

*پس از زایمان:

- اگر مادر پس از زایمان به فرزند خود شیرندهد می تواند مصرف این روش را در فاصله روزهای ۲۱ تا ۲۸ روز پس از زایمان آغاز کند.

- در مادران شیرده بهتر است تا شش ماه پس از زایمان استفاده نگردد ولی در صورت تمایل مادر ضمن تاکید بر منع مصرف تا ۶ ماهگی بدلیل شیردهی؛ اگر هنوز خونریزی قاعدگی رخ نداده باشد می تواند تزریق را بعد از انجام آزمایش و منفی بودن تست بارداری آغاز نماید

*پس از سقط:

- در پنج روز اول بلافاصله بعد از سقط سه ماهه اول و دوم شروع کرد.

- در صورت تغییر روش از قرص به آمبول فاصله هفت روزه بین دو بسته بهترین زمان برای تزریق آمبول یکماهه می باشد.

- در صورت تغییر روش از آمبول سه ماهه به آمبول یک ماهه باید آمبول یک ماهه را در زمان تزریق بعدی آمبول سه ماهه تزریق شود

- در صورت تمایل به تغییر روش از آی بودی به آمبول یک ماهه در پنج روز اول قاعدگی باید آمبول را تزریق و بلافاصله آی بودی را خارج نمود در زمانهای به جز پنج روز اول قاعدگی باید آمبول را تزریق نمود و در دوره بعدی قاعدگی آی بودی را خارج کرد.

عوارض شایع تزریق آمبول پیشگیری از بارداری و نحوه برخورد با آن

* کم شدن مقدار و تعداد روزهای خونریزی قاعدگی

* سردرد خفیف

در صورت روبرویی با سردردهای خفیف ناشی از تزریق آمبول می توان از مسکن های معمولی استفاده کرد.

* حساسیت پستان ها

معمولاً با رعایت توصیه بهداشتی، استفاده از پستان بندهای محکم و مسکن معمولی، کمپرس سرد یا گرم، رفع می گردد و در صورت برطرف نشدن مراجعه فرد به متخصص ضروری می باشد

مغایب

* پیشگیری نکردن از بیماری های منتقله از راه تماس جنسی

* عدم امکان قطع روش یا تغییر آن، پس از تزریق آمبول تا از بین رفتن اثر آن (انمام دوره)

* مناسب نبودن برای دوران شیردهی تا شش ماهگی

آمبول یک ماهه چگونه از بارداری جلوگیری می کند؟

آمبول یک ماهه، با تاثیر بر مخاط داخلی رحم و افزایش ضخامت از انتقال اسپرم و رسیدن به تخمک جلوگیری می کند

نذکرات حسن مصرف

1- تزریق آمبول یک ماهه باید هر ۳۰ روز انجام شود. اگر متقاضی در فاصله زمانی تا ۳ روز زودتر یا ۳ روز دیرتر از موعد مقرر مراجعه نماید می توان ضمن تاکید بر لزوم رعایت زمان تعیین شده، آمبول یک ماهه را تزریق کرد

۲- در صورت تاخیر برای تزریق (بیش از ۳۳ روز) انجام تزریق با اطمینان پیدا کردن از نداشتن تماس جنسی (پس از فاصله ۳۳ روز تا زمان مراجعه) و با اطمینان از باردار نبودن فرد مقدور خواهد بود در غیر این صورت فرد از نظر حاملگی بررسی و تا تزریق بعدی از یک روش کمکی دیگر استفاده کند.

زمان شروع استفاده از

آمبول یک ماهه پیشگیری از بارداری

* دوران قاعدگی

اولین تزریق در یکی از پنج روز اول قاعدگی انجام می شود

* غیر از دوران قاعدگی

در هر زمان که اطمینان از باردار نبودن وجود داشته باشد میتوان آغاز کرد. باید توجه داشت تا ایجاد تاثیر پیشگیری از بارداری در اولین تزریق آمبول، باید ۷ روز از کاندوم استفاده شود

اثر بخشی

(آمبول یک ماهه) یک روش هورمون ترکیبی و تزریقی پیشگیری از بارداری است. این آمبول پس از مشاوره با پرسنل بهداشتی و در صورت نداشتن بیماری خاص و با موارد منع مصرف از آن می توان به عنوان یک وسیله پیشگیری مناسب استفاده نمود که توسط کارکنان بهداشتی دوره دیده یا پزشک و در فاصله های یک ماهه تزریق می شود.

اثربخشی آمبول های یک ماهه در سال اول استفاده ۹۹/۸ درصد است بدین معنی که احتمال بارداری با آن بسیار کم و از هر ۱۰۰۰ نفر ۲ نفر می باشد

مزایا

* آسانی استفاده و آسانی قطع روش

* برگشت نسبتاً سریع باروری پس از قطع روش

* بی تاثیر بودن روی میل جنسی

* بهبود درد قاعدگی

* عدم نیاز به استفاده مداوم هر روزه

* کاهش خونریزی قاعدگی

* مناسب برای زنان با سابقه حاملگی خارج از رحم

* پایین بودن عوارض افزایش وزن و خونریزی نامنظم (در مقایسه با قرص های ترکیبی)

* کم نشدن اثر بخشی در صورت اسهال و استفراغ (در مقایسه با قرص های ترکیبی)

* قابل استفاده همزمان با آنتی بیوتیکها (بجز ریفامپین و گریزوفلووین)



دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی
شیراز

شبکه بهداشت و درمان شهرستان بافق
مرکز بهداشت (واحد بهداشت خانواده)

آمپول یک ماهه پیشگیری از بارداری



برگشت باروری پس از قطع روش

در اغلب موارد بازگشت تخمک گذاری ۳-۲ ماه پس از آخرین تزریق رخ می دهد

هشدار

در صورت بروز هر کدام از علامت های زیر (که نشان دهنده یک مشکل جدی است) فوراً به بیمارستان مراجعه کنید

- ۱) درد شدید در قسمت بالای شکم
- ۲) درد قفسه سینه و یا تنگی نفس یا سرفه با خلط خونی
- ۳) تورم یا درد شدید در یک پا
- ۴) مشکلات چشمی (تاری دید، دوبینی؛ از دست دادن قدرت دید)
- ۵) سردرد غیر معمول (سردرد شدید و یا ضربانی و یا سردرد در یک طرف سر)
- ۶) زردی سفیدی چشم و پوست

* افزایش وزن خفیف

تجمع مایعات در بدن به دلیل اثر پروژسترون و افزایش اشتها و به دنبال آن افزایش مصرف مواد غذایی است. افزایش وزن با انجام ورزش منظم و رعایت غذایی برطرف خواهد شد

* آکنه:

با تغییر رژیم غذایی، تمیز نگهداشتن پوست، کاهش میزان چربی مصرفی خصوصاً تنقلات چرب و افزایش مصرف میوه و سبزی تازه برطرف می شود.

* تغییرات خلق و خوی (افسردگی)

با ادامه استفاده از آمپول، رفع می گردد، در صورت گذشت زمانی بیشتر از سه ماه مراجعه به پزشک ضروری است.

توجه

- * بررسی سالانه قند، چربی و لیپو پروتئین برای خانم های ذیل که از آمپول یکماهه پیشگیری از بارداری استفاده می کنند ضروری است.
- * خانم های ۳۵ سال و بالاتر
- * خانم های چاق
- * دیابتی ها یا سابقه دیابت در بارداری
- * سابقه فامیلی قوی بیماری قلبی یا فشارخون بالا