

## KONTRACEPSIONI EMERGJENT



Ali Krasniqi

Doktor i Mjekësisë

Kontracëpsioni emergjent (KE) përdoret për të ndaluar një shtatzëni të padëshiruar pas marrëdhënies seksuale të pambrojtura. Ky lloj i kontracëpsionit është i dobishëm pas marrëdhënies seksuale pa përdorur asnjë metodë parandaluese kontracëptive, për shembull kur kenë harruar ta merrni pilulën tuaj të zakonshme kontracëptive për disa ditë, ose nëse prezervativi (kondomi) është prishur gjatë marrëdhënies seksuale.

Kontracëpsioni emergjent është një dozë e përqendruar e kontracëptivëve oralë që merret në një ose në dy doza për 12 orë. Pilulat kontracëptive emergjente (PKE) mund të parandalojnë shtatzëninë deri në 72 orë (tre ditë) pas marrëdhënies seksuale të pambrojtura. Studimet kanë treguar se edhe nëse pilulat e KE merren deri në 120 orë (5 ditë) pas marrëdhënies seksuale të pambrojtura, ato mund të parandalojnë shtatzëninë. Megjithatë, janë më efektive brenda 24 orëve të para. Sa më shpejt të përdoren PKE, aq më të mëdha janë gjasat për të parandaluar shtatzëninë. Kontracëpsioni emergjent nuk mbron nga sëmundjet seksualisht të transmetueshme.

Pilulat kontracëptive emergjente (PKE) shpeshherë quhen "pilulat e pas mëngjesit", edhe pse nuk duhet të merren çdo herë në mëngjes pas seksit të pambrojtur për të ndaluar shtatzëninë, por mund të merren në çdo kohë të ditës, dhe "kontracëptivë oral postcoital".

Cilat janë llojet e kontracëpsionit emergjent?

Ka tri opsione të disponueshme të kontracëptivëve emergjentë:

- Pilulat kontracëptive emergjente (PKE-LNG) që përmbajnë hormonin e quajtur Levonorgestrel (LNG): 1.5 mg LNG në një pilulë të vetme ose në 2 pilula prej 0.75 mg.
- Pilulat kontracëptive emergjente që përmbajnë Ulipristal acetate (UPA): 30 mg UPA në një pilulë të vetme.
- Pajisja kontracëptive intrauterine që përmban bakër (IUCD)-spiralja.

Mekanizmi i veprimit

Mekanizmi i veprimit për të dy kontracëptivët LNG dhe UPA është ndërhyrja në procesin e ovu-

lacionit. [ 9,10] Nëse merret përpara se të fillojë rritja e hormonit luteinizues para ovulacionit, LNG mund të pengojë rritjen, duke penguar zhvillimin e folikulave, dhe maturimin dhe/ose lirimimin e qelizës vezë. UPA ka treguar se parandalon ovulacionin si përpara ashtu edhe pas fillimit të rritjes, duke vonuar këputjen e folikulave për të paktën pesë ditë. [10,11] Ovulacioni nuk parandalohet nëse LNG ose UPA administrohen në ditën e pikut të hormonit luteinizues. Ato nuk shkaktojnë abort, por thjeshtë ndalojnë nga ngelja shtatzënë. Tek femrat të cilat janë shtatzënë pilulat kontracëptive emergjente nuk do të funksionojnë dhe nuk do të shkaktojnë ndonjë dëm tek fetusit i tyre. Edhe pse kontracëpsioni emergjent është shumë efektiv, nuk mund të parandalojë 100% të shtatzënieve të padëshiruara.

**Pilula kontracëptive emergjente me Levonorgestrel (PKE-LNG)**

Ky kontracëpsion emergjent përbëhet nga dy pilula (figura 1.). Pilula e parë mund të merret deri në 96 orë (4 ditë) pas marrëdhënies të pambrojtura, edhe pse funksionon më mirë nëse merret brenda 72 orëve (3 ditëve) të para pas seksit të pambrojtur. Pilula e dytë duhet të merret saktësisht 12 orë pas të parës. Disa medikamente (si medikamentet e epilepsisë) mund ta zvogëlojnë efektivitetin kontracëptiv të kësaj pilule. Gjithashtu, nëse paraqiten të vjella brenda 2 orëve nga marrja e tabletës, ky kontracëptiv nuk do të ketë efekt mbrojtës. Nëse paraqiten të vjella, do të duhet të merret një tabletë e dytë. Është shumë e pazakontë që gratë të kenë efekte anësore nga këto pilula. Herë pas here mund të paraqitet nauzea (të përzierat) ose të ketë fyrrerje të barkut pak kohë pas marrjes së kësaj forme të kontracëptivit emergjent. Ky lloj kontracëpsioni emergjent parandalon rreth 85% të shtatzënieve.

