

Getnaðarvarnir eftir þungunarrof

Eftir þungunarrof getur egglos orðið strax 10 dögum síðar. Ný þungun getur því jafnvel orðið fyrir næstu blæðingar. Mælt er með að hefja notkun getnaðarvarna eins fljótt og hægt er eftir meðferð. Læknar kvenlækningadeildar veita gjarnan ráðgjöf um getnaðarvarnir og aðstoða við að finna getnaðarvörn sem hentar þér.

Eftirfarandi gildir um töku getnaðarvarna eftir þungunarrof:

- Ef þungunarrof er gert með útskafi úr legi er hægt að setja lykkju upp í aðgerðinni. Ef þungun er rofin með lyfjameðferð er lykkja oftast sett upp eftir fyrstu eðlilegu blæðingar. Í völdum tilfellum er hægt að gera það fyrr. Hringt er í síma 543-3224 og fenginn tími í lykkjuuppsetningu.
- Getnaðarvarnarstaf má setja inn í þungunarrofsaðgerð eða sama dag og þungunarrofslyfið Mifegyn er tekið. Það þarf að líða ein klukkustund milli þess að mifegyn er tekið og getnaðarvarnastafur er settur upp.
- Getnaðarvarnarhring má setja upp um leið og blæðingar minnka, á 2. eða 3. degi blæðinga.
- Getnaðarvarnarpillan er tekin sama dag og meðferð/aðgerð er gerð eða daginn eftir.
- Getnaðarvarnsprautuna má gefa strax eftir meðferð/aðgerð.

Á Landspítala er í boði ráðgjöf um getnaðarvarnir. Þar gefst kostur á að koma í viðtal, fá upplýsingar, ræða málin í fullum trúnaði og fá þá getnaðarvörn sem hentar best. Móttakan er staðsett á 1. hæð kvennadeildar Landspítala. Hægt er að panta tíma í ráðgjöf í síma 543-3224. Þjónustan er að kostnaðarlausu fram að tvitugu en greiða þarf lágmarksverð fyrir getnaðarvarnir.

Ráðgjöf um getnaðarvarnir:

Dagsetning _____ kl. _____

Hormónalykkja (Mirena)

Hormónalykkja er getnaðarvörn sem komið er fyrir inni í leginu og gefur frá sér prógesterónlíkt hormón í mjög litlu magni. Það veldur þykkun á slími í leghálsi og breytingu á legslímhúð og hindrar þannig frjóvgun. Lykkjan er sett upp hjá kvensjúkdómalækni á stofu eða á spítala við kvenskoðun.

- Mjög örugg getnaðarvörn.
- Telst örugg getnaðarvörn sjö dögum eftir uppsetningu.
- Virkar staðbundið í leginu, flestar konur eru með egglos mánaðarlega.
- Er langtíma getnaðarvörn sem nota má í allt að fimm ár.
- Blæðingar minnka meðan á notkun stendur. Blæðingar stoppa alveg hjá um 25% kvenna.
- Oftast óreglulegar blæðingar fyrstu þrjá til fjóra mánuðina eftir uppsetningu.
- Tímabundnar aukaverkanir eins og höfuðverkur, skapbreytingar, brjóstaspenna og bólur á húð geta komið fram.
- Hægt er að fjarlægja hvenær sem er á stofu hjá kvensjúkdómalækni eða heilsugæslu. Frjósemi er komin í venjulegt horf eftir 10 daga.
- Gagnleg fyrir konur með miklar blæðingar eða tíðaverki.
- Hentar vel við brjóstagiöf.

Koparlykkja

Koparlykkja er getnaðarvörn sem komið er fyrir inni í legi. Hún er úr plasti og kopar og inniheldur enga hormóna. Koparlykkjan kemur í veg fyrir að sáðfrumur nái að frjóvga egg og breytir legslímhúðinni þannig að ef egg frjóvgast festist það ekki í leginu.

