

## **2.5. Противозачаточные таблетки прогестинового ряда (мини-пили, ПТПР)**

Современные методы контрацепции

Модуль 2

# Определение

Это препараты, содержащие малые дозы прогестина (30-500 мкг), являющегося искусственным аналогом естественного гормона прогестерона.

От комбинированных контрацептивов они отличаются отсутствием эстрогенного компонента, который чаще вызывает побочные эффекты.

Свойства, взаимодействие с другими лекарственными средствами, показания и противопоказания

в основном сходны с

такowymi

у комбинированных  
противозачаточных

таблеток,

но имеются и некоторые  
особенности.



# Эффективность и механизм действия

1 случай незапланированной беременности на 100 женщин при распространенном; менее 1 - при правильном применении метода).

Забывчивость приема таблеток уменьшает эффективность.

Восстановление фертильности после отмены метода происходит немедленно.

- изменение слизистой оболочки полости матки, затрудняющие возможную имплантацию оплодотворённой яйцеклетки;
- повышение вязкости слизи, выделяемой шейкой матки, затрудняющие проникновение через неё сперматозоидов;
- угнетение выделения гипофизом лютропина, что приводит к подавлению овуляции.

# Преимущества (1)

- можно использовать во всех случаях, когда противопоказаны КОК;
- можно использовать сразу после родов;
- можно использовать в возрасте старше 40 лет;
- нет связи с половым актом;
- обратимость;
- меньше побочных эффектов;
- можно применять при грудном вскармливании (не влияют на количество и качество материнского молока);

## Преимущества (2)

- имеется лечебный эффект при воспалительных заболеваниях органов малого таза, болезненности менструаций, связанных с овуляцией болях в середине менструального цикла; при фиброзно-кистозной мастопатии, эндометриозе;
- можно принимать в период подготовки к плановой хирургической операции;
- можно использовать без предварительного гинекологического обследования и стандартных лабораторных тестов;
- в случае отсутствия менструальных кровотечений, если имеются достаточные основания полагать, что женщина не беременна.

# Недостатки

- необходимость ежедневного приёма препарата (забывчивость увеличивает риск незапланированной беременности);
- нарушения менструального цикла (нерегулярные кровянистые выделения из половых путей);
- не предупреждают заражение ИППП/ВИЧ/ВГВ/ВГС;
- меньшая эффективность по сравнению с комбинированными противозачаточными таблетками.

# Когда начинать прием

- Женщина приступает к приему таблеток в течение 5 дней после начала менструального цикла, лучше в первый день.
- Если мать кормит ребенка грудью - через 6 недель после родов.
- Если мать не кормит ребенка грудью – через 4 недели после родов.
- В случае отказа от другого гормонального метода, в том числе ВМС, в пользу ПТПР – без промежуточных пауз.
- Если женщина пользовалась инъекционными препаратами, к приему ПТПР следует приступать в тот день, когда женщина должна была получить очередную инъекцию.
- В течение 7 дней после самопроизвольного или искусственного аборта, имевшего место в первом или втором триместре беременности.
- Если женщина принимала таблетки для неотложной контрацепции (ТНК) - в тот же день, когда она приняла последнюю ТНК.

# Обследования и анализы перед началом приема ПТПР

- Сбор анамнеза и визуальный осмотр.
- Измерение артериального давления.
- Оценка риска заражения инфекциями, передаваемыми половым путем, включая ВИЧ/ВГВ/ВГС и проведение консультирования о двойном методе контрацепции (применение презерватива).
- Других дополнительных обследований перед назначением ПТПР не требуется.



# Как применять метод

1. Упаковки могут содержать по 28 или 35 активных, т.е. содержащих гормон, таблеток одинакового цвета. Необходимо принимать по 1 таблетке в день в одно и то же время.
2. Закончив прием таблеток из одной упаковки, без перерыва, на следующий же день принять первую таблетку из новой упаковки.

# А что, если...

- ✓ Пропущен прием очередной таблетки или опоздание с приемом составило 3 часа и более
  - Как можно скорее примите пропущенную гормональную таблетку.
  - Продолжайте прием таблеток по обычной схеме, т.е. по одной таблетке в день (допускается одновременный прием двух таблеток или прием двух таблеток в разное время в течение одного дня). Женщине рекомендуется применять вспомогательный метод контрацепции в течение последующих 2 дней. Также, если в течение предыдущих 5 дней имел место половой контакт, то в этом случае желательно принять ТНК.
- ✓ Появилась сильная рвота или диарея.
  - При возникновении рвоты через 2 часа после приема таблетки следует как можно скорее принять другую таблетку из упаковки и затем продолжить прием контрацептива в соответствии с обычной схемой.
  - Если диарея или рвота не прекращаются, следуйте рекомендациям действующим в случае пропуска таблеток.

