

26 вересня — Всесвітній день контрацепції

# Кожна вагітність — бажана

Історія контрацепції така ж давня, як і саме людство. Одне з найдавніших джерел, в якому розповідається про протизаплідні засоби, — папірус Кагуна з Єгипту, в якому містяться рецепти численних паст для вагінального застосування з метою попередження вагітності. У знаменитому папірусі Еберса (1550 р. до н.е.) вперше згадується про такий контрацептивний засіб як тампон, просочений соком акації та гуміарабіком, які під впливом молочної кислоти перетворюються у речовини зі сперміцидними властивостями. Єгиптянки для запобігання вагітності вживали розмелені зерна граната; інки, майя та ацтеки — корінь мандрагори. Ці рослини містять аналоги гормонів, здатних пригнічувати овуляцію. Авіценна, який вважав контрацепцію складовою медицини, розробив мазі та розчини для попередження вагітності

## ДЕНЬ КОНТРАЦЕПЦІЇ

Всесвітній день контрацепції починаючи з 2007 р. відзначається щорічно 26 вересня і проходить під гаслом «Контрацепція: це ваше життя, це ваша відповідальність». Проведення заходів ініціювали десять міжнародних організацій, які у різний спосіб опікуються проблемами планування сім'ї, серед яких, зокрема, Агенція США з міжнародного розвитку, Європейське товариство контрацепції та репродуктивного здоров'я, Німецький фонд світового населення.

Організації-засновники Всесвітнього дня контрацепції сповідують принцип, відповідно до якого кожна вагітність має бути бажаною. Вони вбачають свою місію в тому, щоб максимально підвищити обізнаність населення щодо способів і методів контрацепції та надати молоді можливість самостійно приймати інформовані рішення з питань сексуального і репродуктивного здоров'я, уникати непланованих вагітностей насамперед з тим, аби дівчатам, передовсім неповнолітнім, не доводилося робити аборти, які назавжди можуть позбавити їх частя материнства.

На думку організацій-ініціаторів, Всесвітній день контрацепції має привернути увагу владних структур і світової спільноти до проблем, які виникають внаслідок недоліків статевого виховання і легковажного ставлення до засобів контрацепції.



Катерина Дорикевич

## РАЦІОНАЛЬНА КОНТРАЦЕПЦІЯ І РОЛЬ ПРОВІЗІОРА

— Контрацепція є важливим напрямком планування сім'ї, — зазначає Катерина Дорикевич, канд. фарм. наук, доц. кафедри організації та економіки фармації ЛНМУ ім. Данила Галицького. — Попередження небажаної вагітності є найнеобхіднішою складовою цього процесу, як і сприяння настанню бажаної вагітності шляхом лікування безпліддя.

На сьогодні використовуються такі методи запобігання вагітності: природні методи планування сім'ї, бар'єрний, сперміцидний, внутрішньоматковий, гормональний та хірургічний (стерилізація). Чотири із п'яти зазначених методів (бар'єрний, сперміцидний, внутрішньоматковий та гормональний) є зворотними і реалізуються за допомогою використання ЛЗ та виробів медичного призначення. А отже, тут важливою є роль провізора.

Переконана, що запропонований мною термін «раціональна контрацепція» якнайкраще виражатиме суть проблеми, яку належить вирішити провізору, адже «раціональна контрацепція» — це правильне і своєчасне застосування оптимального контрацептивного засобу (найменш вартісного препарату з відповідною ефективністю та безпекою) з повною та достовірною інформацією щодо його використання.

Широкий асортимент контрацептивних засобів в аптеці забезпечить право людини на доступ (можливість вчасно одержати необхідний ЛЗ), вибір (можливість отримати ЛЗ у відповідній лікарській формі за опти-

**Сучасна концепція раціональної контрацепції має ґрунтуватися на активній участі провізора як фахівця охорони здоров'я в наданні комплексу послуг з планування сім'ї**

мальною вартістю) і застосування (належне використання ЛЗ відповідно до призначень лікаря та інструкцій для пацієнта) сучасних контрацептивів.

Водночас провізору під час відпуску контрацептивного засобу належить забезпечити раціональну контрацепцію за такими напрямками:

- фармацевтична опіка при відпуску засобів контрацепції;
- фармацевтична профілактика неправильного використання контрацептивів;
- інформаційна співпраця з лікарями з питань раціональної контрацепції, участь у моніторингу побічних ефектів препаратів;
- інформування відвідувачів аптек про нові засоби контрацепції;
- проведення інформаційних і просвітніх заходів для населення щодо раціональної контрацепції.

Так, наприклад, фармацевтична опіка та фармацевтична профілактика при гормональній контрацепції передбачають: чітку інформацію про правильне застосування препарату; рекомендації на випадок пропуску застосування таблетки/драже/пластира/вагінального кільця (несвоєчасної заміни); можливі побічні ефекти та шляхи їх усунення; ризики для здоров'я та їхня профілактика; у випадку одночасного застосування інших ЛЗ — дані про ймовірну їх взаємодію з контрацептивами, особливості способу життя та дотримання дієти під час проведення гормональної контрацепції тощо.