- Hentar vel konum sem þola illa hormónalyf.
- Mjög örugg getnaðarvörn.
- Langtíma getnaðarvörn sem hægt er að hafa í allt að fimm ár.
- Áhrif lykkjunnar hverfa þegar hún er fjarlægð.
- Tíðablæðingar verða oft meiri en áður, einkum á fyrstu mánuðum eftir uppsetningu.
- Hentar ekki konum með ríkulegar blæðingar.
- Hægt er að fjarlægja hvenær sem er á stofu hjá kvensjúkdómalækni eða heilsugæslu.
- Hentar vel við brjóstagiöf.

Hormónastafur (Implanon)

Hormónastafur er 4 cm langur plaststafur sem komið er fyrir undir húð á innanverðum upphandlegg og er það gert í staðdeygingu. Hann inniheldur prógesterónlíkt hormón sem hindrar egglos og gerir slím í leghálsi þykkara. Hægt er að þreifa fyrir stafnum þar sem hann liggur undir húðinni. Stafurinn er fjarlægður í staðdeygingu.

- Öruggasta getnaðarvörnin á markaðnum í dag.
- Blæðingar minnka og hætta jafnvel. Óreglulegar blæðingar og blettablæðingar eru algengar í upphafi meðferðar.
- Endist í þrjú ár.
- Þegar stafurinn er fjarlægður eru áhrif hans horfin innan mánaðar.
- Mögulegar aukaverkanir geta komið fram eins og breyting á þyngd, höfuðverkur, skapbreytingar, brjóstaspenna og bólur í húð.

Samsett getnaðarvarnarpilla

Samsett getnaðarvarnarpilla er getnaðarvörn sem tekin er í 28 daga lotum. Annað hvort er tekin ein pilla á dag í 21 dag og síðan gert sjö daga hlé þar til byrjað er á næsta skammti eða tekin ein pilla á dag samfleytt í 28 daga, en síðustu sjö pillurnar eru óvirkar (án hormóna). Pillan inniheldur estrogenlíkt og prógesterónlíkt hormón. Ef pillan er tekin reglulega á svipuðum tíma dags kemur hún í veg fyrir egglos. Einnig verður slím í leghálsi þykkara og legslímhúð breytist, sem gerir frjónvgun og þungun ólíklegri. Öryggi minnkar ef gleymist að taka pilluna í meira en 12 klukkustundir frá þeim tíma sem hefði átt að taka hana. Einnig við uppköst, niðurgang eða töku ákveðinna lyfja s.s. sýklalyf. Þá þarf að nota aðrar getnaðarvarnir samhliða s.s. smökk meðan ástand varir og í sjö daga á eftir.

- Örugg getnaðarvörn ef tekin rétt.
- Blæðingar minnka og verða reglulegar.
- Á fyrstu mánuðum geta komið fram ógleði, brjóstaspenna og milliblæðingar, sem svo minnka eða hverfa. Skapsveiflur og hækkaður blóðþrýstingur geta komið fram.
- Konur sem reykja, eru með háan líkamsþyngdarstuðul, aukna hneigð til segamyndunar og eru að hefja getnaðarvarnarmeðferð í fyrsta sinn eftir 35 ára aldur eru í aukinni áhættu á að fá blóðtappa á meðferð.

Mini - pilla (prógesterón pillan)

Tekin er ein pilla daglega án hlés (28 töflur í pakkningu). Inniheldur prógesterónlíkt hormón. Ef pillan er tekin reglulega á sama tíma á hverjum degi verður slím í leghálsi þykkara þannig að sáðfrumur komast síður upp í legið. Einnig kemur hún oftast í veg fyrir egglos og legslímhúðin breytist, sem gerir frjóvgun og þungun ólíklegri. Öryggi minnkar ef gleymist að taka pilluna í meira en 12 klukkustundir frá þeim tíma sem hefði átt að taka hana. Einnig við uppköst, niðurgang eða töku ákveðinna lyfja s.s. sýklalyf. Þá þarf að nota aðrar getnaðarvarnir samhliða s.s. smokk meðan ástand varir og í sjö daga eftir.