**Pilula kontracëptive emergjente me Ulipristal**

Kjo është një tabletë e vetme që mund të merret deri në 120 orë (5 ditë) pas marrëdhënies seksuale të pambrojtur. Është shumë e pazakontë që gratë të kenë efekte anësore nga Ulipristal. Herë pas here pacientet femra mund të kenë nauzea (të përziara), dhimbje koke ose dhimbje barku për një kohë të shkurtër. Menstruacioni i parë pas marrjes së Ulipristal mund të jetë pak më i dhimbshëm se zakonisht. Nëse vjellni brenda 3



Figura 1. Pilula kontracëptive emergjente me Levonorgestrel (PKE-LNG) (<http://www.myhealth.gov.my/en/tablet-levonorgestrel-0-75-mg>)

orëve nga marrja e kësaj pilule, duhet të merret një dozë tjetër. Ky lloj kontrceptivi është më shumë efektiv (parandalon më shumë shtatzëni) sesa PKE-LNG.

Ulipristal nuk është i përshtatshëm për gratë që janë gjdhënese, pasi do të duhet ta nxjerrin (mbjelin) dhe hedhin qumështin e gjirit një javë pas marrjes së tabletës. Gratë gjdhënese të cilat duhet të përdorin kontrceptiv emergjent preferohet të përdorin pilulat që përmbajnë levonorgestrel (figura2.).



Figura 2. Pilula kontrceptive emergjente me Ulipristal (<https://www.your-life.com/en/your-questions/emergency-contraceptives>)

Pajisja kontrceptive intrauterine (IUCD) - spiralja

Vendosja e një IUCD-je (spiraleje) në mitër është një formë shumë efektive e kontrceptionit emergjent. Spiralja (IUCD) ka një tel të vogël bakri rreth saj dhe quhet IUCD e bakrit. Një IUCD mund të vendoset në mitër deri në 72 orë (5 ditë) pas marrëdhënies seksuale të pambrujtur. Është 99% efektive në parandalimin e shtatzënisë. Një IUCD mund të vendoset vetëm nga një mjek gjinekolog. Ky lloj kontrceptivi emergjent është ide e mirë për femrat që kanë fëmijë e që duan kontrception afatgjatë. Spiralja (IUCD) mund të lihet në mitër për 5 ose 10 vjet në varësi të llojit të IUCD-së.

IUCD-të nuk janë aq të përshtatshme për gratë e reja që nuk kanë pasur fëmijë pasi mund të jenë më të vështira për t'u vendosur. Ato gjithashtu nuk këshillohen për femrat që kanë shumë partnerë seksualë pasi që kjo rritë rrezikun për SST. Është e rëndësishme që të mos merret ndonjë infeksion seksualisht i transmetueshëm (SST) si klamidia kur femrat kanë të vendosur spiralen sepse infeksioni përhapet shpejt në mitër dhe në tubat uterine.

Efektet anësore

Pilulat e kontrceptivit emergjent (PKE) janë jashtëzakonisht të sigurta. Asnjë vdekje apo ndërlikim serioz nuk është lidhur shkakësisht me përdorimin e PKE-ve. Sipas Kriterëve të Përshtatshmërisë Mjekësore

për Përdorim Kontrceptiv (MEC) të Organizatës Botërore të Shëndetësisë (OBSh), botimi i pestë, nuk ka situata në të cilat rreziqet e përdorimit të PKE-LNG ose UPA ose regjimi i kombinuar hormonal i tejkalojnë përfitimet.

Efektet anësore përshkruhen si më poshtë:

- Gjakderdhje e çrregullt vaginale,
- Nauze dhe të vjella,
- Simptoma të tjera që mund të shfaqen tek përdoruesit e PKE-UPA përfshijnë dhimbje koke, dhimbje barku, ndjeshmëri të gjirit, marramendje ose lodhje.

