



Wkładka domaciczna niehormonalna jako metoda antykoncepcji

Miedziana wkładka wewnątrzmaciczna, inaczej spirala oraz IUD, to jedna z najbardziej efektywnych **metod antykoncepcji**. Jej skuteczność oceniana jest na 99,4% przy prawidłowym stosowaniu (wskaźnik Pearl'a 0,6%) [1].

Popularność tego sposobu wzrasta z roku na rok – szacuje się, że korzysta z niego nawet 168 mln kobiet na świecie [2]. Zarówno pacjentki, jak i lekarze polecają **wkładki niehormonalne** jako alternatywę dla środków z hormonami, także dla nieródek. **Spirala antykoncepcyjna** pozwala skutecznie chronić się przed niechcianą ciążą przez wiele lat, jest też wygodna na co dzień.

Jak działa ten rodzaj antykoncepcji? Jakie są zalety i wady **wkładki domacicznej**? Komu szczególnie poleca się to rozwiązanie? Dowiedz się z tego artykułu.

Niehormonalna wkładka domaciczna – działanie

Wkładka miedziana to **wkładka niehormonalna** – nie zawiera więc uwalnianych do układu rodowego hormonów. Nowoczesne **spirale domaciczne** są wykonywane z tworzywa sztucznego z dodatkiem samej miedzi albo w posrebrzanej czy pozłacanej wersji. Dzięki różnorodnym formom (w kształcie litery S lub T) i wielkościom (kilkanaście-kilkadziesiąt milimetrów) lekarz może łatwo dopasować **spirale miedzianą** do **jamy macicy** pacjentki.

Działanie **wkładki wewnątrzmacicznej** jest wielotorowe. Obejmuje przede wszystkim:

- zmianę (zagęszczenie) konsystencji wytwarzanego śluzu – dzięki czemu plemniki wolniej się poruszają;
- utrudnienie implantacji w **jamie macicy** – obecność niewielkiego ciała obcego wywołuje zmiany, które uniemożliwiają zagnieżdżenie się zapłodnionej komórce jajowej;
- działanie plemnikobójcze – dzięki jonom miedzi plemnikom znacznie trudniej przetrwać.

W zależności od producenta **wkładka wewnątrzmaciczna** zwykle jest skuteczna od 3 do 5 lat. Po tym czasie wyjmuje się **spirale antykoncepcyjną**. Nową można założyć nawet tego samego dnia. W trakcie stosowania tej metody dochodzi do naturalnych krwawień menstruacyjnych.

Założenie i usunięcie wkładki wewnątrzmacicznej

Założenie wkładki wewnątrzmacicznej jest proste. Doświadczony specjalista wykonuje zabieg zaledwie w kilka minut. Najczęściej **spirale miedzianą** zakłada się pod koniec krwawienia miesięczkowego – żeby wykluczyć możliwość ciąży. W trakcie menstruacji szyjka macicy jest też





bardziej otwarta.

Jeśli istnieje jednak pewność, że pacjentka nie spodziewa się dziecka, można zaaplikować **wkładkę domaciczną** również w innym dniu cyklu. Zgodnie z badaniami najbardziej skuteczne, czyli związane z najmniejszym odsetkiem usunięcia **spirali antykoncepcyjnej** na początku stosowania, jest założenie **wkładki domacicznej** między 12 a 17 dniem cyklu [1].

Kluczowe w tym przypadku jest wykonanie odpowiednich badań, żeby zadbać o maksymalne bezpieczeństwo. Zalecane są przede wszystkim:

- standardowe badanie ginekologiczne;
- USG dopochwowe;
- wywiad rodzinny i pod kątem występowania alergii;
- cytologia szyjki macicy;
- badanie piersi;
- pomiar ciśnienia krwi.

Usunięcie wkładki domacicznej również jest prostym zabiegiem. Najczęściej **spiralą miedzianą** jest po prostu wymieniana na nową, by nadal chronić przed ciążą. Wyjęcie jest możliwe też w sytuacji, gdy kobieta chce rozpocząć starania o ciążę lub gdy skutki uboczne uniemożliwiają dalsze stosowanie **wkładki miedzianej**. Z szyjki macicy wystają niewielkie drobne żyłki, które pozwalają na szybkie usunięcie spirali.

Wkładka niehormonalna – skuteczność

Skuteczność antykoncepcji standardowo podaje się, wykorzystując wskaźnik Pearl. Dla **wkładki niehormonalnej** przy idealnym użyciu (prawidłowym stosowaniu) wynosi on jedynie 0,6 [1]. To oznacza, że na 100 badanych kobiet odsetek ciąż na rok wynosi zaledwie 0,6 – jest to jeden z najniższych uzyskanych wyników. Dla porównania: przy braku jakichkolwiek zabezpieczeń wskaźnik Pearl to 85, a dla prezerwatywy 2 (również przy prawidłowym stosowaniu).

