**CÂTE CEVA DESPRE CONTRACEPŢIE**

Copiii sunt o minune şi fiecare cuplu îşi doreşte să aibă copii. Există, însă, situaţii în care cuplurile apelează, pentru o perioadă de timp, la o metodă de contracepţie sau alta.

Deşi pare mai comod să discuţi cu o prietenă sau cu cineva care a mai folosit o metodă contraceptivă, recomandat este să te adresezi medicului pentru stabilirea metodei contraceptive pentru tine. Medicul este cel care trebuie să prescrie anticoncepţionalele, astfel încât să ia în considerare şi situaţiile în care nu este potrivită utilizarea uneia sau altei metodă de contracepţie.

Dintre neajunsuri, trebuie avut în vedere costul, faptul că nu oferă protecţie împotriva infecţiilor cu transmitere sexuală, precum şi efectele asupra sănătătii. Există efecte asupra sănătăţii despre care trebuie să discuţi cu medicul tău ginecolog sau cu un medic de la cabinetul de planificare familială.

Alegerea contraceptivelor orale poate depinde şi de următorii factori:

* Simptomele din timpul menstruaţiei
* Sănătatea cardiovasculară
* Bolile cronice
* Anumite medicamente care ar putea reduce din eficacitatea anticoncepţionalelor. În acest caz, este recomandat să vorbeşti cu medicul despre combinarea contraceptivelor cu alte medicamente, suplimente alimentare sau produse naturiste.

Cum se administreaza anticoncepţionalele

Administrarea de anticoncepţionale porneşte de la o discuţie cu medicul ginecolog sau cu un specialist în planificare familiala. De regulă, se recomandă anticoncepţionalele combinate şi, în cazuri rare, variantele monohormonale. În acest context, este bine de ştiut că există folii care acoperă cicluri menstruale de 21 de zile, de 24 de zile sau de 28 de zile. Unele anticoncepţionale vin şi cu regimuri mai extinse, motiv pentru care este recomandat să se solicite părerea unui specialist, mai ales în situaţiile când ciclul menstrual nu este regulat (la 28 de zile).

Trebuie să iei câte o pastila în fiecare zi, în jurul aceleiaşi ore.

În general, poţi începe să iei pilula contraceptivă în orice moment al ciclului menstrual. Există menţiuni speciale dacă abia ai născut, ai avut un avort sau ai pierdut sarcina, însa aceste lucruri variază de la caz la caz şi le poti afla de la ginecolog.

Folosirea anticoncepţionalelor poate creşte riscul de:

* Cheaguri de sange
* Tromboză
* Atac de cord
* Atac vascular cerebral
* Embolism pulmonar.

La majoritatea femeilor, astfel de probleme de sănătate nu apar. Ele sunt mai comune:

* Femeilor supraponderale sau obeze
* Persoanelor hipertensive
* Celor imobilizate la pat.

## Care sunt contraindicaţiile folosirii anticoncepţionalelor

* În sarcină
* Dacă ai avut accident vascular cerebral
* Dacă ai tromboflebită sau afecţiuni tromboembolice
* Dacă ai hipertensiune arterială
* Dacă ai avut infarct miocardic
* Dacă suferi de afecţiuni hepatice
* Dacă ai o tumoră hepatică benignă
* Dacă ai cancer de sân sau ai istoric de cancer de sân
* Dacă ai hemoragii de origine neidentificată
* Dacă ai peste 40 de ani sau peste 35 de ani şi esti fumătoare. Efectele fumatului de a forma cheaguri de sânge se însumează cu acelaşi tip de efcte ale contraceptivelor şi creşte riscul.

În alte cazuri, anticoncepţionalele pot fi administrate, însă atrag după sine un risc mai mare de complicaţii sau intensificarea simptomelor. Aici intră:

* Litiaza biliarăa
* Fibromul uterin
* Afecţiunile renale
* Afecţiunile cardiovasculare
* [Diabetul zaharat](https://www.reginamaria.ro/articole-medicale/analize-pentru-depistarea-diabetului)
* Alăptarea
* Depresia severă.