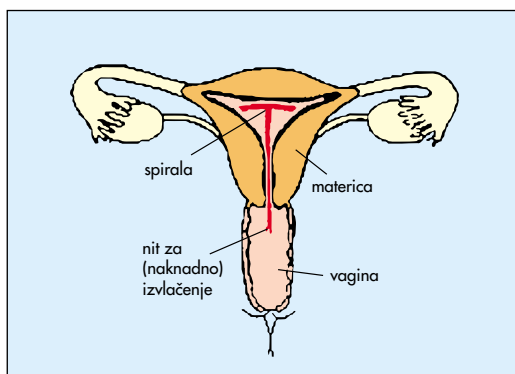
**Spirala (intrauterinski pesar)** spada u sredstva za sprečavanje začeća koja najradije prihvataju one žene koje već imaju decu. Spirala predstavlja mali savitljivi plastični deo na kom je pričvršćena kratka sintetska nit. Ona se umeće u šupljinu materice. Spirala sadržava u pravilu bakar ili neki gestagen (→ hormonalna spirala). U zavisnosti o vrsti spirale može ona da ostane usađena i niz godina.

Njeno delovanje počiva na tome da spirala u obliku stranog tela dovodi do promena sluzokože materice. Bakar remeti funkciju spermija a gestagen sprečava sluzokožu materice da se regeneriše a deluje i na sluz u kanalu grlića materice da ne postaje tekuća. U oba slučaja ne može oplodena jajna ćelija da se ugnezdi u sluzokoži materice.

Pearl'ov indeks ima vrednost sigurnosti od 0,3–3.

Spiralu implantira Vaš lekar za vreme menstrualnog krvarenja (a isto tako će je on i izvući), nakon što se za vreme ginekološkog pregleda pokazalo da nema nikakvih medicinskih razloga koji bi bili argumenti protiv implantacije spirale. Spirala može za vreme prvih meseci posle implantacije da dovede do spazama (grčeva) za vreme menstruacije a i do pojačanih krvarenja. U zavisnosti o vrsti spirale može ona da ostane usađena i godinama.

Hormonalne spirale su naročito pogodne za žene koje već imaju decu.



## Postupci sa korišćenjem barijere

Metode koje koriste neku barijeru nemaju onaj stepen sigurnosti kao kontracepcija hormonima ili primenom spirale, ali one se i pored toga ubrajaju u relativno sigurne postupke sprečavanja začeća. Ovdje posebno važi da one samo uz pravilnu primenu i dovoljno iskustva mogu da garantuju sigurnu zaštitu. Bez muke nema nauke.

Postupci uz primenu barijere sprečavaju mehaničkim putem da semena ćelija (spermij) može da dospe do jajašca. Postoje brojne metode u tu svrhu, a jednu od njih može da primeni muškarac, a to je kondom. Svi ostali postupci namenjene su primeni kod žene (dijafragma, vaginalna kapića, Femidom).

Za metode uz primenu barijere važi u principu pravilo da oba partnera moraju da preuzmu odgovornost za njihovo korektno provođenje. Na taj se način povisuje sigurnost korektne upotrebe kao i zaštite od začeća.

Postupci uz primenu barijere treba da se u svrhu sigurnosti uvek primenjuju zajedno sa nekim od sredstava sa spermicidnim delovanjem.

**Preporučuje Vam se u slučaju kada primenjujete lek Liderma® da dodatno uz hormonalnu kontracepciju primenjujete još i jednu od metoda koja koristi barijeru.**

### Kondom

**Kondom**, poznat i kao guma, prezervativ ili parizer, sastoji se od veoma tankog sloja lateksa (prirodne gume). Pre polnog odnosa on se navlači preko ukrućenog penisa i u njemu se sakupljaju spermiji. Dodatnu sigurnost pružaju kondomi ako se zajedno sa kondomom uzme neko spermicidno sredstvo.

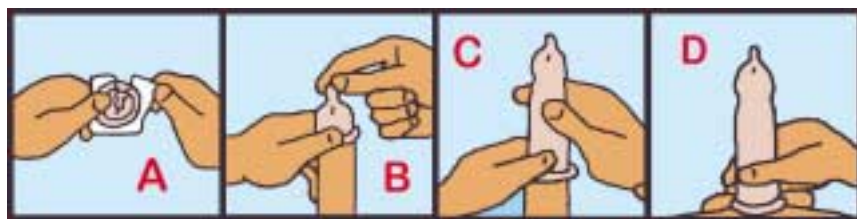
**Primenjujte samo kondome sa žigom kvaliteta (OK) i pazite na datum isteka roka trajnosti.**

Kondomi su sigurni (Pearl'ov indeks 7–14) samo ako se apsolutno korektno primenjuju. Ako još niste potpuno sigurni ili pravite greške u primeni, tada Pearl'ov indeks poprima vrednosti i iznad 10, a metoda važi kao nesigurna.

