

Контрацепция для подростков: сравнение подходов в разных странах. Почему во всем мире назначают LARC, а в России боятся даже КОК

Галина Ломанова, акушер-гинеколог, клиника "Огни Олимпа"

LARC — контрацептивы выбора для подростков

Зарубежные медицинские организации, такие как Американский колледж акушеров и гинекологов (ACOG) и Центры по контролю и профилактике заболеваний США (CDC), на протяжении последних десятилетий продвигают идею широкого применения современных и высокоэффективных методов контрацепции среди подростков. Особое внимание уделяют LARC (Long-Acting Reversible Contraception) — долгодействующим обратимым методам контрацепции, к которым относят внутриматочные средства и имплантаты.

Гормональные ВМС (ЛНГ-ВМС) содержат левоноргестрел, высвобождающийся постепенно в течение 3–7 лет в зависимости от типа. Помимо контрацепции эти средства помогают регулировать цикл при обильных, болезненных менструациях, СПКЯ и эндометриозе. ЛНГ-ВМС оказывают минимальное системное влияние. Противопоказания к этому методу контрацепции собрали в памятке.



Противопоказания к применению ЛНГ-ВМС для подростков

- ▶ Беременность или подозрение на нее
- ▶ Аномалии развития матки, не позволяющие ввести ВМС
- ▶ Недиагностированное вагинальное кровотечение
- ▶ ИППП у пациентки на момент установки внутриматочного контрацептива
- ▶ Острые воспалительные заболевания органов малого таза
- ▶ Аллергия на компоненты ЛНГ-ВМС

Медьсодержащие ВМС (Cu-ВМС). В их составе нет гормонов. Этот долгодействующий обратимый метод подходит подросткам, которым противопоказаны гормональные контрацептивы. При установке в течение 5 дней после незащищенного полового акта Cu-ВМС также используют как средство экстренной контрацепции. Помимо противопоказаний к применению ЛНГ-ВМС, Cu-ВМС нельзя использовать пациенткам с болезнью Вильсона и аллергией на медь. В российских и международных рекомендациях признают Cu-ВМС безопасными для подростков. Однако из-за потенциального усиления кровотечений и боли при их применении эти средства не стоит рекомендовать девушкам с обильными, болезненными менструациями.

Противопоказания к применению подкожных имплантов



Противопоказания к применению подкожных имплантов

- ▶ Беременность или подозрение на нее
- ▶ Недиагностированное вагинальное кровотечение
- ▶ Рак молочной железы – активный или в анамнезе
- ▶ Тромбоэмболические заболевания в анамнезе
- ▶ Некомпенсированные заболевания печени
- ▶ Аллергия на компоненты имплантата

Подкожные имплантаты вводят под кожу плеча, они действуют 3–5 лет. Это средство можно рекомендовать подросткам, которым противопоказаны эстрогены, так как в составе имплантатов есть только гестаген. Кроме того, при их применении не нужен

ежедневный контроль. Все преимущества и противопоказания к применению подкожных имплантатов собрали в памятках.



Преимущества LARC для подростков

- 1 Максимальная эффективность.** LARC снижают риск наступления беременности до 0,1–0,8 на 100 женщин в год, что значительно превосходит эффективность таблетированных контрацептивов при идеальном применении
- 2 Длительное действие.** При применении LARC пациентке не нужно ежедневно или ежемесячно вспоминать о контрацепции, что особенно важно для подростков, которые могут забывать о приеме препаратов
- 3 Обратимость действия.** Фертильность восстанавливается вскоре после удаления контрацептива
- 4 Безопасность.** Международные эксперты подчеркивают, что не существует возрастных ограничений для использования LARC: они безопасны и эффективны для девушек любого возраста, начиная с менархе

Альтернативные варианты

Наряду с LARC, гормональная контрацепция в форме КОК, мини-пилей, вагинальных колец и пластырей также считается безопасной и эффективной при правильном использовании. Предпочтение отдают КОК с низким содержанием эстрогена (20–30 мкг этинилэстрадиола) и современным гестагеном в составе, а также прогестиновым препаратам — у этих групп препаратов наиболее низкий риск побочных эффектов.

Комбинированные контрацептивы (КК): КОК, трансдермальная система (ТС), трансдермальное кольцо. КК остаются наиболее популярными средствами контрацепции, они эффективны при условии регулярного приема. Другие преимущества КК — в памятке. Важно обсудить с пациенткой правила приема и риски, связанные со взаимодействием КК с другими лекарственными средствами, а также рассказать, что делать в случае пропуска таблетки.



Преимущества комбинированных контрацептивов

- ▶▶ Коррекция нарушений менструального цикла – олигоменореи, аменореи
- ▶▶ Лечение предменструального синдрома (ПМС) и дисменореи
- ▶▶ Лечение акне и гирсутизма, связанных с андрогенной гиперактивностью (при приеме КОК с антиандрогенным эффектом)
- ▶▶ Лечение синдрома поликистозных яичников (СПКЯ) в составе комплексной терапии
- ▶▶ Снижение риска формирования функциональных кист яичников, доброкачественных заболеваний молочных желез, а также рака яичников и эндометрия в будущем

Выделяют абсолютные и относительные противопоказания к применению КК у подростков (памятка). Если противопоказание относительное, использование КК допустимо, но требуется тщательный мониторинг состояния пациентки.

