

AİLE PLANLAMASINDA KULLANILAN YÖNTEMLER HORMONAL YÖNTEMLER-2

Dr. Öğr.Üy. İlknur M. Gönenc

GEÇEN HAFTANIN KISA TEKRARI

- KOK
- MİNİ HAPLAR

HORMONAL YÖNTEMLER DEVAM

AYLIK İĞNELER

- Düzenli olarak ayda bir kez enjeksiyon şeklinde uygulanmaktadır.
- İçerisinde kadınlık hormonları olarak bilinen östrojen ve progesteron bulunmaktadır.
- Ayda bir kez yapılan bu iğnelerin içerdiği hormonlar çok küçük miktarlarda kana salınmakta ve koruma sağlanmaktadır.

OLUMLU YÖNLERİ

- Doğru ve düzneli olarak kullanıldığında koruyucuk oranı çok yüksektir. (%99)
- Adet düzeninde 3 aylık iğnelere göre daha az değişiklik yapar.
- Cinsel ilişkiyi kesintiye uğratmaz.

OLUMSUZ ÖZELLİKLERİ

- İlk aylarda ara kanama yapabilir.
- Baş ağrısı, baş dönmesi, memelerde hassasiyet ve kilo artışına neden olabilir.
- Anne sütünün miktarını azaltıp, kalitesini bozar.
- Her ay iğne yaptırmak gerekir.
- Cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı koruma sağlamaz.

BU YÖNTEMİ KİMLER KULLANABİLİR

- Ayda bir düzenli olarak iğne yaptırabilecek olanlar,
- Emzirmeyen kadınlar (doğumdan 3-4 hafta sonra)
- Adet düzensizliği olmasından rahatsızlık duymayacak kadınlar

Dikkat!

- Aylık iğnelerin ilk yapılışından sonraki adet kanaması 15-20 gün sonra olur.
- İğneyle korunan kişilerde;
- Şiddetli karın ağrısı,
- Şiddetli göğüs ağrısı, öksürük, nefes darlığı,
- Şiddetli baş ağrısı, Bulanık görme, Şiddetli bacak ağrısı, Sarılık,
- Aşırı adet kanaması varsa derhal bir sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.

YAN ETKİLER

- Kanama düzensizlikleri
- Baş ağrısı, baş dönmesi
- Halsizlik
- Memelerde gerginlik ve ağrı
- Kilo artışı

Kullanımı:

- Kombine enjekte kontraseptifleri tercih eden kadınlarda yöntemi ilk uygulama; adet gören kadınlarda adetin ilk 7 günü içinde olmalıdır.
- Doğum sonrası dönemde eğer kadın emziriyorsa, doğum sonrası 6 aydan sonra; emzirmiyorsa doğum sonrası 3-4. haftada uygulanabilir.
- Düşük sonrası hemen ya da ilk 7 gün içinde ilk enjeksiyon yapılmalıdır.
- Sonraki enjeksiyon, kanamanın durumuna bakılmaksızın ilk enjeksiyondan 30 gün sonra uygulanmalıdır. İkinci ve daha sonraki enjeksiyonlar daha önceden saptanan enjeksiyon tarihinden 3 gün önce ya da 3 gün sonra yapılabilir.
- Enjeksiyondan sonra kullanıcıya bir sonraki enjeksiyon tarihi mutlaka hatırlatılmalıdır.



3 AYLIK KORUYUCU İĞNE

- Düzenli olarak 3 ayda bir kez olarak enjeksiyon olarak uygulanmaktadır.
- İçerisinde sadece progesteron hormonu bulunmaktadır.
- Enjeksiyon olarak uygulanan hormon çok küçük miktarlarda kana salınmaktadır.

OLUMLU YÖNLERİ

- Doğru ve düzenli olarak uygulandığında koruyucuk oranı yüksektir (%99).
- Östrojen kullanamayan kadınlar içinde uygundur.
- Rahim ve yumurtalık kanserine karşı koruyucudur.
- Cinsel ilişkiyi kesintiye uğratmaz.
- Emziren anneler kullanabilir.

Nasıl Korur?

- Rahim ağızındaki salgıyı koyulaştırarak erkek tohum hücrelerinin (spermlerin) rahmin içine geçmesini önler.
- Kadının yumurtlamasını engeller.

