

3. Antykoncepcja: pierścień dopochwowy (Birth Control: Vaginal Ring)

Czym jest pierścień dopochwowy? (What is the vaginal ring?)

Pierścień dopochwowy jest dopochwową antykoncepcją hormonalną i działa po umieszczeniu w pochwie. Dostępne są dwa rodzaje pierścieni:

Pierścień dopochwowy zawierający etonogestrel i ethinyl estradiol (NuvaRing, EluRyng): pierścień umieszcza się w pochwie na 3 tygodnie, po czym usuwa się go z pochwy i wyrzuca. Po tygodniu, nowy pierścień umieszcza się w pochwie na następne 3 tygodnie

Pierścień dopochwowy zawierający segesterone acetate i ethinyl estradiol vaginal ring (Annovera): pierścień umieszcza się w pochwie na 3 tygodnie, po czym usuwa się go z pochwy i przechowuje przez tydzień. Po tygodniu, ten sam pierścień umieszcza się w pochwie na następne 3 tygodnie. Jeden pierścień może być używany 13 cykli, po tym czasie należy zmienić go na nowy.

Pierścień zawiera takie same hormony, jak tabletki antykoncepcyjne i działa w taki sam sposób, tzn. przez uwalnianie hormonów - estrogenu i progestagenu. Hormony te zatrzymują uwalnianie komórki jajowej i powodują zmiany w błonie śluzowej macicy, co zapobiega ciąży. Hormony uwalniane przez pierścień zmieniają także konsystencję śluzu szyjki macicy, co hamuje przechodzenie plemników. Pierścień jest przepisywany na receptę przez lekarza.

Jak używać pierścienia? (How do I use the ring?)

Stosowanie pierścienia jest podobne do aplikacji tamponu. Pierścień należy umieścić w pochwie, jak tampon. Pozostawia się go wewnątrz na 3 tygodnie. Następnie usuwa się go na tydzień, wtedy pojawi się miesiączka. Pierścień można usunąć wkładając jeden palec do pochwy i pociągając za pierścień po zahaczeniu palca o jego krawędź. Po tygodniu przerwy nowy pierścień lub ten sam (w zależności który rodzaj pierścienia używasz) umieszcza się ponownie w pochwie. Pierścień może być stosowany również w taki sposób, że miesiączki nie będą się pojawiać. Należy to przedyskutować z lekarzem. Zapasowe opakowanie powinno być przechowywane w lodówce.

Jaka jest skuteczność pierścienia? (How well does the ring work?)

Okolo 8 do 9 spośród 100 osób stosujących pierścień zajdzie w ciążę każdego roku, jeśli nie zawsze będą stosować pierścień w prawidłowy sposób. Mniej niż 1 na 100 osób stosujących pierścień zajdzie w ciążę każdego roku, jeśli zawsze będzie stosować pierścień prawidłowo.

Co mogę zrobić, żeby pierścień był skuteczny? (How do I make the ring work the best?)

Należy dbać, aby pierścień znajdował się w odpowiednim miejscu. Należy zmieniać go w odpowiednim czasie. Nie wolno wyjmować pierścienia na zewnątrz na dłużej niż 3 godziny, w przypadku pierścienia działającego przez miesiąc, i na dłużej niż 2 godziny w przypadku pierścienia działającego przez rok.

Jakie są plusy stosowania pierścienia? (What are pros to using the ring?)

Pierścień jest skuteczną metodą zapobiegania ciąży. Nie trzeba go wyjmować podczas stosunków seksualnych. Większość osób stosujących pierścień oraz ich partnerów nie czuje pierścienia. Nie trzeba pamiętać o codziennym stosowaniu, jak w przypadku tabletki antykoncepcyjnej. Miesiączki są zazwyczaj bardziej regularne, mniej obfite i krótsze. Jeśli chcesz mieć miesiączkę rzadziej niż raz w miesiącu porozmawiaj o tym z lekarzem. Ponadto pierścień korzystanie wpływa na trądzik, bóle miesiączkowe i objawy zespołu napięcia przedmiesiączkowego.

Jakie są minusy stosowania pierścienia? (What are cons to using the ring?)

Pierścień nie chroni przed chorobami przenoszonymi drogą płciową, dlatego zawsze należy stosować prezerwatywy. Działania niepożądane są rzadkie, ale mogą to być mdłości, bóle głowy i tkliwość piersi.

Istnieje ryzyko powstania zakrzepu w nogach (zakrzepica kończyn dolnych) lub w płucach (zator tętnicy płucnej). Ryzyko powstania zakrzepów jest bardzo małe, ale należy to przedyskutować to z lekarzem.

Przed rozpoczęciem terapii należy poinformować lekarza o: stosowaniu innych leków, paleniu papierosów, obecności incydentów zakrzepowych w przeszłości, nadciśnieniu tętniczym, migrenach lub innych problemach zdrowotnych.

Niektóre osoby odczuwają zwiększoną wydzielinę pochwową.