

# LA CONTRACCEZIONE

# LA CONTRACCEZIONE



Per contraccezione si intende il complesso delle tecniche anticoncezionali, ossia dei mezzi utilizzati per programmare o impedire il verificarsi di una gravidanza.

La maggior parte degli adolescenti che hanno rapporti sessuali non utilizzano mezzi anticoncezionali per evitare gravidanze indesiderate.

# LA CONTRACCZIONE



I diversi metodi contraccettivi agiscono impedendo la penetrazione degli spermatozoi nell'utero, bloccando l'ovulazione, modificando il muco cervicale, impedendo l'annidamento dell'ovulo. Scopo della contraccezione è quello di controllare, in modo temporaneo e reversibile il processo della riproduzione.

# METODI CONTRACCETTIVI ORMONALI

PILLOLA ESTROPROGESTINICA

ANELLO CONTRACCETTIVO

CEROTTO TRANSDERMICO

CONTRACCETTIVO SOTTOCUTANEO

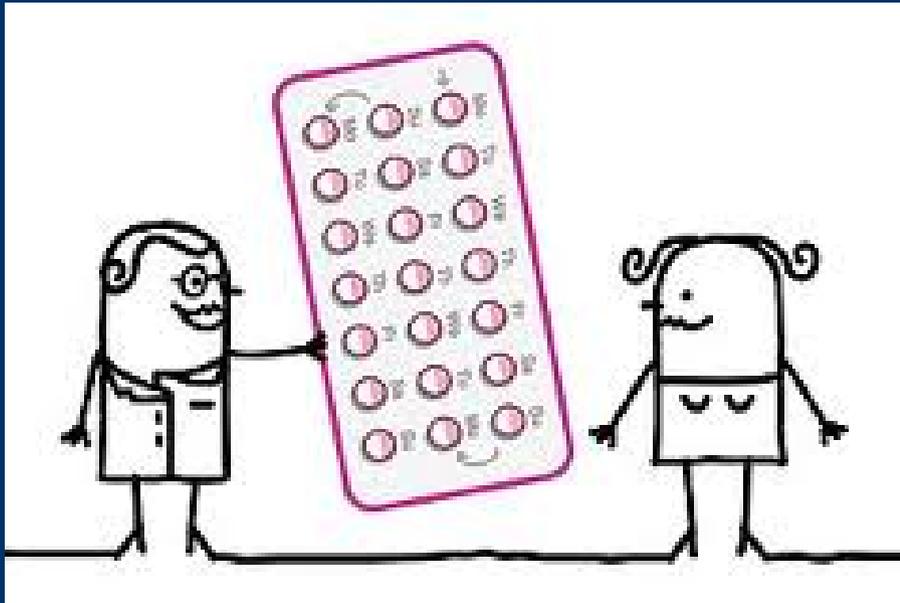
# LA PILLOLA

## COSA FA?

- Blocca l'ovulazione inducendo l'ipofisi (una ghiandola posta alla base del cervello) a non stimolare più le ovaie con i suoi ormoni;
- modifica la consistenza del muco prodotto all'interno del canale cervicale (che dà accesso all'utero) rendendolo impenetrabile agli spermatozoi;
- modifica la mucosa dell'utero rendendola inadatta all'annidamento dell'ovulo.



# LA PILLOLA



- Deve essere presa tutti i giorni, per **21** giorni, generalmente a partire dal primo giorno del ciclo mestruale (quello in cui inizia la mestruazione); è preferibile assumerla la sera o la mattina sempre nello stesso momento della giornata. L'assunzione si interrompe poi per **7** giorni, e questo provoca un sanguinamento simile alle mestruazioni.
- Qualunque sia la durata del sanguinamento, dopo 7 giorni di interruzione si deve ricominciare l'assunzione della pillola.
- La pillola è efficace dal primo giorno, a condizione che sia successivamente assunta quotidianamente e regolarmente.

# LA PILLOLA

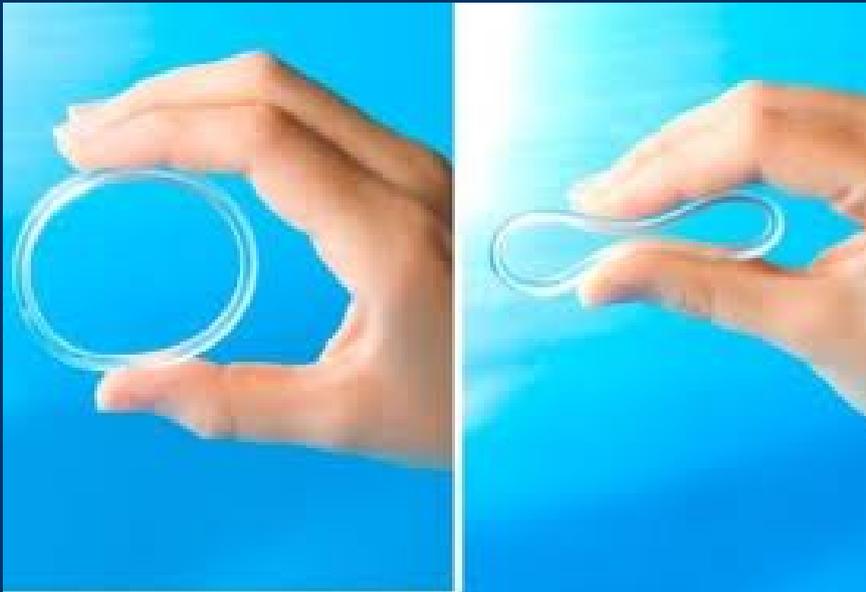


## SE CI SI DIMENTICA?

È necessario che la pillola dimenticata venga assunta entro le 12 ore successive per garantire comunque l'efficacia contraccettiva.

