

Znate li da kontracepcijske tablete čuvaju reproduksijsko zdravlje?

Kontracepcijske tablete, osim što omogućuju izuzetnu kontracepcijsku sigurnost (više od 99% uz pravilno korištenje), one su i čuvar reproduksijskog zdravlja. Možda ovakva izjava zvuči neobično, no objašnjenje je vrlo jednostavno. Žene u Hrvatskoj u prosjeku prvo dijete rađaju sa 29 godina, što je puno kasnije nego u prijašnjim vremenima, stoga je očuvanje zdravlja reproduktivnog sistema kroz dulji period od iznimnog značaja s obzirom na demografsku situaciju. Na koji način oralni hormonski kontraceptivi (OHK) mogu pomoći? OHK inhibiraju ovulaciju (koja se inače u zdravih žena odvija svakog mjeseca) i na taj način „štede“ jajnik. Osim toga zbog svoje iznimne učinkovitosti sprečava mnoge neželjene trudnoće koje mogu završiti pobačajem, a poznato je da takav zahvat može oštetiti reproduktivne organe i smanjiti ženinu buduću plodnost. Također, OHK osim kontracepcijskog ima još dva učinka: preventivni (sprečavanje nastanka pojedinih bolesti) i terapijski (kada se koristi za liječenje pojedinih bolesti). Protektivna (zaštitna) uloga OHK se očituje kod **ektopične (izvanmaternične) trudnoće, cisti jajnika, benignih bolesti dojke, upalne bolesti u zdjelici, raka endometrija, jajnika, te raka debelog crijeva**. Prema izračunima korištenje OHK bi moglo pomoći prevenciji 10000 slučajeva navedenih oboljenja godišnje u Hrvatskoj, time bi se spriječilo 3000 hospitalizacija i uštedilo 150 mil. kuna, no što je najvažnije pomoglo bi se mnogobrojnim ženama u očuvanju zdravlja i u ostvarivanju željene trudnoće u budućnosti.



No, krenimo redom u objašnjavanju zatitnog učinka OHK kod pojedinih oboljenja.

- **Izvanmaternična trudnoća** povezana je sa zdjelničnim upalama i znatno utječe na reproduksijsko zdravlje. Uz ektopičnu trudnoću vezano je 10% maternog mortaliteta i ona je glavni uzrok smrti u prvom tromjesečju trudnoće. Trećina je žena nakon tubarne trudnoće neplodna, a ponovnu izvanmaterničnu trudnoću ima 10 do 30% pacijentica. Zato je važan protektivni učinak OHK od **90%**. Sve ostale kontracepcijske metode povisuju rizik ili ne utječu na njega.
- **Ciste jajnika** nisu rijedak razlog za hospitalizaciju i kiruršku (laparoskopsku) intervenciju. Inhibicijom ovulacije kombinirana oralna hormonska kontracepcija smanjuje rizik za luteinske ciste **78%**, a folikularne ciste za **49%**. Izračunato je da se time 10 puta umanjuje potreba za hospitalizacijom.
- Cikličke promjene spolnih hormona ili njihova neravnoteža povisuju rizik za **dobroćudne bolesti dojke**. Kontracepcijske tablete smanjuje nebalansirani učinak hormona (steroida) na tkivo dojke. Brojne su studije potvrdile da OHK za **40%** umanjuje rizik za fi brocističnu bolest dojke i fi broadenome. Takva zaštita ostvaruje se nakon dvije godine korištenja.
- **Upalne bolesti u zdjelici** kao što su upale jajovoda, jajnika i maternice čest su uzrok oštećenja zdravlja, posebno reproduksijskog. Ponavljane zdjelične upale su najveća prijetnja oštećenju jajovoda. Kombinirane kontracepcijske tablete održavaju sluz koja se nalazi u vratu maternice gustom. Gusta sluz

otežava prodor mikroorganizama u gornji dio spolnog sustava. Tanja sluznica maternice i oskudnije, kraće menstruacije također daju doprinos zaštiti.

- Oralna hormonska kontracepcija smanjuje rizik od zdjeličnih upala **za 50%**, što se smatra jednim od najvažnijih zaštitnih učinaka. Zaštita postoji samo u vrijeme korištenja tableta i ne postoji učinak nakon prekida. Tablete nažalost ne pružaju zaštitu od virusnih spolno prenosivih bolesti.
- Korištenje kombinirane oralne hormonske kontracepcije kroz najmanje 12 mjeseci **reducira rizik za rak endometrija za 50 - 60%**. Snažan protektivni učinak na rak endometrija nastaje nakon tri godine, a povisuje se trajanjem korištenja kontracepcije. Nakon prekida dugotrajne oralne hormonske kontracepcije zaštita za endometrij održana je i više od 20 godina.

- **Rak jajnika** je najzloćudnija maligna bolest ženskog spolnog sustava. Zato je zaštitni učinak OHK na tu bolest posebno važan. Pad rizika za tu bolest bilježi se već nakon šest mjeseci korištenja OHK, dok se nakon tri godine može dokazati i statistički važna korist. Umanjen rizik ovisi o trajanju korištenja OHK, a prosječno iznosi **40 do 50%**. Zanimljivo je da su baš sva dosadašnja istraživanja jedinstvena u dokazu te dobrobiti OHK. Potvrda je i nedavna analiza 45 epidemioloških istraživanja na 110 tisuća ispitanica (23 tisuće s rakom jajnika). Uočljiva protektivnost započinje nakon 1 godine korištenja OHK, a svaka daljnja godina korištenja pilula umanjuje rizik za 10 do 12%. Neke studije navode i 80% dobrobiti OHK nakon 15 godina korištenja OHK. Čak i kćeri čije su majke koristile OHK imaju nižu incidenciju raka jajnika. Nakon prekida OHK protektivni učinak za rak jajnika traje 15 do 20 godina.



- Velika važnost dobrobiti OHK za umanjenu incidenciju raka jajnika može se izraziti tako da je u 50 godina prevenirano oko 200 tisuća slučajeva raka jajnika i 100 tisuća smrti od njega. Očekuje se i u idućim desetljećima godišnja prevencija od najmanje 30 tisuća slučajeva na godinu. U zemljama u kojima se godinama u visokom postotku koristi kontracepcijska tableta velike epidemiološke analize pokazale su manju incidenciju raka jajnika i smanjenu smrtnost od te bolesti.