Co się jednak kryje pod pojęciem prawidłowego użycia danego środka? To wykorzystanie metody dokładnie w taki sposób, jaki przewidział producent. Dla popularnych tabletek antykoncepcyjnych do idealnego stosowania zalicza się zażywanie środka zgodnie z zaleceniami na ulotce i niekorzystanie z leków, które mogą obniżyć skuteczność tej formy antykoncepcji.

Warto więc sprawdzić rzeczywistą efektywność konkretnego środka. W tym przypadku pod uwagę brane są możliwe błędy w stosowaniu. **Miedziane wkładki wewnątrzmaciczne** mają znacznie wyższą skuteczność rzeczywistą niż np. popularne środki hormonalne. W przypadku tabletek, krążków i plastrów wskaźnik Pearl wynosi aż 9. To oznacza, że w rzeczywistości 9 na 100 kobiet



K(re)ujemy treści, które sprzedają.
Podoba Ci się ta treść? Poleć nas!



może zająć w ciążę w ciągu roku korzystania z takich metod [1].

Wkładka miedziana – skutki uboczne

Zastosowanie **domacicznej wkładki miedzianej** może wiązać się z występowaniem krwawienia, skurczy i bólu w podbrzuszu przez kilka pierwszych tygodni. Bardziej nasilone objawy zawsze warto skonsultować z lekarzem. Na początku stosowania tej **metody antykoncepcji** częściej występują też reakcje zapalne (jednak miedź stosowana we **wkładce wewnątrzmacicznej** działa też antybakteryjne).

A co z możliwością zajścia w ciążę? *Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego dotyczące wskazań i bezpieczeństwa stosowania antykoncepcji hormonalnej oraz wewnątrzmacicznej* wskazują, że: „Powrót do płodności następuje natychmiast po usunięciu wkładki” [4].

Bardzo rzadkim skutkiem ubocznym jest możliwość wypadnięcia **spirali antykoncepcyjnej**. Aby sprawdzić, czy znajduje się ona na miejscu, wystarczy palcem wyczuć nitki (żyłki) wystające z szyjki macicy. Istnieją też inne wyjątkowo rzadkie powikłania, takie jak uszkodzenie mięśni macicy.

Komu poleca się wkładki domaciczne?

Na podstawie wyników badań i wywiadu lekarz kwalifikuje do zabiegu. Aktualnie **domaciczne wkładki niehormonalne** są polecane przede wszystkim kobietom:

- które z różnych względów nie powinny stosować antykoncepcji hormonalnej (np. z zakrzepicą, bólami migrenowymi, nadciśnieniem, w przypadku wielu nowotworów, po udarze, otyłych albo palących w wieku powyżej 35 lat);
- będącym przed menopauzą;
- karmiącym piersią;
- którym zależy na wygodnym i długofalowym działaniu antykoncepcyjnym.

Przeciwwskazania do stosowania wkładki wewnątrzmacicznej

Większość kobiet może bezpiecznie stosować **wkładki wewnątrzmaciczne**. Do przeciwwskazań należą głównie:

- potwierdzona ciąża albo podejrzenie, że kobieta jest w ciąży;
- stan kilka tygodni po ciąży lub poronieniu;
- stany zapalne w obrębie narządów rodnych, np. nadżerki czy ektopie, endometrioza, mięśniaki;
- silne krwawienie z pochwy i nieregularne cykle miesięczne;
- nowotwory narządów rodnych;





- alergia na miedź;
- wady w budowie narządów rodnych i nieprawidłowości anatomiczne.

Aby wykręć przeciwwskazania przed założeniem **spirali antykoncepcyjnej**, ważne jest wykonanie niezbędnych badań.

Warto jednak pamiętać, że **miedziana wkładka domaciczna** to jedna z tych metod, która ma najmniej przeciwwskazań do stosowania we wspomnianych już *Rekomendacjach PTG* [4].

Czy nieródki mogą korzystać z wkładek domacicznych?

Chociaż wciąż panuje przekonanie, że **wkłładki domaciczne** mogą być stosowane tylko przez kobiety, które już rodziły – jest to mit. Specjaliści przekonują, że nie ma badań, które wskazują np. na problemy z późniejszym zajściem w ciążę [3]. Jest to jednak trudniejsze do przewidzenia w przypadku nieródek, które nie starały się wcześniej o dziecko.

