

5

אמצעי מניעה הורמונליים

גלולות משולבות למניעת היריון

הגלולות המשולבות, שהן הגלולות הסטנדרטיות למניעת היריון, מכילות את שני הורמוני המין אסטרוגן ופרוגסטרוגן, והן מקנות הגנה כמעט מוחלטת מפני היריון, אם הן נלקחות לפי ההוראות. מנגנון פעולת הגלולות מורכב. הפרוגסטרוגן פועל על המוח, ומונע את הפרשת הגונדוטרופינים (FSH-LH), המפעילים את השחלות, וכך נמנע הבייץ. האסטרוגן עוזר לפרוגסטרוגן במניעת הבייץ. הפרוגסטרוגן שבגלולה פועל גם על הריר הצווארי והופך אותו עבה ובלתי חדיר לתאי זרע ומונע מרירית הרחם לעבור שינויים המאפשרים לה את קליטת הביצית המופרית. הורמוני המין בגלולות עברו שינויים רבים מאז הוחל השימוש בהם. המינון הן של האסטרוגן והן של הפרוגסטרוגן פחתו במידה ניכרת, סוג ההורמונים השתנה אף הוא. המטרה שאליה אנו מנסים להגיע היא שימוש בהורמונים הדומים במידה הרבה ביותר להורמונים הטבעיים הנוצרים בגוף האישה והיעילים למניעת היריון ללא תופעות לוואי. עם זאת, הגלולות אינן מקנות הגנה מפני מחלות מין המועברת במגע מיני (STDs), ולכן לצורך קבלת הגנה מלאה מפני היריון ומפני מחלות מין מומלץ שימוש משולב בגלולה למניעת היריון יחד עם קונדום וחומר קוטל זרע. את הגלולות ניתן לקבל רק לאחר בדיקת רופא/ת נשים והתאמה אישית. כל הגלולות בארץ מכילות מינון אחיד של אסטרוגן ופרוגסטרוגן לאורך כל ימי המחזור.

סוגי הגלולות המצויות בשוק בארץ (לפי סדר הא"ב)

המרכיבים ההורמונלים		שם היצרן	שם הגלולה
סוג הפרוגסטרון/מינון	סוג האסטרדיון/מינון		
נורגסטימט	אטיניל-אסטרדיול	<i>Janssen-Cilag</i>	אורטו-סיקלן
250mcg	35mcg		
כלורמדינון	אטיניל אסטרדיול	<i>Grunenthal</i>	בלרה*
2mg	30mcg	<i>(Tec-O-Pharm-Libra)</i>	
גסטודן	אטיניל-אסטרדיול	<i>Schering</i>	גינרה
75mcg	30mcg		
ציפרוטרון אצטט	אטיניל-אסטרדיול	<i>Schering</i>	דיאן 35*
2mg	35mcg		
גסטודן	אטיניל-אסטרדיול	<i>Wyeth</i>	הרמונט
75mcg	20mcg		
דרוספירנון	אטיניל אסטרדיול	<i>Schering AG</i> <i>(Agis)</i>	יסמין*
3mg	30mcg		
גסטודן	אטיניל-אסטרדיול	<i>Wyeth</i>	מינולט
75mcg	30mcg		
לבונורגסטרל	אטיניל-אסטרדיול	<i>Schering</i>	מיקרגיבון
150mcg	30mcg		
דזוגסטרל	אטיניל-אסטרדיול	<i>Organon</i>	מיקרודיול
150mcg	30mcg		
גסטודן	אטיניל-אסטרדיול	<i>Schering</i>	מליאן
75mcg	20mcg		

פרופ' דרורית הוכנר

מרסילון	Organon	אטיניל-אסטרדיול	דזוגסטרל
		20mcg	150mcg
נורדט	Ayeth-Ayerst	אטיניל-אסטרדיול	לבונרגסטרל
		30Mg	150Mg
מינס	Wyeth (Neopharm)	אטיניל אסטרדיול	גסטודן
		15mcg	60mcg
פמינט	dexxon	אטיניל אסטרדיול	דסוגסטרל
		20mcg	150mcg

* לשימוש גם בטיפול בשיעור יתר ובפצעי בגרות

מהטבלה ניתן ללמוד כי רוב הגלולות הן חד-שלביות, כלומר מינון האסטרון והפרוגסטרון קבוע לאורך כל ימי המחזור.

המרכיב האסטרונגי בגלולות הוא תמיד אתיניל-אסטרדיול. מרבית הסיכונים ארוכי הטווח של הגלולות קשורים לגלולות הישנות, שבהן המינון האסטרונגי הוא יותר מ-50 מיקרוגרם. **לכל אישה מתאימה גלולה מסוימת.** סוג הגלולה ייקבע על פי הקריטריונים הבאים:

1. עישון - נשים מעשנות נוטות לדמם יותר בשימוש בגלולות עם מינון נמוך במיוחד של אסטרון, ולכן רצוי להשתמש במינונים של 30-35 מיקרוגרם.
2. אורח החיים של האישה - את הגלולות עם המינון הנמוך מאוד יש לזכור לקחת באותה השעה מדי יום, כדי להבטיח את יעילותן ולמנוע דימומים בין-ויסתיים לא סדירים.
3. לנשים הסובלות מאקנה קשה תתאים הגלולה דיאן 35, המכילה בנוסף לאסטרון גם הורמון הסותר את פעולתו של הטסטסטרון האחראי לאקנה ויש לה התויה מאושרת לטיפול במצבים כאלה. במקרים בינוניים וקלים של אקנה, מתאימה הגלולה יסמין המכילה פרוגסטרון

