

به نام خدا

# مکانیسم اثر:

- ۱- جلوگیری از تخمک گذاری
- ۲- تاثیر بر مخاط داخلی رحم
- ۳- ایجاد اشکال در ورود اسپرم به داخل رحم
- ۴- جلوگیری از لقاح از طریق تاثیر بر حرکات لوله های رحم

# مزیت ها

- اثربخشی بالا که در صورت مصرف صحیح ۹۸ درصد است
- منظم شدن، کاهش درد و خونریزی قاعدگی و کم خونی به دنبال قاعدگیها

- احتمال کاستن از بروز بیماریهای خوش خیم پستان
- نداشتن محدودیت سنی در استفاده از روش
- برگشت سریع باروری پس از قطع روش
- احتمال کاهش بروز کیست های تخمدانی

# مزیت ها

- افزایش تراکم استخوان ها
- کاهش بروز بیماریهای التهابی لگن
- کم شدن بروز سرطان های رحم و تخمدان
- احتمال کاهش بروز اندومتریوز
- احتمال کاهش آرتрит روماتوئید
- کاهش بروز حاملگی خارج از رحم

# معایب

- نامناسب بودن برای افراد فراموشکار
- نیازه تهیه بسته بلیستر جدید در هر دوره قاعدگی
- پیشگیری نکردن از بیماری های منتقله از راه تماس جنسی
- مناسب نبودن برای مادران شیرده در ۶ ماه اول بعد از زایمان

# موارد منع مصرف مطلق :

- شک یا اطمینان به وجود حاملگی
- در فاصله زمانی کمتر از سه هفته پس از زایمان در زنان غیر شیرده
- شک به وجود سرطان پستان، ابتلا و یا سابقه آن
- هر بدخیمی مشکوک یا شناخته شده وابسته به استروژن
- کارسینوم اندومتر
- خونریزی های رحمی بدون علت مشخص
- مصرف سیگار در افراد ۳۵ ساله و بالاتر
- بیماری فعال یا مزمن کبدی
  - اختلال کار واضح کبدی و یا هپاتیت ویرال
  - سابقه یرقان هم زمان با مصرف قرص
  - آدنوم یا کارسینوم کبد،
  - سیروز کبدی
  - تومورهای خوش خیم و بدخیم کبد،
  - شیستوزومیازیس با فیبروز شدید کبدی،

# موارد منع مصرف مطلق :

- ابتلا فعلی یا سابقه ترومبوفلیبیت وریدهای عمقی، اختلالات ترومبوآمبولیک و یا شرایط مستعد کننده این بیماری ها
- بیماری های دریچه ای قلب با عوارضی مثل افزایش فشارریوی، خطر فیبریلاسیون دهلیزی، سابقه اندوکاردیت تحت حادباکتریال و یا مصرف داروهای ضدانعقادی،
- بیماری عروق کرونر قلب، آنژین قلبی ( هر نوع درد جلوی قلب و پشت استرنوم)، سابقه این بیماریها یا شرایط مستعد کننده آنها

## بیماری سیانوتیک قلبی

### سکته مغزی

بیماری عروق مغزی یا سابقه این بیماری ها یا شرایط مستعد کننده آن ها،

دیابت با بیماری های عروقی، رتینوپاتی

فشارخون بالا (۱۶۰/۱۰۰ میلی متر جیوه و بالاتر)،

سردرد راجعه شامل میگرن با علائم عصبی موضعی،

مادران شیردهی که از زایمان آن ها کمتر از شش ماه می گذرد،

آنژین قلبی ناپایدار ((Unstable Angina).

دیس لیپید می (بخصوص هیپرلیپید می پروتئینی نوع II)

شرایط نیازمند به بی حرکتی کامل (باید مصرف قرص از ۲۸ روز قبل از عمل جراحی تا پایان دوره بی حرکتی پس از عمل، قطع شود- دادن هشدار قبل و بعد از عمل جراحی بزرگ ضرورت دارد).

سابقه هر بیماری مرتبط با مصرف OCP مثل: کره، فشارخون بالا، پانکراتیت حاد، پمفیگویید حاملگی، سندرم استیون- جانسون، TTP, HUS.

## موارد منع مصرف نسبی:

- فشار خون بین ۹۰/۱۴۰ تا ۱۶۰/۱۰۰
- نئوپلازی داخل اپیتلیومی تا شدید سرویکس
- خانمهای سیگاری بالای ۳۵ سال با مصرف کمتر از ۱۵ نخ سیگار یا کمتر از ۳۵ سال با مصرف بیش از ۱۵ نخ سیگار در روز
- افسردگی خیلی شدید



## ادامه موارد منع مصرف نسبی:

- مصرف دارو برای اپی لپسی بجز والپروئیک اسید مصرف ریفامپین یا گریزوفولوین
- مشکلات گوارشی که جذب قرص را مختل کند
- واریس بدون سابقه ترومبو فلیبیت
- میگرن بدون علائم عصبی

# زمان شروع استفاده از قرص

- شروع قرص برای بار اول در پنج روز اول قاعدگی و برای اطمینان بیشتر روز اول و استفاده از روش کمکی لازم نیست (تری فازیک هم همین طور)
- منع مصرف مطلق برای زنان شیرده در شش ماه اول
- مادران غیر شیرده سه هفته پس از زایمان می توانند آغاز کنند
- بلافاصله در پنج روز اول سقط
- کاربران سایر روشها در صورت تمایل به استفاده از قرص:
- - در صورت ترک در ۵ روز اول قاعدگی، قرص را میتوان بلافاصله شروع کرد
- در غیر این صورت، استفاده از کاندوم تا زمان قاعدگی و شروع قرص در پنج روز اول قاعدگی (استفاده کنندگان لاینسترنول و آمپول که آمنوره دارند به ترتیب بشرط استفاده صحیح و زمان تزریق آمپول سپری نشده باشد هم مجازند)

# عوارض شایع و نحوه برخورد با آن

➤ افزایش وزن: دلایل آن تجمع مایعات در بدن به دلیل اثر پروژسترون ، افزایش اشتها و به دنبال آن افزایش مصرف مواد غذایی است. افزایش وزن با ورزش منظم و رژیم غذایی متعادل بهبود می یابد.

