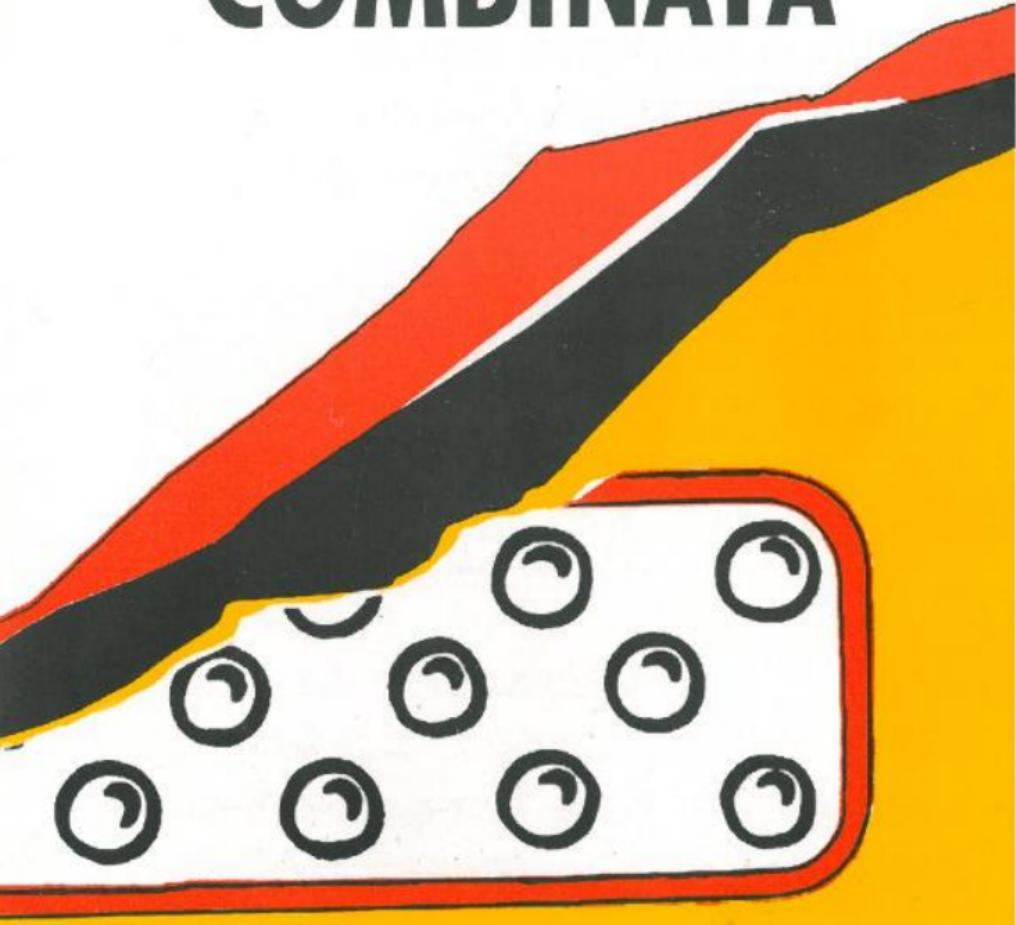


**PLANIFICARE
FAMILIALĂ**



**PILULA
COMBINATĂ**



Avortul reprezintă un risc pentru sănătate. Folosind o metodă contraceptivă evitați neplăcerile unui avort. Folosind metodele contraceptive, evitați apariția sarcinilor nedorite.

**Când alegeți o metodă contraceptivă,
țineți seama de:**

- vârstă;
- starea de sănătate;
- cât de mult doriți să evitați o sarcină;
- obiceiuri de viață.

**Nici o metodă contraceptivă
nu asigură protecție
în 100% din cazuri.**

Dacă nu folosiți contraceptive sau nu sunteți sigură că ați folosit corect metoda aleasă și doriți să evitați un avort,

N U U I T A Ḗ !