Nowoczesna **wkładka domaciczna dla nieródek** jest najczęściej mniejsza, dzięki czemu dopasowuje się do niewielkiej szyjki macicy, a jej założenie jest łatwiejsze. Tak jak w przypadku każdej **metody antykoncepcyjnej** i tutaj najważniejszy jest odpowiedni dobór środka do sytuacji i stanu zdrowia. *Rekomendacje PTG* oceniły stosowanie **wkłładki wewnątrzmacicznej** u nieródek jako 2, czyli „Korzyści przewyższają ryzyko” [4].

Niehormonalna wkładka wewnątrzmaciczna – zalety i wady

Wbrew powszechnie krążącej opinii **wkładka wewnątrzmaciczna** ma więcej zalet niż wad.

Najważniejsze zalety **spirali antykoncepcyjnej** to:

- wysoka skuteczność – jeden z najwyższych wskaźników Pearl, szczególnie biorąc pod uwagę skuteczność rzeczywistą;
- wygoda, oszczędności i komfort użytkowania – o wkładce nie trzeba pamiętać przez wiele lat, jest też praktycznie niewyczuwalna na co dzień i podczas stosunku;
- stosunkowo niewielka liczba przeciwwskazań – spirala może być stosowana m.in. przez kobiety, które nie powinny korzystać z hormonalnych **metod antykoncepcji**;
- szybki powrót płodności – starania o dziecko można zacząć od razu po wyjęciu wkładki.

Do głównych wad **miedzianej wkładki wewnątrzmacicznej** należą z kolei:

- możliwość wystąpienia skutków ubocznych, takich jak bóle, krwawienie czy wypadnięcie spirali (rzadko);
- brak ochrony przed chorobami przenoszonymi drogą płciową.





Miedziana wkładka niehormonalna – opinie ginekologów i pacjentek

Stosowanie **wkładki domacicznej** wiąże się z dużo niższym ryzykiem błędu niż np. korzystanie z tabletek. To zwiększa skuteczność tej **metody antykoncepcji** i powoduje, że jest ona coraz chętniej używana przez kobiety w różnym wieku.

Dla lekarzy i pacjentek istotne są również takie cechy jak wygoda i stosunkowo łatwa aplikacja, a także bezpieczeństwo stosowania w różnych grupach. Nic więc dziwnego, że **wkładki niehormonalne** zbierają wiele pozytywnych opinii od ginekologów oraz pacjentek.

Polecane spirale antykoncepcyjne

Dostępne są różne **rodzaje wkładek wewnątrzmacicznych**. Dobierając **spiralę miedzianą**, najlepiej kierować się przede wszystkim jakością, wielkością, kształtem i elastycznością wkładki, a także długością działania ochrony przed ciążą (3–5 lat lub więcej).

Najczęściej polecane **spirale domaciczne** to:

- MelbeaGold – dostępna w dwóch rozmiarach (standard i mini). Oprócz miedzi zawiera złoto. Pozwala na działanie antykoncepcyjne przez 5 lat.
- UT380™ – również dostępna w dwóch rozmiarach (standard i short). Wykonana z elastycznego tworzywa i łatwa do dopasowania. Daje działanie antykoncepcyjne przez 5–10 lat.
- TT380 Active – także dostępna w dwóch rozmiarach (standard i mini). Ma kształt litery T. Pozwala na działanie antykoncepcyjne przez 5–10 lat.

Do innych często stosowanych wkładek domacicznych należą m.in. modele TCu 380A SMB oraz GINETTA.

Dzięki zdecydowaniu się na polecaną **wkładkę wewnątrzmaciczną** wzrasta komfort zakładania produktu przez ginekologa oraz codziennego używania. Dobrze wyprofilowane i elastyczne spirale lepiej dopasowują się do budowy anatomicznej, maleje więc ryzyko wypadnięcia.

Źródła:

[1] Horvath S i in. Contraception. Endotext [Internet]. Dostęp: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279148/>

[2] Droszol-Cop A, Białka A. *Jakim Pacjentkom polecać antykoncepcję wewnątrzmaciczną bez*





hormonów? Meringer.pl. Dostęp:

https://meringer.pl/wp-content/uploads/2017/09/Jakim_Pacjentkom_polecac_antykoncepcje_wewnatzmamiczna_bez_hormonow.pdf

[3] Nowak-Markwitz E. *Długoterminowa antykoncepcja wewnątrzmaciczna u nieródek.*

www.MedExpress.pl. Dostęp:

<https://www.medexpress.pl/dlugoterminowa-antykoncepcja-wewnatzmamiczna-u-nierodek/39320>

[4] *Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego dotyczące wskazań i bezpieczeństwa stosowania antykoncepcji hormonalnej oraz wewnątrzmacicznej.* „Ginekologia Polska” 2014. 85, 234-239.



**K(re)ujemy treści, które sprzedają.
Podoba Ci się ta treść? Poleć nas!**