Përdorimi i kontrceptivëve emergjentë tek adoleshentët dhe nënat gjdhënese:

Qasja e adoleshentëve në PKE nuk duhet të kufizohet nga shqetësimet klinike ose programatike. PKE-të janë të sigurta për të gjitha gratë, pavarësisht nga mosha. Adoleshentët nuk vuajnë nga shkalla më e madhe e efekteve anësore dhe janë në gjendje të kuptojnë etiketën dhe udhëzimet e tjera.

Një grua që ka më pak se gjashtë muaj pas lindjes, dhe ushqen fëmijën me gji, që nuk ka pasur një periudhë menstruale që nga lindja nuk ka gjasa të jetë në ovulacion dhe për këtë arsye nuk ka nevojë për pilula kontrceptive emergjente. Megjithatë, një grua që nuk i plotëson këto kritere mund të jetë në rrezik për shtatzëni. OBSh-ja deklaroi se levonorgestrel nuk është kundërrinduar gjatë laktacionit dhe se regjimi me UPA në përgjithësi mund të përdoret nga gratë gjdhënese, por si masë paraprake, ajo nuk duhet të ushqejë fëmijën me gji për një javë dhe në vend të kësaj duhet ta mbjellë dhe ta hedhë qumështin e saj të gjirit.

Pyetje të shpeshta:

- Si mund të merren pilulat kontrceptive emergjente? Pilulat kontrceptive emergjente (PKE-LNG) mund të jepen nga mjeku juaj, shumica e farmacive, ose klinika më e afërt e planifikimit familjar. Nuk ka nevojë për recetë të mjekut për të marrë kontrceptivët emergjentë. Herë pas here ndodh që farmacia nuk i disponon këto pilula – nëse ndodh kjo, thjesht shkoni te një farmaci tjetër.

- Çfarë do t'ju pyesë farmacisti? Pyetjet që do të bëjë farmacisti juaj janë të rëndësishme që ai/ajo të dijë për shëndetin dhe sigurinë tuaj.

- Sa kohë më parë ka qenë seksi i pambrujtur? Kështu që ata mund të jenë të sigurt se pilulat kontrceptive emergjente do të funksionojnë ende për ju.

- Nëse keni ndonjë problem tjetër shëndetësor - Kështu që ata e dinë se është e sigurt

për ju që ta merrni PKE-në.

- Nëse merrni barna të tjera- Këtu përfshihen barnat që mjeku ju ka përshkruar dhe secila nga barnat që keni blerë në një farmaci ose supermarket. Kështu që ata mund të jenë të sigurt që barnat nuk do të ndalojnë veprimin e PKE-së.

- Çfarë përdorni zakonisht si kontrceptiv?

- Kur keni pasur periodat për herë të fundit dhe nëse keni ndonjë gjakderdhje të çrregullt ose të pazakontë? Për t'u siguruar që nuk jeni tashmë shtatzënë.

- Farmacistët mund të pyesin nëse keni ndonjë simptomë si dhimbje gjatë urinimit, temperaturë, sekrecione vaginale, dhimbje në pjesën e poshtme të barkut, ose dhimbje gjatë marrëdhënies seksuale. Kjo siguron që ju të mos keni nevojë të vizitoni një mjek për të kontrolluar nëse keni një infeksion apo probleme të tjera.

- Si do të jetë periudha e menstruacioneve të ardhshme pas marrjes së PKE-së? Menstruacioni i ardhshëm duhet të jetë mjaft normal. Herë pas here pilulat kontrceptive emergjente mund të shkaktojnë gjakderdhje të çrregullta. Megjithatë, është e rëndësishme që të mos harroni se asnjë PKE nuk është 100% efektive, kështu që nëse menstruacionet janë 7 ditë me vonesë, duhet të bëni një test të shtatzënisë dhe duhet ta vizitoni mjekun tuaj.

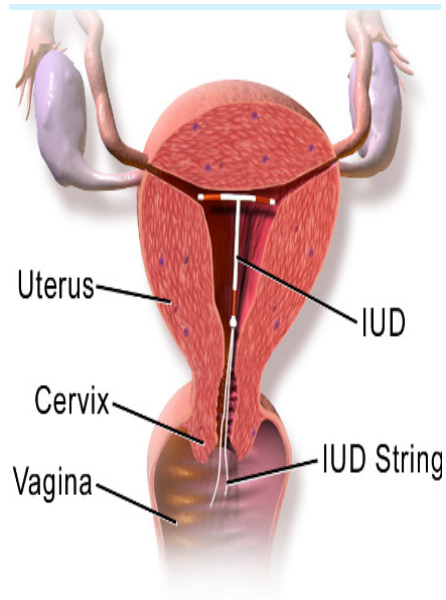


Figura 3. Pajisja kontrceptive intrauterine (IUCD) – spiralja ([https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blausen\\_0585\\_IUD.png](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blausen_0585_IUD.png))