## Metode sa korišćenjem barijere

### Pravilno korišćenje kondoma:

- Trganjem oprezno otvorite foliju pakovanja na označenom mestu. Budite oprezni ako imate duge i oštre nokte.
- Kondom treba da bezuslovno navučete pre prvog kontakta sa vaginom (jer spermiji mogu da iziđu iz penisa već pre ejakulacije)
- Najpre treba da kožicu kapice ukrućenog penisa povučete preko glavića
- Vrh (odnosno rezervoar) još ukoturanoj kondoma treba da se pridrži između palca i kažiprsta i da ga se postavi na glavić. Rezervoar (vrh) ne sme da se ispusti (jer se ne sme dozvoliti da unutra uđe vazduh). Ispupčeni (đevrekasti) svitak (rola) mora da ostane spolja.
- Kondom treba sada da se odmota preko ukrućenog uda što je to više moguće.
- Posle ejakulacije kondom treba brižljivo izvući iz vagine pre nego što je penis omlitavio. U tom trenutku treba kondom da se pridržava na mestu spajanja penisa sa trbuhom.
- Posle skidanja kondoma treba bezuslovno da se operu ruke pre ponovnog dodira prstiju sa predelom vagine.
- Kod svakog polnog odnosa treba da se primenjuje novi kondom.
- Zajedno sa kondomom nemojte nikada da upotrebljavate vazelin, losion za kožu, čepiće ili lekove za vaginu na bazi ulja ili masnoća. Postoji opasnost cepanja kondoma.
- Kondomi treba da se drže na suvom i hladnom mestu.



**Kondomi treba da se primene sa spermicidima (sredstvima sa spermicidnim delovanjem), jer se na taj način poboljšava stepen sigurnosti kontracepcije. Treba da primenjujete kondome i u onim slučajevima, kada već praktikujete neku drugu metodu sprečavanja začeća.**

## Postupci sa korišćenjem barijere

### Dijafragma

Dijafragma je kapica u obliku svoda izrađena od lateksa (to jest prirodne gume) sa debelim elastičnim rubom. Ona zatvara grlić materice i na taj način sprečava spermijima da prodru u matericu a posle toga i dalje u jajovod. **Dijafragma se primenjuje zajedno sa nekim gelom koji ima spermicidno delovanje**, znači koji poseduje mogućnost da izaziva nepokretnost spermija.

Dijafragma mora da bude odabrana u optimalnoj veličini, jer regija okoline grlića materice pokazuje razlike u veličini, tipične za pojedinu ženu. Korišćenje dijafragme nije vezano za neki poseban osećaj smetnje. U zavisnosti o vrsti upotrebe dijafragma se koristi od 1–2 godine.

Pearl'ov indeks iznosi od 4–10, čime metoda važi kao relativno sigurna. **Primena isključivo te metode za vreme uzimanja leka Liderma® neće da pruži dovoljnu zaštitu.**

### Sledi opis pravilnog korišćenja dijafragme:

- Dijafragma treba da se unese neposredno pre početka polnog odnosa (maksimalno 2 sata pre ejakulacije) zajedno sa nekim spermicidnim gelom. Nemojte nikada da zajedno sa dijafragmom upotrebljavate vazelin, losion za kožu, čepiće ili lekove za vaginu na bazi ulja ili masnoća.
- Posle ejakulacije treba da se dijafragma ostavi u vagini još barem u periodu od 8 časova. U tom vremenskom periodu postaće spermiji nepokretni i na taj način ne može više da dođe do oplodnje jajašca.
- Posle toga može dijafragma da se oprezno izvuče i da se opere sa vodom i/ili sa sapunom.



**Ne koristite dijafragmu nikada kao jedino kontracepcijsko sredstvo. Koristite je uvek zajedno sa nekim gelom koji ima spermicidno delovanje.**

**U slučaju da se uz dijafragmu dodatno primenjuje i kondom, povišće se dodatno na taj način sigurnost kontracepcije.**

**Vaginalna kapica** sliči dijafragmi ali se primenjuje bez spermicidnog sredstva.

**Femidom** – koji se istovremeno naziva i „Kondom za ženu“ – predstavlja crevo koje je zatvoreno sa gornje strane i koje se unosi u vaginu. Donji otvoreni deo ostaje na spoljnoj strani vagine. Budući da je Femidom proizveden iz poliuretana, njega mogu da koriste i oni pojedinci koji su alergični na lateks.