- Öruggetnaðarvörn ef hún er tekin rétt.
- Blæðingar minnka og jafnvel hættu. Algengt að það séu einhverjar milliblæðingar.
- Getur haft vægar aukaverkanir eins og breytingar á þyngd, brjóstaspennum, bólur og höfuðverk.
- Hentug getnaðarvörn fyrir konur með barn á brjósti og fyrir konur yfir 35 ára aldri.

Getnaðarvarnarhringur

Getnaðarvarnarhringur er settur hátt upp í leggöng og kemur í veg fyrir egglos. Slím í leghálsi verður þykkara og legslímhúð breytist, sem gerir frjóvgun og þungun ólíklegri. Hann er hafður í 21 dag, þá tekinn út og gert sjö daga hlé (blæðingar) og svo settur upp nýr hringur. Óhætt er að setja strax upp nýjan hring til að sleppa blæðingum.

- Öruggetnaðarvörn, ein stærð hentar öllum konum.
- Flestar konur finna ekkert fyrir hringnum.
- Auðvelt er að setja hringinn inn í leggöng, finna hvort hann er rétt staðsettur og fjarlægja hann.
- Blæðingar minnka og verða reglulegar.
- Yfirleitt finnst ekki fyrir hringnum við samfarir. Hann má þó fjarlægja í allt að þrjár klukkustundir án þess að öryggi hans minnki. Ef hringurinn er tekinn út í lengri tíma er nauðsynlegt að nota aðrar getnaðarvarnir samhliða í sjö daga, s.s. smokk.

Getnaðarvarnasprauta

Lyfinu sem inniheldur hormónið prógesterón er sprautað í vöðva á þriggja mánaða fresti. Lyfið kemur í veg fyrir egglos og veldur því að slím í leghálsi þykknar þannig að sáðfrumur komast síður upp í leg og legslímhúð breytist.

- Örugg getnaðarvörn ef sprautur eru gefnar á réttum tíma.
- Ein lyfjagjöf í vöðva veitir vörn í þrjá mánuði í senn.
- Eftir nokkurra mánaða notkun minnka blæðingar og geta hætt meðan á notkun stendur.
- Blæðingar eru oftast óreglulegar.
- Mögulegar aukaverkanir eru breytingar á þyngd, höfuðverkur, bólur í húð, brjóstaspenna og skapbreytingar.
- Þegar hætt er að nota lyfið geta liðið mánuðir og allt upp í eitt ár þar til blæðingar verða reglulegar og eðlilegri frjósemi er náð.

Símanúmer

Móttökudeild kvenlækninga er opin virka daga kl. 08:00-16:00, sími: 543-3224

Utan þess tíma má hafa samband við kvenlækningadeild 21A í gegnum skiptiborð Landspítala í síma 543-1000. Ef um brátt ástand er að ræða er hringt í 112.

Vinsamlegast athugið að sjúkrahúsið getur ekki borið ábyrgð á peningum eða öðrum verðmætum svo sem sínum, tölvum o.fl. sem sjúklingar eða aðstandendur hafa meðferðis.

Athygli er vakin á því að starfsfólk og nemendur sjúkrahússins eru bundin þagnarskyldu og mega því ekki ræða um málefni sjúklinga á deildinni. Við viljum vinsamlegast biðja þig og aðstandendur þína að ræða ekki það sem þið kunið að verða vitni að eða heyrið um aðra sjúklinga.

Landspítali er kennsluspítali og nemendur í heilbrigðisfræðum og tengdum greinum stunda hluta af námi sínu á spítalanum. Nemendur fylgjast með og taka þátt í daglegri meðferð sjúklinga og eru alltaf á ábyrgð og undir handleiðslu leiðbeinenda sinna.