Ju gjithashtu duhet të vizitoni mjekun tuaj nëse:

- Menstruacioni juaj është më i shkurtër ose më i gjatë se zakonisht.
- Ju keni njolla ose gjakderdhje të çrregullta.
- Keni dhimbje në pjesën e poshtme të abdomenit (barkut).
- Kjo mund të jetë një shenjë e shtatzënisë ek-topike, e cila është shtatzëni që rritet në tub në vend të mitrës. Kjo mund të jetë e rrezikshme për ju dhe kërkon kujdes mjekësor urgjent.
- Keni temperaturë ose rrjedhje vaginale ose jeni të shqetësuar se mund të keni një sëmundje seksualisht të transmetueshme (SST).
- Kur mund të marr kontrceptivin tim të zakonshëm përsëri? Nëse keni marrë PKE-LNG, atëherë mund të vazhdoni pilulën tuaj të zakonshme kontrceptive. Nëse keni marrë Ulipristal, atëherë nuk duhet të merrni pilulën tuaj të zakonshme kontrceptive (kjo përfshin OCP-në e kombinuar, mini-pilulat dhe unazën vaginale) për 5 ditë dhe këshillohet që urop përdorni prezervativë kur bëni seks deri në menstruacionin e ardhshëm.
- Po sikur të mos përdor zakonisht kontrceptivë? Është e mundur të përdoret kontrceptivë emergjent më shumë se një uro edhe në një cikël dhe nuk do ndikojnë në shëndetin tuaj ose shanset tuaja për të pasur një fëmijë në të ardhmen.

## Referencat:

1. Emergency contraception [Internet]. World Health Organization. World Health Organization; 2018 [cited 2018Feb1]. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs244/en/>
2. Emergency contraception (2018).
3. European public assessment report (EPAR) for ellaOne [Internet]. European Medicines Agency; 2018 [cited 2018May20]. Available from: [http://www.ema.europa.eu/ema/index.jsp?curl=pages/medicines/human/medicines/00102\\_7/human\\_med\\_000758.jsp](http://www.ema.europa.eu/ema/index.jsp?curl=pages/medicines/human/medicines/00102_7/human_med_000758.jsp)
4. Glasier, A.F., Cameron, S.T., Fine, P.M., et al. Ulipristal acetate versus levonorgestrel for emergency contraception: a randomised non-inferiority trial and meta-analysis. *The Lancet* 2010;375:555-62.
5. Fine, P., Mathe, H., Ginde, S., Cullins, V., Morfesis, J., Gainer, E. Ulipristal acetate taken 48-12 hours after intercourse for emergency contraception. *Obstetrics & Gynecology*. 2010; 115 (2 Pt 1): 257-63.
6. Piaggio, G., Kapp, N., von Hertzen, H. Effect on pregnancy rates of the delay in the administration of levonorgestrel for emergency contraception: a combined analysis of four WHO trials. *Contraception*. 2011;84(1):35-9.
7. von Hertzen, H., Piaggio, G., Ding, J., et al. Low dose mifepristone and two regimens of levonorgestrel for emergency contraception: a WHO multicentre randomised trial. *The Lancet* 2002;360(9348):1803-10.
8. Ellertson, C., Evans, M., Ferden, S., et al. Extending the time limit for starting the Yuzpe regimen of emergency contraception to 120 hours. *Obstetrics & Gynecology*. 2003;101(6):1168-71.
9. Stratton, P., Levens, E.D., Hartog, B., et al. Endometrial effects of a single early luteal dose of the selective progesterone receptor modulator CDB-2914. *Fertility and Sterility*. 2010;93(6):2035-41.
10. Croxatto, H.B., Devoto, L., Durand, M., et al. Mechanism of action of hormonal preparations used for emergency contraception: a review of the literature. *Contraception*. 2001;63(3):111-21.
11. Brache, V., Cochon, L., Jesam, C., et al. Immediate pre-ovulatory administration of 30 mg ulipristal acetate significantly delays follicular rupture. *Human Reproduction*. 2010;25(9):2256-63.