Слід відзначити, що арсенал сучасних гормональних контрацептивів, які зареєстровані в Україні (за даними Державного реєстру лікарських засобів станом на 15.07.2014), становить 37 препаратів, з яких 32 є комбінованими контрацептивами: для перорального застосування — 30 (Модель анти, Белара, Ригевідон, Ригевідон 21+7, Марвелон, Регулон, Новінет, Ярина, Ярина плюс, Джаз, Джаз плюс, Міланда, Діфенда, Логест, Ліндинет 20, Ліндинет 30, Фемоден, Мідіана, Дайла, Сіміція, Дарілія, Відора, Відора мікро, Наадін, Жастінда, Жанін, Три-регол, Три-регол 21+7, Діане-35, Хлоє); по одному препарату для вагінального (Новарінг) і трансдермального (Евра) використання;

- 3 гестагенні контрацептиви: 2 — для перорального застосування (Лактинет, Чарозетта), 1 — для ін'єкційного введення (Депо-провера);
- 2 внутрішньоматкові контрацептиви (Мірена, Джайдес).

Останнім часом ринок контрацептивів в Україні активно розвивається, що знач-

## ШИРОКИЙ АСОРТИМЕНТ КОНТРАЦЕПТИВНИХ ЗАСОБІВ В АПТЕЦІ ЗАБЕЗПЕЧИТЬ ПРАВО ЛЮДИНИ НА ДОСТУП ДО ЛЗ

но розширює асортимент препаратів і з точки зору вартісних характеристик. Так, за 2013–2014 рр. було зареєстровано 7 генеричних контрацептивів: Модель анти, Міланда, Діфенда, Відора, Відора мікро, Наадін, Жастінда.

Також на фармацевтичному ринку України представлено 4 гормональні препарати для невідкладної (екстреної, посткоїтальної) контрацепції: Постінор, Ескапел, Евадір 2, Двелла.

За словами Катерини Дорикевич, контрацептиви для місцевого застосування — сперміцидні та бар'єрні засоби — дозволені до відпуску без рецептів лікарів, тому фармацевтична опіка пацієнтки при їх відпуску теж дуже важлива, адже ефективність цих засобів значною мірою залежить від правильності їх використання. До прикладу, сперміциди — вагінальні супозиторії Фарматекс, Еротекс, Евітекс, Бенатекс, а також песарії Патентекс Овал Н, таблетки вагінальні Гінекотекс та Фарматекс, крем вагінальний Фарматекс — потрібно вводити за 5–15 хв до статевого контакту, 2 год до і 2 год після чого не можна використовувати мило для інтимної гігієни, 2 год після — не спринцюватися; у випадку повторних статевих контактів щоразу слід вводити нову дозу препарату (супозиторій, песарій, таблетку вагінальну, крем). Слід зазначити, що сперміцидні контрацептиви не попереджають інфікування статевим шляхом.

Сучасна концепція раціональної контрацепції має ґрунтуватися на активній участі провізора як фахівця охорони здоров'я в наданні комплексу послуг з планування сім'ї. Повноцінне та своєчасне інформування пацієнтки про асортимент засобів контрацепції, можливості та особливості їх застосування жінками різних вікових груп, з різними супутніми захворюваннями, побічні ефекти та віддалені наслідки для здоров'я, ризики та шляхи їх мінімізації, збереження якості життя — важливі аспекти ролі провізора у забезпеченні раціональної контрацепції.

## КОНТРАЦЕПЦІЯ: МІФИ І РЕАЛЬНІСТЬ

### Лимон і оцет

Народний рецепт радить змочувати статеві органи лимонним соком або оцтом до і після статевого акту. Частка правди в цьому є, оскільки сперматозоїди дійсно можуть гинути у кислому середовищі. Проте навряд чи вдасться змастити всі внутрішні органи досить глибоко і ретельно. Крім того, існує ризик порушити кислотно-лужний баланс слизової оболонки, що загрожує розвитком інфекцій, а також отримати легкі опіки в тих місцях, де шкіра дуже тонка і ніжна.

### Вагітність не настає під час менструації

Дійсно, шанси зачати під час менструації значно знижуються. Але не варто забувати, що сперматозоїди мають дивовижну живучість і зберігають свої функції до 72 год, перебуваючи в слизовій оболонці матки. Коли менструація добігає кінця, вони просушуються ще глибше і цілком можуть запліднити яйцеклітину.

### Календарний захист — найнадійніший

Календарний метод передбачає, що жінка точно знає розклад свого менструального циклу і вступає в статеві контакти тільки у «дозволений» період. Однак підступність даного методу полягає в тому, що гарантовано безпечних періодів не існує, навіть за усталеного циклу дати початку і кінця овуляції здатні коливатися. За найменшого прорахунку може настати небажана вагітність.

### Пероральні контрацептиви — 100% захист

Цей спосіб справедливо вважається найнадійнішим. Він захищає від небажаної вагітності більш ніж у 99% випадків. Навіть презервативи не мають такого ступеня надійності. Але пероральні контрацептиви не захищають від інфекцій, що передаються статевим шляхом. Крім того, результати деяких медичних досліджень свідчать, що тривалий прийом пероральних контрацептивів підвищує ризик розвитку онкологічних захворювань.

### ПЕРОРАЛЬНІ КОНТРАЦЕПТИВИ ДЛЯ ЧОЛОВІКІВ

Чимало жінок відмовляються від прийому таких контрацептивів, остерігаючись неприємних побічних ефектів і, зокрема, зайвих кілограмів. Нерідко чоловіки ігнорують використання презервативів, вважаючи такий статевий акт неповноцінним. Схоже на те, що невдовзі з'явиться третій варіант вибору. Співробітники низки фармацевтичних лабораторій працюють над розробкою препаратів для припинення вироблення сперматозоїдів у чоловіків. Щоправда, на інновацію доведеться чекати щонайменше 5–7 років.

Лариса Дедишина