لکه بینی و خونریزی بین معمولاً در مدت ۲-۳ ماه اول مصرف مشاهده شده و می تواند ناشی از فراموشی قرص نیز باشد. در این صورت توصیه به مصرف مرتب قرص و سعی در فراموش نکردن مصرف مرتب آن ، اقدام اصلی خواهد بود. برای آگاهی از شیوه حل این مشکل به تذکرهاي حين مصرف مراجعه شود.

➤ حساسیت پستانها: با رعایت توصیه های بهداشتی رفع ، در غیر این صورت ارجاع به متخصص زنان

# عوارض شایع و نحوه برخورد با آن

- سردردهای غالباً با مسکن های معمولی برطرف می شود. سردرد های شدید و یا سردردهایی که با فشار خون بالا ، علائم عصبی یک طرفه و یا اختلالات بینایی همراه باشد ، از علائم هشدار بوده و باید ارجاع فوری به متخصص مربوطه و تغییر روش را به دنبال داشته باشد.
- تهوع : خوردن قرص در هنگام خواب و یا همراه با غذا، راهی موثر برای کاهش شدت تهوع های خفیف و قابل تحمل خواهد بود. درمان موقت تهوع برای ۲-۳ ماه اول با داروهای ضد تهوع (مثل شیبی یک قرص ویتامین B6 ) نیز امکان پذیر است. خوردن قرص در صورت تهوع شدید و غیر قابل تحمل ادامه نخواهد یافت.
- حساسیت پستان ها : با رعایت توصیه های بهداشتی مانند استفاده از پستان بند های محکم و مسکن های معمولی ، استفاده از کمپرس سرد یا گرم رفع می گردد. اگر مشکل ادامه یابد، فرد به ماما، پزشک ارجاع خواهد شد.

# هشدارها و چگونگی برخورد با آنها

- درد شدید در قسمت بالای شکم
- درد قفسه سینه و یاتنگی نفس یا سرفه با خلط خونی
- تورم یا درد شدید در یک پا
- مشکلات چشمی (تاری دید، دوبینی و کوری)
- سردرد غیر معمول (سردرد شدید و یا ضربانی و یا سردرد در یک طرف سر)



فرصت‌های منیجریایی

# مزیت ها

- نداشتن اثر منفی بر کمیت و کیفیت شیر مادر،
- افزایش مدت زمان شیردهی،
- قابل استفاده در مادران شیرده با موارد منع مصرف استروژن (فشار خون، لوپوس، میگرن، افراد سیگاری بالای ۳۵ سال، افراد مبتلا به اختلال تحمل گلوکز،
- عدم نیاز به قطع روش قبل از عمل جراحی.



# عیب ها

- مصرف روزانه، راس ساعت معین.
- در غیر این صورت:  
احتمال افزایش شکست روش  
(به ویژه در مادران شیردهی  
که قاعدگی آن ها باز گشته  
است.)

# زمان شروع استفاده از مینی پیل:

## ● مادران شیرده :

(۱) قاعده نشدن و تغذیه انحصاری : ۶ هفته پس از زایمان

(۲) قاعده شدن و تغذیه انحصاری: مصرف قرص دریکی از پنج روز اول و ترجیحا روز اول

(۳) به دنبال قطع يك روش: اگر کمتر از شش ماه از زایمان وی گذشته است بلا فاصله پس از قطع روش

- فراموشی یک قرص: تا ۳ ساعت مساله ای نیست با تاکید بر رعایت مصرف در ساعت مقرر،
- فراموشی یک قرص: بیش از ۳ ساعت، خوردن قرص فراموش شده و مصرف قرص بعدی در ساعت همیشگی همراه با ۲ روز استفاده از کاندوم در صورت نزدیکی،
- فراموشی دو قرص (۲ روز): خوردن قرص ها یکجا و استفاده از يك روش مکمل دیگر تا ۷ روز (در صورت داشتن نزدیکی محافظت نشده در دو روز گذشته، استفاده از EC و در صورت قاعده نشدن در مدت ۴-۶ هفته پس از فراموشی ، بررسی بارداری لازم است.

- فراموشی بیش از دو قرص و داشتن نزدیکی محافظت نشده در عرض ۷۲ ساعت اخیر:  
تجویز EC و مشاوره برای انتخاب یک روش مناسب دیگر در صورت مصرف نکردن قرص و گذشت بیش از ۷۲ ساعت از نزدیکی محافظت نشده، بررسی بارداری ضروری است.

# نکته ها

- ضمن ارائه خدمت قرص هاي پيشگيري از بارداري حداكثر ۴ عدد کاندوم در اختيار متقاضي قرار گيرد (جهت فراموشي)
- آمنوره :يك دوره مشکلي ندارد ولي دو دوره آمنوره متوالي بررسي حاملگي
- استفراغ به فاصله ۱-۲ ساعت : تکرار ولي از يك بسته ديگر و در صورت تداوم استفراغ و يا اسهال شديد ضمن مصرف قرص در زمان مقرر روش کمکي آغاز و استفاده از آن تا يك هفته پس از اتمام بيماري ادامه خواهد يافت



# با تشکر از حسن توجه شما



زمستان ۱۳۸۶  
واحد سلامت خانواده و جمعیت