בעל תכונות אנטי אנדרוגניות. לבלרה תכונה אנטי אנדרוגנית אולם פחותה מזו של יסמין.
מטבלת סוגי הגלולות ניתן ללמוד גם כי המרכיב הפרוגסטיני בגלולה משתנה הן במינון והן בסוג הפרוגסטרון. הפרוגסטרונים שבשימוש כוללים כלורמדינון, דרוספרינון, גסטודן, לבונורגסטרל, דזוגסטרל, נורגסטימט. המינונים נעים בטווח שבין 75 מיקרוגרם עד 3 מיליגרם, ונקבעים על פי הכמות הדרושה למניעת ביוץ וליצירת איזון מרבי בין מרכיבי הגלולה.

ההבדל בין הפרוגסטינים השונים הוא בעיקר בתופעות הלוואי שלהם. הלבונורגסטרל, שהוא פרוגסטין מדור קודם, יגרום מעט יותר לתופעות לוואי של הגברת אקנה, תשעורת, שיער שמן, עלייה במשקל והשפעות ארוכות טווח על מערכת הלב וכלי הדם. יש לנסות ולהתאים לכל אישה הנוטלת או מתעתדת לטיפול גלולות, את הגלולה המכילה את המרכיב הפרוסטיטיבי המתאים לה ביותר.



מליאן הינה גלולה משולבת למניעת היריון במינון אולטרא-נמוך. גלולה שמאפשרת לתת לאישה את המינון הנמוך ביותר ללא התפשרות על מחזוריות דימום טובה, יעילות גבוהה במניעת היריון ושכיחות נמוכה של תופעות לוואי.



הגסטודן והדזוגסטרל שייכים לדור החדש וידועים במיעוט תופעות הלוואי שהוזכרו קודם לכן, אך במחקרים נמצא כי הסיכון ליצירת קרישי דם ותסחיפיים גבוה יותר מאשר בשימוש בלבונורגסטרל או נורגסטימייט.



יסמין הינה גלולה משולבת למניעת היריון במינון נמוך. הייחוד שלה הוא במרכיב הפרוגסטיני שבה - הדרוספירנון.
דרוספירנון זהו פרוגסטרון סינתטי שפותח על ידי חברת שרינג במטרה להוות תחליף הדומה ביותר לפרוגסטרון הטבעי של האישה. בדומה

פרופ' דרורית הוכנר

לפרוגסטרון הטבעי יש לדרוספירנון השפעה אנטימינרלוקורטיקואידית שבאה לידי ביטוי בסתירת אפקט האסטרוגן לצבירת מים ונתרן. עם השימוש ביסמין יש פחות צבירת נוזלים ופחות תופעות לוואי הקשורות בצבירת נוזלים כגון: גודש, נפיחות, בצקות ועלייה במשקל המיוחסת לנוזלים.

כמו כן לדרוספירנון ישנו אפקט אנטיאנדרוגני שמשמעותו פחות אקנה (פצעי בגרות) סבוריאה (עור שומני) והירסוטיזם (שיעור יתר). וכן, יסמין זו הגלולה היחידה שנבדקה מחקרית ונמצא שמקלה בתסמינים הקדם ויסתיים.



גם לכלורמדינון שבגלולת הבלרה יש השפעה אנטי אנדרוגנית, ולכן גם הוא מתאים לנשים הסובלות משיעור יתר ופצעי בגרות.

עלינו לזכור, שכל הגלולות על סוגיהן השונים, מונעות ביוץ, משנות את הריח הצווארי ואת רירית הרחם, ולכן הן אינן נבדלות זו מזו ביעילותן. עם זאת, הן שונות בהשפעתן על נשים שונות. ככל שמינון הגלולה נמוך יותר, הסיכון להריון עולה אם שוכחים ליטול גלולות או במקרים של הקאות ושילשולים.

כיצד נוטלים גלולות?

רוב הגלולות מופיעות בחפיסות המכילות 21 גלולות: נוטלים אותן ואחר כך עושים 7 ימי הפסקה.

יש גלולה אחת המופיעה באריזה של 28 גלולות מתוכן 24 פעילות ו-4 מהן - גלולות דמה. נוטלים אותן ללא הפסקה בין חפיסה לחפיסה.

אופן השימוש בגלולות

את החפיסה הראשונה של הגלולות מתחילים לקחת ביום הראשון לוסת. ממשיכים ליטול את הגלולה מדי יום ביומו, רצוי אחת ל-24 שעות, במשך 3 שבועות. אם משתמשים בגלולות המופיעות בחפיסה של 21 גלולות, יש לעשות הפסקה של שבוע, ולהתחיל את החפיסה השנייה כעבור 7 ימים. בהפסקה שבין חפיסה לחפיסה יופיע דם נרתיקי דמוי וסת, לרוב דם קל,