# Побочные эффекты (1)

- ✓ *Отсутствуют менструальные кровотечения.*
  - Если женщина кормит грудью, успокойте, заверив ее, что опасности для здоровья нет.
  - Если женщина не кормит грудью, объясните, что в некоторых случаях прием ПТПР может приводить к прекращению месячных кровотечений, и такое явление не приносит вреда здоровью.
- ✓ *Нерегулярные кровотечения (женщину беспокоят нерегулярный характер кровотечений).*
  - Объясните, что кормление грудью само по себе может являться причиной нерегулярных кровотечений. Такие явления не приносят вреда здоровью женщины и иногда становятся менее выраженными или полностью исчезают по прошествии нескольких месяцев после начала приема контрацептива. Однако у части женщин нерегулярные кровотечения могут продолжаться на всем протяжении приема ПТПР.
  - Нерегулярные кровотечения могут также возникать в связи с рвотой или диареей, а также приемом противосудорожных препаратов или рифампицина.

# Побочные эффекты (2)

- *Меры по борьбе с нерегулярными, обильными или затяжными кровотечениями:*
  - Объясните женщине, что нужно делать при пропуске очередной таблетки, включая ситуации с рвотой или диареей.
  - Прием ибупрофена (по 800 мг 3 раза в день после еды в течение 5 дней) или другого НПВС
  - Если женщина принимала таблетки на протяжении нескольких месяцев, и НПВС не дают желаемого эффекта, назначьте таблетки ПТПР в другой дозировке (если таковые имеются в наличии), которые следует принимать, по крайней мере, в течение трех последующих месяцев.
  - Проанализировать возможные причины кровотечений, не связанные с приемом ПТПР.
- Профилактика анемии - препараты железа и включение в рацион питания продуктов, содержащих железо - например, мясо, птицу (в особенности, говядину и куриную печень), рыбу, листовые овощи и плоды бобовых культур (фасоль, соевый творог, чечевица и горох).
- Если обильные или затяжные кровотечения приобретают хронический характер или появляются после серии обычных менструальных циклов или отсутствия таковых, либо при подозрении на какое-либо заболевание, проанализируйте возможные причины кровотечения, не связанные с приемом ПТПР.

# Побочные эффекты (3)

## ✓ Обычная головная боль

- Порекомендуйте прием аспирина (325-650 мг), ибупрофена (200-400 мг), парацетамола (325-1 000 мг) или другого обезболивающего препарата.
- Любые головные боли, усиливающиеся либо учащающиеся при приеме ПТПР, являются показанием для соответствующего обследования женщин.

## ✓ Перепады настроения или изменение либидо

- Уточните причину и окажите ей необходимую моральную поддержку.
- В течение первого года после родов у некоторых женщин могут появляться приступы депрессии, не связанные с приемом ПТПР. Резкие перепады настроения, включая приступы глубокой депрессии, являются показанием к направлению женщины на прием к специалисту.

## ✓ Болезненность молочных желез

- Женщине, не кормящей грудью, посоветуйте носить поддерживающий бюстгальтер (как днем, так и во время сна).
- Попробуйте назначить горячие или холодные компрессы.
- Порекомендуйте прием аспирина (325-650 мг), ибупрофена (200-400 мг), парацетамола (325-1 000 мг) или другого обезболивающего препарата.

## ✓ Тошнота и рвота

- Если прием ПТПР сопровождается чувством тошноты, посоветуйте женщине принимать таблетки перед сном или во время еды.

## ✓ Сильная боль внизу живота (подозрение на внематочную беременность, фолликулярные образования или кисты яичника)

- Исключить внематочную беременность и кисты яичников

# Побочные эффекты (4)

- ✓ Лечение противосудорожными препаратами или рифампицином
  - Контрацептивный эффект ПТПР может снижаться под воздействием барбитуратов, карбамазепина, окскарбазепина, фенитоина, примидона, топирамата и рифампицина.
  - Выбрать альтернативный метод контрацепции или применять вспомогательный метод контрацепции наряду с приемом ПТПР.
- ✓ Мигренозные головные боли
  - выбрать негормональный метод контрацепции.
- ✓ Тяжелые расстройства здоровья (подозрение на тромбоз глубоких вен ног или легких, заболевания печени или рак молочных желез)
- ✓ Прекратить прием ПТПР и пользоваться вспомогательным методом контрацепции до завершения обследования.
- ✓ Подозрение на беременность
  - Обследуйте женщину на предмет возможной беременности.
  - При подтверждении беременности отмените метод. Согласно имеющимся данным, ПТПР не влияют на внутриутробное развитие плода, зачатого в период применения метода.

# Ключевая информация

- Таблетки следует принимать ежедневно (по одной таблетке в день). После того, как закончились таблетки в одной упаковке, следует немедленно начать прием таблеток из очередной упаковки.
- Не наносят вреда здоровью матери и ребенка. Таблетки прогестинового ряда не влияют на выработку грудного молока. Усиливают противозачаточный эффект практики грудного вскармливания. Сочетанное действие контрацептивов прогестинового ряда и практики грудного вскармливания обеспечивает надежное предупреждение беременности.
- Изменения менструального цикла при приеме контрацептивов прогестинового ряда имеют довольно распространенный характер, но являются безвредными для здоровья женщины. Как правило, прием таблеток задерживает восстановление менструального цикла у женщины. Частые или нерегулярные кровотечения являются распространенным явлением среди женщин с активной менструальной функцией.
- Могут выдаваться женщине заранее, для того чтобы она могла начать их прием позднее.