Se la dimenticanza è superiore c'è rischio di ovulazione e quindi di gravidanza. In questo caso è comunque preferibile assumere la pillola fino a consumare tutta la confezione utilizzando, in aggiunta, un altro metodo contraccettivo.

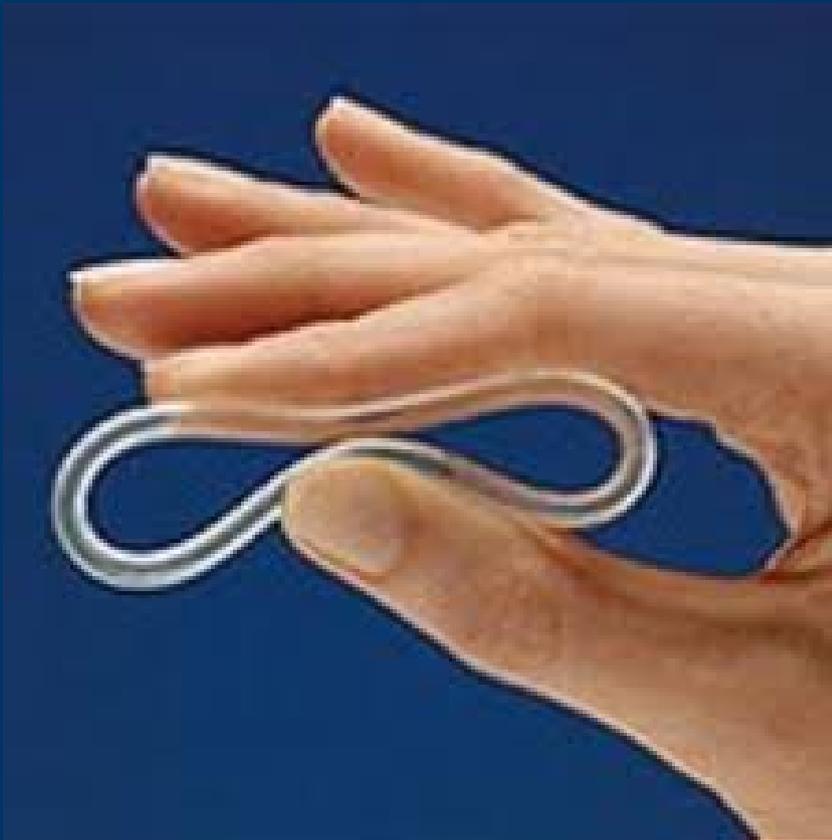
# L'ANELLO CONTRACCETTIVO



L'anello vaginale, risente meno del rischio di dimenticanze o ritardi di assunzione, delle variazioni dell'assorbimento intestinale e permette inoltre di assumere dosaggi bassissimi pur mantenendo un buon controllo del ciclo.

La mucosa vaginale è una via ideale per la somministrazione di terapie ormonali in ginecologia ed ostetricia. L'anello contraccettivo rilascia dosaggi bassissimi e costanti di estrogeni e progestinici.

# L'ANELLO CONTRACCETTIVO



L'anello può garantire una migliore efficacia contraccettiva, anche in caso di vomito e diarrea, rispetto alla via orale. Le dosi sono bassissime e rilasciate con costanza. Questo rende minimo il rischio di effetti collaterali, come tensione mammaria, emicrania, nausea.

L'anello va inserito in vagina e rimosso direttamente dalla donna, lo stesso giorno della settimana in cui era stato inserito.

# L'ANELLO CONTRACCETTIVO



Ad esempio, se l'anello viene inserito il lunedì intorno alle 22.00, deve essere rimosso di nuovo il lunedì della terza settimana successiva all'incirca alle ore 22.00. Questo va mantenuto per 3 settimane, a cui segue una settimana di intervallo libero da anello, (durante la quale compare la pseudomestruazione).

Nel caso in cui l'anello venga accidentalmente espulso, esso può essere lavato con acqua fredda o tiepida e deve essere reinserito entro le 3 ore successive.

# CEROTTO TRANSDERMICO



È un contraccettivo ormonale a basso dosaggio ed ha la particolarità di essere assunto per via cutanea. Si tratta di un sottile cerotto che rilascia la dose giornaliera di estrogeni e progestinici necessaria.

Quando si applica il cerotto, bisogna fare attenzione che la cute sia sempre pulita, asciutta, non usare creme, oli o talchi e che la zona dove deve essere posizionato non presenti microlesioni.