**La Cabinetele de
Planificare Familială
puteți cere contraceptive
pentru aceste situații.**



La Cabinetele de Planificare Familială veți fi ajutați să faceți cea mai bună alegeră. În plus, veți beneficia de servicii pentru sănătate sexuală.

Ce este?

Pilula combinată conține cantități mici de estrogen și progestagen, doi hormoni sexuali asemănători cu cei produși de organism.

Cum acționează?

- împiedică eliberarea lunară a unui ovul din ovar (ovulație);
- îngroașă secreția colului, împiedicând pătrunderea spermatozoizilor în uter;
- face ca interiorul uterului să fie mai puțin primitoare pentru sarcină.

Ce avantaje are?

- este o metodă contraceptivă reversibilă;
- este o metodă foarte eficientă: 99% din femeile care o folosesc corect nu rămân gravide;
- în cazul folosirii incorecte eficiența scade; menstruația apare regulat, fără dureri, în cantitate mică și durează mai puține zile; nu influențează desfășurarea actului sexual;
- protejează împotriva unor boli:
 - cancer de ovar;
 - cancer de endometru;
 - tumori necanceroase de sân;
 - chisturi de ovar.
- se poate folosi pentru amânarea menstruației.



Ce dezavantaje are?

- trebuie luată în fiecare zi, de preferat la aceeași oră;
- nu protejează împotriva bolilor cu transmitere sexuală;
- ca la orice metodă contraceptivă, uneori pot apărea probleme.

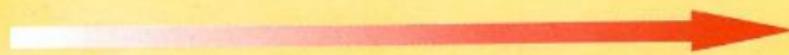
Cine poate să o folosească?

Cele mai multe femei pot lua pilula combinată. Este bine pentru dumneavoastră să vă controlați periodic starea de sănătate.

NU SE RECOMANDĂ FOLOSIREA PILULEI COMBINATE DE CĂTRE:

- **femeile însărcinate sau care alăptează;**
- **femeile cu sângerări genitale cu cauză necunoscută;**
- **femeile care au avut tromboflebite, infarct, accidente vasculare, cancere cu diferite localizări;**
- **fumătoare de peste 35 de ani.**

Femeile cu diabet, boli hepatice, hipertensiune arterială, epilepsie, talasemie au nevoie de consult și supraveghere medicală continuă.



Cum se ia?

Pilula combinată se ia urmând sfatul medicului. Veți învăța cum să începeți prima folie și cum să continuați următoarele. Pentru ca efectul să fie maxim, pilula se ia în fiecare zi, de preferință la aceeași oră, în ordinea indicată pe folie.

Vă aduceți mai ușor aminte să luați pilula dacă o asociați cu un gest pe care îl faceți în fiecare zi (de exemplu: dimineața, la trezire, înainte de spălatul pe dinți, înainte de culcare).

PILULELE COMBINATE SUNT COMERCIALIZATE SUB DOUĂ FORME:

- folii cu 21 de pilule. În cazul acestora, trebuie să faceți o pauză de 7 zile între folii.
- folii cu 28 de pilule - din care 21 sunt active și 7 inactive. **NU** trebuie să faceți pauză între folii, deci noua folie trebuie să o începeți a doua zi după terminarea celei de dinaintea

Ce probleme pot să apară?

Problemele care pot apărea sunt, în cele mai multe cazuri, minore și dispar după 2-3 luni de folosire:

- grețuri • mici sângerări între menstruații • modificări în greutatea corpului • săni dureroși • instabilitate emoțională.

La foarte puține femei riscul de a avea probleme serioase este mai mare decât la cele care nu folosesc pilula combinată.

Pot apărea: tromboflebite, embolie pulmonară, infarct miocardic, embolie cerebrală.

C E F A C E T I . . .