## Mere u slučaju hitne potrebe

Niti jedna od kontracepcijskih metoda ne pruža apsolutnu zaštitu, posebno ne u onom slučaju ako se ne primenjuje korektno. Ako ste ustanovili da je Vaš postupak za sprečavanje začeća zakazao, jer se kondom rascepio, ili dejstvo pilule više nije garantovano (jer je došlo do neredovnog uzimanja pilule, povraćanja ili do proliva), ili je došlo do polnog odnosa bez primene zaštitnih mera, postoje mogućnosti da se spreči trudnoća: uzimanjem „**pilule posle**“ („**morning after pill**“) ili „**spirale posle**“. Kod toga je potrebno da period između saznanja o „zatajivanju“ metode kontracepcije i preduzimanja mera za slučaj hitne potrebe bude što kraći, Vi ne smete nipošto da sačekate nego **kontaktirajte neodložno Vašeg lekara!**

U momentu kada se primenjuju ovde navedene metode može Test na trudnoću da pokazuje da još nije nastupila trudnoća, jer se jajašce – koje je eventualno već bilo oplodeno – još uvek nije ugnezdilo u sluzokožu materice.

**Pilula i „spirala posle“ ne predstavljaju kontracepcijske metode, te metode nipošto ne mogu da se redovno primenjuju u svakom mesecu. Radi se izričito o merama za slučaj hitne potrebe.**

### Što da se radi, ako...

#### ... je kontracepcijska metoda (verovatno ili sigurno) zakazala?

- Javite se bez odlaganja telefonom Vašem lekaru, mere za slučaj hitne potrebe mogu da se provedu samo u kratkom periodu posle polnog odnosa.

#### ... se menstruacija već neočekivano dugo nije pojavila?

- Smesta prekinite primenu leka Liderma<sup>®</sup>. Nemojte više da uzimate kapsule Liderma<sup>®</sup>.
- Neodložno se javite telefonom Vašem lekaru!

Zajedno sa **Pilulom posle** unose se u organizam hormoni u relativno visokim koncentracijama, u ovisnosti od leka radi se o estrogenima i gestagenima ili samim gestagenima. Ovu „pilulu“ daće Vam na recept Vaš lekar i ona mora da se uzima uz strogo uvažavanje doziranja. Do sledeće menstruacije moraju da se konsekvntno primenjuju metode koje koriste barijere (kao kondom ili dijafragma).

*Pilula posle* deluje utoliko sigurnije, čim brže je ona bila primenjena. U idealnom slučaju ne bi trebalo da prođe više od 48 časova, maksimalno je moguća njena primena 72 sata posle poslednjeg polnog odnosa.

Ako je prošlo više od 72 sata tada još postoji samo jedna mogućnost, a to je **spirala posle**, što znači da mora da se implantira → spirala. Spirala može da se unese još sve do 5. dana posle poslednjeg polnog odnosa. Posle toga može spirala da funkcioniše i kao kontracepcijsko sredstvo, osim u slučaju postojanja razloga koji bi bili argumenti protiv implantacije spirale.



## Test na trudnoću

Test na trudnoću ima funkciju da se pomoću njega ustanovi postojanje trudnoće u vremenu dok se kod žene još ne počinju da zapažaju tipični znaci trudnoće.

Tek u momentu očekivanog menstrualnog krvarenja postaće test na trudnoću pozitivan, jer će embrio (odnosno trofoblast) da se ugnezdi u sluzokožu materice i on počinje sa produkcijom hormona hCG koji održava trudnoću. Od tada postoji trudnoća.

Momentat od koga će test na trudnoću pokazivati pozitivan rezultat (to znači „trudna“), ovisan je o vrsti primenjenog laboratorijskog testiranja.

Pre početka primene leka Liderma® mora da se provede test na trudnoću. Vi ćete da započnete sa terapijom jedino u slučaju ako je testiranje trudnoće dalo negativan rezultat (to jest „nije trudna“). Postoji osim toga i mogućnost da će Vaš lekar za vreme primene leka Liderma® da od Vas traži da se još obavljaju testiranja na trudnoću.

Sa tzv. „**testom mokraće**“ može u današnje vreme da se ustanovi postojanje trudnoće otprilike u momentu očekivane menstruacije, sa sigurnošću 1–3 dana posle izostajanja menstruacije. Za ispitivanje može da se koristi i jutarnja mokraća ali isto tako i dnevni urin. Pouzdanost testa je veoma visoka. Da bi se stekla potpuna sigurnost može test da se ponovi i sledećeg dana.

Kompletni testovi mogu da se kupe u apoteci, drogeriji ili u nekoj robnoj kući, njihovo provođenje je potpuno jednostavno.

Pomoću **testiranja krvne probe** može da se pouzdano dokaže trudnoća već otprilike 10 dana posle obavljenog polnog odnosa, a to znači još pre početka očekivanog menstrualnog krvarenja. U tom se momentu ne registruju lažno pozitivni rezultati testa.

Ako je test na trudnoću pokazao pozitivan rezultat, Vi ste zatrudneli. Kakva god akcija protiv trudnoće predstavlja prekid postojeće trudnoće.

## Ovde treba da zabeležite Vaša pitanja

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Beleške**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Medika AG  
Industriestrasse 121  
CH-4147 Aesch  
Telefon +41 (0)61/756 97 50  
Fax +41 (0)61/756 97 55  
[www.medika.ch](http://www.medika.ch)  
[adm@medika.ch](mailto:adm@medika.ch)

**MEDIKA**