

## Awaria? Czas na plan B.

**Antykoncepcja awaryjna jest zaliczana do hormonalnych metod antykoncepcji, której zastosowanie może mieć miejsce w przypadku zaistnienia niezabezpieczonego stosunku płciowego lub niepowodzenia zastosowanej metody antykoncepcyjnej, kiedy istnieje duże ryzyko zajścia w ciążę. Na czym polega i kiedy można ją zastosować?**



**Prof. Romuald Dębski, ginekolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”:** *Antykoncepcja awaryjna jest nazywana inaczej „antykoncepcją po” lub „nextmorningpill”. Nie powinna być traktowana jako stała metoda antykoncepcji. Jest przeznaczona do stosowania w nagłych wypadkach, które mogą wynikać z braku lub niewłaściwego zastosowania wybranej metody antykoncepcyjnej w trakcie stosunku. Należy pamiętać, że w przypadku antykoncepcji awaryjnej liczy się czas zażycia pigułki, który nie powinien przekroczyć 72 godzin od wystąpienia sytuacji, którą można określić jako awaryjną.*

### Jakie sytuacje można określić jako awaryjne?

- Brak zastosowania antykoncepcji przy stosunku
- Nieprawidłowe zastosowanie metody antykoncepcyjnej, np.:
  - zsuniecie lub pęknięcie prezerwatywy;
  - zmiana pozycji kapturka, krążka antykoncepcyjnego lub jego usunięcie w niewłaściwym czasie;
  - niewycofanie penisa z pochwy w odpowiednim czasie w trakcie stosunku przerywanego, którego konsekwencją jest wytrysk w pochwie lub na zewnętrzne narządy płciowe;
  - pominięcie trzech lub więcej kolejnych tabletek złożonego doustnego środka antykoncepcyjnego;
  - przyjęcie tabletki zawierającej wyłącznie progestogen (minitabletki) z opóźnieniem o ponad trzy godziny.

### Jak to działa?

Mechanizm działania tabletki „po” polega na tym, że zawarte w niej pochodne progesteronu, skupionego w niej w większej dawce niż w tradycyjnej tabletkie antykoncepcyjnej, uniemożliwiają zapłodnienie już uwolnionej komórki jajowej, hamują uwalnianie jej przez jajniki. Skuteczność tej metody szacuje się na ok. 85%. Preparaty zawsze wydawane są z przepisu lekarza.

**Prof. Romuald Dębski, ginekolog, ekspert programu „Zdrowa ONA”:** *Często tabletki postkoitalne mylone są z preparatami poronnymi. Takie podejście nie ma*

uzasadnienia medycznego, gdyż mechanizm działania jednych i drugich jest zupełnie inny. Tabletki awaryjne nie mają działania aborcyjnego. Ich rolą jest uniemożliwienie zapłodnienia komórki jajowej w ciągu 72 h po stosunku. Antykoncepcja awaryjna nie jest skuteczna w przypadku kobiet w ciąży i nie ma działania poronnego.



**Dorota Gromnicka, psycholog, ekspert programu „Zdrowa**

**ONA”:***Duże znaczenie w zastosowaniu tej metody antykoncepcji ma pojęcie odpowiedzialności za siebie, partnera i dziecko. Zazwyczaj decyzję o zastosowaniu tej metody podejmują pary, małżeństwa, które nie są gotowe na posiadanie dziecka w danym momencie lub osoby niebędące w stałych związkach, dla których czasem seks może mieć charakter spontaniczny i nieplanowany. Zdarza się, że pod wpływem emocji, zwłaszcza lęku kobieta podejmuje taką decyzję sama. Czasem motywem do skorzystania z tej metody dochodzi w przypadku doświadczenia przez kobietę przemocy na tle seksualnym. Jeśli zastosowanie tej metody jest w konflikcie z wyznawanym światopoglądem, może przyczynić się*

*do obciążenia psychicznego kobiety lub partnera. Niezależnie od motywacji i sytuacji życiowej, z całą pewnością, zanim kobieta sięgnie po tę metodę powinna mieć na ten temat wiedzę, być świadoma działania leku, odbyć rozmowę z lekarzem i partnerem.*