DACĂ uitați să luați pilula

- Dacă uitați să luați o pilulă, luați-o imediat ce vă amintiți; dacă o luați în primele 12 ore sunteți în siguranță; dacă a trecut mai mult timp, luați pilula uitată și folosiți altă metodă contraceptivă (de exemplu: prezervativul).
- Dacă uitați două sau mai multe pilule la rând, luați ultima pilulă uitată imediat ce vă aduceți aminte. În plus, folosiți în următoarele 7 zile și o altă metodă contraceptivă (ex.: prezervativul).
- Dacă pilula uitată este una din ultimele 7 pilule active de pe folie, luați restul pilulelor active și treceți la folia următoare, fără pauza de 7 zile. În următoarele 7 zile, trebuie să folosiți și o altă metodă contraceptivă (de exemplu: prezervativul).
- Dacă ați avut un contact sexual pe care îl considerați neprotejat,

N U U I T A T I !

că puteți apela la contraceptia de urgență.

DACĂ aveți vârsături sau diaree

Eficiența metodei scade. Continuați să luați pilula în mod obișnuit și, în următoarele 7 zile, folosiți o altă metodă contraceptivă.

DACĂ trebuie să luați alte medicamente

Anumite medicamente scad efectul pilulelor (ex.: unele antibiotice, antiepileptice, antituberculoase). De aceea, ori de câte ori este cazul, adresați-vă Cabinetului de Planificare Familială. Și pilula poate influența acțiunea unor medicamente. Deci, spuneți medicului care vă tratează că luați pilule.



DACĂ vreți să schimbați pilula

adresați-vă Cabinetului de Planificare Familială.

DACĂ vreți să amânați o menstruație

- dacă folia pe care o aveți are 21 de pilule, luați folia următoare fără nici o pauză;
- dacă folia pe care o aveți are 28 de pilule, aruncați ultimele 7 (cele inactive) și începeți fără pauză folia următoare.

DACĂ rămâneți gravidă în timp ce luați pilula

Puteți păstra sarcina, dacă doriți, deoarece pilula combinată nu crește riscul de a avea copii malformați.

DACĂ vreți să aveți un copil

Este bine ca, înainte să rămâneți gravidă, să îintrerupeți pilula și să așteptați 1 - 2 menstruații normale. În acest timp, folosiți o altă metodă contraceptivă (de exemplu: prezervativul). Chiar dacă rămâneți gravidă mai repede, nici copilul, nici dumneavoastră nu veți avea de suferit.

A T E N T I E !

Dacă apar pe neașteptate:

- creșteri mari în greutate
- dureri mari de cap
- sângeărări abundente
- urinări frecvente

MERGEȚI IMEDIAT LA MEDIC!

NU UITATI!

Dacă sunteți îngrijorați în legătură cu metoda contraceptivă aleasă de dumneavoastră, cereți sprijin la un Cabinet de Planificare Familială.

Data următoarei vizite: _____

Această metodă nu vă protejează de bolile cu transmitere sexuală, inclusiv SIDA. Riscul de îmbolnăvire crește cu creșterea numărului partenerilor sexuali.

VREȚI SĂ AFLAȚI MAI MULTE DESPRE METODELE CONTRACEPТИVE?

Adresa noastră este:



La realizarea acestui pliant au colaborat:

MINISTERUL SĂNĂTĂȚII — UNITATEA DE COORDONARE NAȚIONALĂ A PLANIFICARII FAMILIALE ȘI EDUCAȚIEI SEXUALE;
INSTITUTUL DE MANAGEMENT AL SERVICIILOR
DE SĂNĂTATE - CENTRUL NAȚIONAL
DE PROMOVAREA SĂNĂTĂȚII ȘI PROGRAME;
SOCIETATEA DE EDUCAȚIE
CONTRACEPTIVĂ ȘI SEXUALĂ;
FUNDАȚIA TINERI PENTRU TINERI;
ASOCIAȚIA ADOLESCENTUL;
MIȘCAREA DE PLANIFICARE
FAMILIALĂ VRANCEA;
FONDUL NAȚIUNILOR UNITE
PENTRU POPULAȚIE;
ORGANIZAȚIA MONDIALĂ A
SĂNĂTĂȚII – BIROUL REGIONAL PENTRU EUROPA;

"MADES IMPORT-EXPORT SRL"

Tel.: 01 413 96 13

Tipărit "Gutenberg SA"
Tel.: 01 345 09 26