# CEROTTO TRANSDERMICO



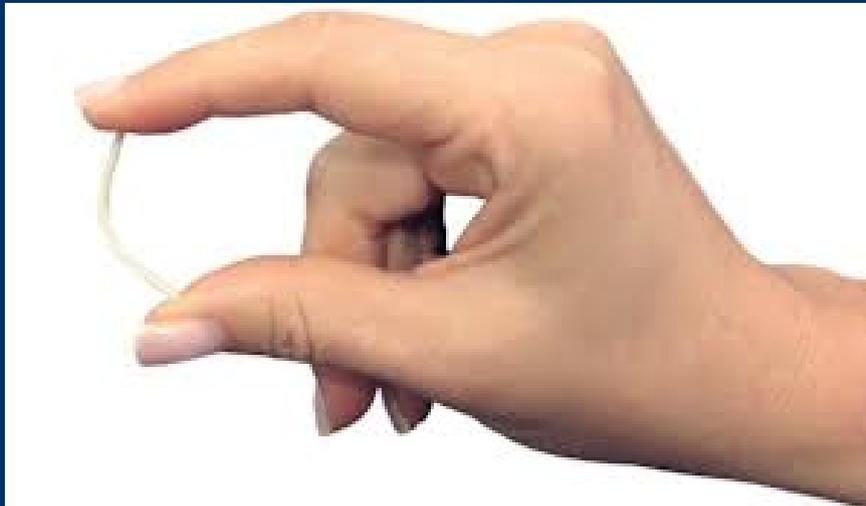
Può essere collocato sui glutei, sul braccio e spalla, sulla parte bassa dell'addome, tranne che sul seno.

Si utilizzano tre cerotti al mese, con cambio settimanale: ogni volta che si applica un cerotto nuovo, per evitare l'irritazione della cute, bisogna cambiare posizione.

- Il primo cerotto si applica il primo giorno del ciclo e, dopo tre settimane, si fa una settimana di pausa senza cerotto. Tutti i cerotti si applicano e si rimuovono lo stesso giorno della settimana.

# Contraccettivo sottocutaneo

## Impianto



Il contraccettivo sottocutaneo, a lungo termine, è a base di solo progestinico ed efficace per un periodo di 3 anni.

Trascorso questo termine, deve essere rimosso e può essere eventualmente subito sostituito con un nuovo impianto.

Il contraccettivo sottocutaneo inibisce l'ovulazione e l'aumento della viscosità della mucosa cervicale. È attivo sin dal primo giorno, e la sua efficacia supera il 99%, se inserito correttamente da personale medico, la sua azione è rapidamente reversibile.

# Contraccettivo sottocutaneo

## Impianto



Nello specifico, consta di un bastoncino morbido e flessibile, che viene inserito sotto la pelle del braccio dal ginecologo, ambulatorialmente, seguendo indicazioni specifiche. Per ridurre il fastidio in fase di inserimento e rimozione, viene somministrato un blando anestetico locale.

In qualunque momento la paziente cambi idea, l'impianto può essere immediatamente rimosso.

# Metodi di barriera: Preservativo

Permette di avere rapporti sessuali senza rischi di contrarre malattie a trasmissione sessuale (dal Trichomonas all'AIDS).

È una sottilissima guaina di gomma che avvolge completamente il pene in erezione evitando il contatto diretto con l'apparato genitale della donna influenzando in modo minimo sulla sensibilità di entrambi.

# Metodi di barriera: Preservativo

L'efficacia contraccettiva del profilattico dipende da un suo buon utilizzo. Deve essere messo sul pene in erezione prima di qualsiasi contatto con l'apparato genitale della donna e non al momento dell'eiaculazione, in quanto l'uomo, già all'inizio dell'erezione, può emettere alcune gocce di secrezione che potrebbero contenere degli spermatozoi.

L'uomo deve ritirare il pene dalla vagina prima che l'erezione cessi, per evitare che lo sperma refluisca fuori dal preservativo.

# DISPOSITIVI INTRAUTERINI

## I.U.D. O SPIRALE



È un piccolo oggetto in plastica, lungo 3-5 cm., (inserito dal ginecologo all'interno dell'utero attraverso il canale cervicale), di varie dimensioni, forme e materiali. La maggior parte è ricoperta da un sottile filamento di rame, alcune contengono del progesterone.

Lo I.U.D. rende difficile la penetrazione e la sopravvivenza degli spermatozoi e impedisce l'annidamento dell'ovocita sulla parete dell'utero.

L'inserimento è effettuato dal ginecologo durante il flusso mestruale, l'applicazione dura solo pochi minuti.

# DISPOSITIVI INTRAUTERINI

## I.U.D. O SPIRALE



All'estremità dello I.U.D. è attaccato un sottile filo di nylon che fuoriesce per un breve tratto dal canale cervicale.

Lo I.U.D. è in genere sconsigliato alle donne giovani che non hanno ancora avuto gravidanze sia perché l'inserimento è più doloroso, sia perché sono più frequenti crampi o dolori e soprattutto perché una infiammazione pelvica potrebbe compromettere gravemente la futura fertilità.