Абсолютные и относительные противопоказания к применению комбинированных контрацептивов у подростков

Абсолютные противопоказания	Относительные противопоказания
Тромбоэмболические осложнения в анамнезе или факторы риска ВТЭО: тромбоз глубоких вен, тромбоз легочной артерии, наследственная тромбофилия	Ожирение
Тромбоэмболические заболевания у близких родственников в молодом возрасте	Системная красная волчанка
Артериальная гипертензия тяжелой степени (АД более 160/100 мм рт. ст.)	Артериальная гипертензия легкой и средней степени
Ишемическая болезнь сердца, инсульт в анамнезе	Гиперлипидемия
Заболевания клапанов сердца с осложнениями	Желчнокаменная болезнь
Мигрень с аурой	Мигрень без ауры
РМЖ – активный или в анамнезе	Болезнь Крона, язвенный колит
Заболевания печени, включая опухоли, желтуху при беременности в анамнезе	Эпилепсия
Сахарный диабет с сосудистыми осложнениями	Сахарный диабет без сосудистых осложнений
Недиагностированное вагинальное кровотечение	
Беременность или подозрение на нее	

Прогестиновые контрацептивы — мини-пили. Эти препараты содержат только гестагенный компонент, в связи с чем они подходят подросткам, которым противопоказаны эстрогены, например девушкам с мигренью с аурой. К противопоказаниям относят активный РМЖ, недиагностированное вагинальное кровотечение, некомпенсированные заболевания печени, тромбоэмболические заболевания в анамнезе и беременность.

Отличие реальной клинической практики в России и за рубежом

Европейские рекомендации, в частности Международная федерация гинекологии и акушерства (FIGO) и Факультет сексуального и репродуктивного здоровья (FSRH), полностью совпадают с американскими. Предпочтение отдают LARC, уделяют внимание информированному согласию пациентки и индивидуальному подбору метода. В клинической практике за рубежом этим принципам последовательно следуют.

В России существуют Национальные медицинские критерии приемлемости методов контрацепции, однако на практике КОК достаточно часто назначают подросткам, тогда как ВМС и имплантаты по-прежнему применяют ограниченно.

Причины ограниченного применения LARC в России

Почему же в России наблюдается такая ситуация? Причины многофакторны. Во-первых, это психологические и социальные факторы. В обществе сохраняется предубеждение в отношении гормональной контрацепции, основанное на устаревших представлениях о ее влиянии на массу тела, репродуктивную функцию, менструальный цикл и даже психоэмоциональное состояние женщины. Эти мифы, часто передаваемые из поколения в поколение, подпитываются недостатком доступной достоверной информации. Сами девушки и их родители не знают о преимуществах современных методов контрацепции.

Кроме того, у пациенток сохраняются опасения в отношении инвазивных методов. Установка ВМС и имплантатов ассоциируется с болью, дискомфортом и возможными осложнениями, что вызывает настороженность как у самих девушек, так и у их родителей. Дополнительным барьером служит то, что не все подростки чувствуют себя комфортно при обсуждении интимных вопросов с врачом, опасаясь осуждения или некорректного отношения. В результате девушки нередко остаются без необходимой консультации. В ряде случаев родители предпочитают контролировать сексуальную активность своих детей, не допуская самостоятельных решений в области контрацепции.

К другим причинам ограниченного применения LARC среди подростков относят недостаточный опыт врачей в подборе современных методов контрацепции для юных пациенток. Акушеры-гинекологи могут не знать современных международных рекомендаций или не уметь устанавливать имплантаты. Кроме того, введение ВМС и имплантатов в государственных медицинских учреждениях часто сопряжено с дополнительными расходами, так как эти методы не всегда входят в базовую программу ОМС или их стоимость остается высокой. В некоторых регионах или учреждениях могут сохраняться необоснованные возрастные ограничения для назначения определенных видов контрацепции.

На пути к прогрессу: сходства и различия российских и международных подходов

Сходства. И в России, и за рубежом признают, что подросткам важно предоставлять эффективные методы контрацепции для снижения числа нежелательных беременностей и абортов. КОК остаются самым распространенным методом. При этом во всех странах подчеркивают ценность индивидуального подхода с учетом состояния здоровья, образа жизни и предпочтений пациентки.

Различия. Главное различие заключается в статусе LARC: в США и Европе эти методы рекомендуют как методы первой линии для подростков, что подтверждается многочисленными исследованиями и клиническими руководствами. В России же LARC часто рассматривают как методы второй или третьей линии. В международных рекомендациях категорически отрицают возрастные ограничения для использования LARC. В российских Национальных медицинских критериях приемлемости методов контрацепции и инструкциях к препаратам назначение LARC подросткам также разрешено, однако на практике отечественные врачи крайне редко рекомендуют ВМС и имплантаты пациенткам младшего возраста из-за необоснованной осторожности или позиции родителей.

За рубежом активно проводят программы по обучению медицинских работников и внедрению современных практик, что способствует более широкому использованию LARC. В России этот процесс идет медленнее. Помимо этого, в странах с развитыми системами здравоохранения LARC часто включены государственные программы, что делает их более доступными для широких слоев населения, включая подростков.

Уникальная система в Великобритании — бесплатная контрацепция и анонимные приемы

В Великобритании один из наиболее благоприятных подходов к организации контрацептивной помощи подросткам. Все методы контрацепции предоставляются бесплатно, а обращение в клиники сексуального здоровья полностью анонимно. Акушеры-гинекологи не передают информацию даже врачам общей практики, ведущим пациента, и, разумеется, не сообщают ее родителям или кому-либо другому. Кроме того, практически во всех клиниках выделяют специальные часы приема для пациентов младше 16 лет, что формирует доверительное отношение к системе здравоохранения и помогает избежать страха осуждения.