

JUTRANJA TABLETKA – IZHOD V SILI

Jutranja tabletko, znana tudi kot nujna ali urgentna kontracepcija oziroma postkoitalna tabletko, je **izhod v sili**, s katero lahko preprečite neželeno nosečnost po vsakem nezaščitenem ali slabo zaščitenem spolnem odnosu, npr.

- pri **težavah s kondomom** (slabo nameščen, pretrgan ali odstranjen),
- če ste **pozabili** vzeti kontracepcijsko **tabletko** in je zamuda daljša od še sprejemljive zamude (preverite navodila za uporabo kontracepcijskih tablet),
- če se bojite, da vam je izpadel **maternični vložek**,
- pri **prepozni prekinitvi** (če uporabljate metodo prekinjenega spolnega odnosa) ali
- po **posilstvu**.



Je zdravilo iz hormona (**Norlevo[®]**, **Escapelle[®]**), ki v **72 urah** po nezaščitenem spolnem odnosu prepreči neželeno nosečnost.

Na voljo je v **lekarnah brez recepta** za starejše od 16 let. Dekletom, mlajšim od 16 let, se izda na podlagi belega recepta, ki ga predpiše zdravnik.

NAČIN UPORABE



Za nujno kontracepcijo je sedaj potrebno zaužiti **le eno tabletko**, in sicer **čim prej, priporočljivo je v prvih 12 urah in najkasneje v 72 urah (3 dneh)** po nezaščitenem spolnem odnosu.

Jutranjo tabletko je mogoče uporabiti **kadarkoli v menstruacijskem ciklusu**, razen če menstruacija zamuja. Ponovna uporaba zdravila v istem menstruacijskem ciklusu ni priporočljiva, ker lahko sproži večje motnje v ciklusu.

Če ste jutranjo tabletko vzeli **zaradi pozabljenih kontracepcijskih tabletk**, nadaljujte redno jemanje kontracepcijskih tabletk do konca.

Po uporabi nujne kontracepcije je priporočljivo, da se do naslednje menstruacije uporablja **pregradna zaščita** (kondom, spermicid, diafragma).

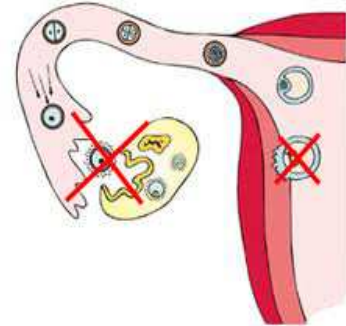
Potem ko ste zaužili jutranjo tabletko, menstruacija običajno nastopi v predvidenem času, lahko tudi nekaj dni prej ali kasneje, in je lahko močnejša kot po navadi.

Jutranja tabletka je nadomestna metoda, čeprav dokaj učinkovita, vendar **ne deluje vselej**. Zato v primeru, da menstruacija zakasni za več kot 5 dni, s testom za ugotavljanje nosečnosti preverite, ali ste morda noseči.

DELOVANJE

Jutranja tabletka **deluje na več načinov**:

- prepreči sprostitvev jajčeca iz jajčnika (ovulacijo),
- spremeni maternično sluznico in
- ovira ugnezdenje jajčeca v maternici.



Če ste že noseči, jutranja tabletka ne prekine nosečnosti.

UČINKOVITOST

Učinkovitost je **večja pri čimprejšnjem zaužitju zdravila po spolnem odnosu**. Če ga boste vzeli **do 24 ur** po spolnem odnosu bo njegova učinkovitost 95%, po **48 urah** 85% in po **72 urah** samo še 58%. Zato ukrepajte hitro!

Če je od spolnega odnosa preteklo več kot 48 ur, je priporočljivo, da obiščete svojega zdravnika, ki vam bo izdal **recept** za nujno kontracepcijo (**ellaOne[®]**), ki učinkovito prepreči neželjeno nosečnost **do 120 ur (5 dni)** po nezaščitenem spolnem odnosu. Mehanizem delovanja te tabletko temelji na preprečevanju ali zamiku ovulacije.

MOŽNI NEŽELENI UČINKI PO UPORABI JUTRANJE TABLETKE

Pri nekaterih ženskah se lahko pojavijo:

- slabost in bruhanje,
- omotica,
- utrujenost in glavobol,
- bolečine v spodnjem delu trebuha,
- občutljivost dojk in krvavitve iz nožnice.

ZA KONEC PA

Jutranja tabletko vas lahko zašiti pred neželjeno nosečnostjo. Ne šiti vas pa pred spolno prenosljivimi okužbami (gonoreja, klamidija, hepatitis) in okužbo z virusom HIV. Če se želite zašiti pred spolno prenosljivimi boleznimi, morate vedno uporabljati kondom.

Vredno si je zapomniti, da jutranja tabletko nikakor ni nadomestilo za rabo druge kontracepcije, npr. kondoma ali kontracepcijskih tabletk, ampak le izhod v sili!

Zato skupaj s partnerjem izberita ustrezno kontracepcijo, saj vama bo le izbira primerne sredstva omogočila varno, sproščeno in prijetno spolnost!

Janja Šparakl, mag. farm.