OLUMSUZ ÖZELLİKLERİ

- Adet kanamalarında artma, azalma, kesilme ve lekelenme yapabilir.
- Doğurganlığın geriye dönüşü gecikebilir.
- Hemen bırakılamaz.
- Cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı koruma sağlamaz.

KİMLER TARAFINDAN KULLANIMI UYGUNDUR

- 16 yaşından büyük her yaşta kadın için,
- Emziren kadınlar (6 haftadan sonra) için
- Henüz kürtaj olmuş veya kendiliğinden düşük yapmış olan kadınlar (ilk 7 gün içinde) için
- Adet düzensizliği ve amenoreden rahatsızlık duymayacak kadınlar için

KİMLER TARAFINDAN KULLANIMI UYGUNDUR-2

- Östrojen hormonu içeren yöntemleri kullanmayanlar
- Tüberküloz (verem) veya epilepsi (sara) tedavisi görmekte olanlar
- HIV ve AIDS olup antiretro viral tedavi olanlar

Kimler İçin Uygun Deęildir?

- Meme kanseri, tanısı ya da şüphesi olanlar
- Nedeni bilinmeyen vajinal kanaması olanlar
- Karacięer hastalığı olanlar (hastalık devam ettiği sürece)
- Kalp krizi ve fel geçirmiş olanlar

Kimler İçin Uygun Deęildir?-2

- Damar tıkanıklığına bağlı kalp hastalığı (koroner arter hastalık) ve ağır hipertansiyonu olanlar
- 20 yıldan uzun süredir göz, böbrek veya sinir sistemi hasarıyla birlikte şeker hastalığı (diyabet) olanlar
- Hipertansiyonu olanlar

KULLANIMI

- Etkili kontrasepsiyon sağlanması için ilk enjeksiyon adet kanamasının ilk 5 günü içinde yapılmalıdır.
- Bu dönemde yapılmamış ise 2 hafta süre ile ek korunma yöntemi kullanılmalıdır.
- Bir sonraki enjeksiyon 3 ay ya da 2 ay sonradır.

- Doğum sonrası kadın emziriyorsa ilk enjeksiyon 6. hafta sonunda yapılmalıdır, emzirmiyorsa ilk enjeksiyon doğumdan 3-4 hafta sonra yapılabilir.
- Düşükten hemen sonra ya da ilk 7 gün içinde enjeksiyon yapılabilir.

YAN ETKİLERİ

- Düzensiz kanama
- Memelerde hassasiyet
- Kilo artışı
- Depresyon



Dikkat!

3 aylık iğne kullananlarda

- ◆ İğne yerinde ağrı ya da kızarıklık, +Aşırı adet kanaması,
- ◆ Şiddetli baş ağrısı,
- ◆ Şiddetli karın ağrısı olursa, derhal bir sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.

TEŞEKKÜRLER

Kaynaklar

1. Family Planning, Contaception, <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/family-planning-contraception>
2. Akyıldız, N. 2000. Ana ve Çocuk Sağlığı I- II. Ya-pa Yayınları, İstanbul
3. Bridge D.Emergency contraception: Focus on thefacts. JAAPA Journal of the american academy of physician assistants 2016; 29:20-24.
4. Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Ulusal Stratejiler ve Eylem Planı 2005 - 2015. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı; 2010: 17
5. <https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/a%C3%A7sap36.pdf>
6. Skouby SO. Contraceptive use and behavior in the 21st century: a comprehensive study across five Eur opean countries. Contrasept Reprod Health Care 2004 ;9: 57 - 68.
7. T.C. Sağlık Bakanlığı, Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Genel Müdürlüğü. Ulusal Aile Planlaması Hizmet Rehberi, Cilt I Aile Planl aması ve Ü reme Sağlığı . Ankara : 2000
8. Türkiye nüfus ve sağlık araştırması 2018 Hacettepe Üniversitesi Nüfus Etütleri Enstitüsü http://www.hips.hacettepe.edu.tr/tnsa2018/rapor/TNSA2018_ana_Rapor.p
9. WHO (World Health Organization) Erişim adresi: http://www.who.int/reproductivehealth/topics/family_planning/en/index.html.