

Sadece Sentetik Progesteron İçeren Oral Kontraseptifler (POP)- Minihaplar

Progesteron only pills (POP)

Sadece progestogen hapı (SPH)

Minihaplar (POP)

- ▶ Sadece sentetik progesteron içeren ve sürekli kullanım gerektiren oral kontraseptiflerdir.
- ▶ Dünyada ilk kez 1973'te kullanıma sunulmuşlardır.
- ▶ KOK'lerin aksine **östrojen içermezler** ve içerdikleri sentetik progesteron miktarı KOK'lerden **düşüktür**. Genelde KOK'lerden düşük oranda kullanılmaktadırlar. Etkinlikleri KOK'lere benzer düzeydedir, ancak günün aynı saatinde düzenli kullanım çok önemlidir, saat gecikmelerinde etkinlikleri azalır. Östrojen içeren oral kontraseptiflere kıyasla **kanama düzensizliği** özellikle ilk aylarda daha sık görülür, bu konuda danışmanlık verilmesi önemlidir.
- ▶ Minihaplar **östrojen kullanamayan kadınlar için** uygun bir seçenektir. Yüksek derecede etkilidir, kusursuz kullanımda 0.3 olan başarısızlık oranı tipik kullanımda %8-9 olarak bulunmuştur.

Minihaplar (POP)

ETKİ MEKANİZMALARI:

- ▶ Minihapların etki mekanizması dozlarıyla bağlantılıdır. Düşük dozlu minihaplar ovülasyonu siklusların yaklaşık %50'sinde inhibe ederler, temel etki mekanizmaları servikal mukusun kalınlaşmasıyla sperm canlılığının ve geçişinin engellenmesidir.
- ▶ İçerdiği progesteronun özelliğine bağlı olarak bazı minihaplar ise ovülasyonu siklusların %97-99'unda inhibe ederler. Tüm minihapların servikal mukus üzerindeki etkileri ise aynıdır. Anovulatuvar sikluslarda endometriyum ince ve atrofiktir. Minihapların tuba motilitesini de etkiledikleri ileri sürülmüştür.

Minihaplar (POP)

- ▶ Minihaplar sağlıklı ve korunmak isteyen kadınlarda endikedir. Emziren anneler (6. haftadan sonra), hipertansiyonu olanlar, KOK'lerle östrojenik yan etkilerden yakınanlar (migren, bulantı, memelerde hassasiyet), bazı durumlarda **35 yaş üzerinde olan sigara içen kadınlar** minihap kullanmak için uygundur.
- ▶ Gözlemsel çalışmalarda minihap bırakıldıktan sonra fertilitenin hemen başladığı saptanmıştır.
- ▶ Laktasyonu baskılamaz.

Minihapların kontrasepsiyon dışındaki yararları:

Minihaplar menstrüel kanamada azalma sağlar, kullananların %10'unda amenore gelişir. Menstrüel kramplar ve premenstrüel semptomlarda azalma olabilir.

Minihaplar (POP)

KESİN KONTRENDİKASYONLARI	KESİN OLMAYAN KONTRENDİKASYONLARI
<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Gebelik<input type="checkbox"/> Meme kanseri	<ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> Aktif viral hepatit<input type="checkbox"/> Karaciğer tümörleri<input type="checkbox"/> Ciddi siroz<input type="checkbox"/> Akut derin ven trombozu (DVT) veya pulmoner emboli (PE)<input type="checkbox"/> Antifosfolipid antikor pozitifliği

- ▶ Minihaplar koroner arter hastalığı, konjestif kalp yetersizliği ve serebrovasküler hastalığı olan kadınlarda kullanılabilir. Sadece progesteron içeren minihapların kullanımı sırasında serebrovasküler olay veya inme gelişirse kullanımı kontrendikedir.
- ▶ Sağlıklı kadınlar menopoza dek istedikleri sürece sürece minihap kullanabilir.
- ▶ Adolesanlarda karşılaşılan en büyük sorun tedavi uyumsuzluğuna bağlı yüksek gebelik oranlarıdır. Bu nedenle eğitim ve danışmanlık çok önem taşımaktadır. Minihap kullanımı özenle anlatılmalı ve sık takip önerilmelidir.

Minihaplar (POP)

YAN ETKİLERİ:

- ▶ **Ektopik gebelik:** Minihaplarla oluşan gebeliklerin %10'a kadar çıkan bir oranı ektopiktir. Bu insidans herhangi bir yöntem kullanmayan, rahim içi araç kullanan ve uzun etkili hormonal yöntemleri uygulayanlarla aynıdır. Minihaplar ektopik gebelik riskinde artışa neden olmaz ancak ovülasyonu inhibe eden ürünlerle ektopik gebelik daha seyrek görülmektedir.
- ▶ **Hormonal yan etkiler:** Baş ağrısı, şişkinlik, akne ve memelerde hassasiyet gibi yan etkiler daha seyrek görülür. Kilo artışı bildirilmekle birlikte minihap kullanımını ile kilo artışı arasında nedensel bir ilişki kanıtlanamamıştır. Aynı şekilde duygudurum ile minihaplar arasında da nedensel bir ilişki gösterilememiştir. VTE, miyokard infarktüsü ve inme riskinde artış saptanmamıştır, ayrıca meme kanseri riskinde artışa neden olmazlar.
- ▶ **Folikül persistansı:** Yetersiz ovülasyon inhibisyonu siklusların %20 'sinde persistan over foliküllerinin (over kistlerinin) gelişmesine neden olur, bu kistler genellikle kendiliğinden kaybolurlar.

Minihaplar (POP)

YAN ETKİLERİ:

- ▶ **Düzensiz kanama:** Minihapları en sık bırakma nedeni düzensiz kanamadır. Adet düzensizliği, lekelenme, ara kanamalar, amenore sık görülür; az sayıda kadında ise menoraji olabilir. Minihap kullanan kadınların yaklaşık yarısında kanama süresi uzayabilir ve %70'e varan oranda lekelenme görülebilir. Kanama düzensizliğinin nedeni over fonksiyonlarının tümüyle baskılanmamasıdır. Folikül büyüme ve atrezi dönemleri düzensiz ve öngörülemez kanama ve lekelenmelere yol açar. Hastaya, kullanım süresi ilerledikçe kanamaların azalacağı söylenmelidir.

İLAÇ ETKİLEŞİMLERİ

- Minihaplardaki sentetik progesteronlar sitokrom P450 sistemiyle metabolize olur ve bu sistemi indükleyen ilaçlar minihap metabolizmasını hızlandırarak kontraseptif etkinliğini azaltabilirler.
- Minihap kullanan ve kısa süreyle enzim indükleyici bir tedaviye başlayacak olan kadınların ek bir kontraseptif yöntem uygulamaları gereklidir. Enzim indükleyici ilaç bırakıldıktan sonra 28 gün süreyle ek kontrasepsiyona devam edilmesi gerekir.

Minihaplar (POP)

NASIL KULLANILIR?

- ▶ Minihapa adetin ilk 5 günü içerisinde günü başlanır. Minihap her gün kullanılmalı, ara verilmemelidir. Gebelik olasılığının elenmesi kaydıyla menstrüel siklusun herhangi bir gününde başlanması da olasıdır. Eğer minihapa adetin ilk 5 günü içerisinde başlanılmazsa ilk 7 gün ek bir kontraseptif yöntem kullanılması gereklidir. Birinci ve ikinci trimester düşük ve kürtajlarından sonraki ilk 7 gün içerisinde başlanırsa ek bir korunma yöntemi kullanmasına gerek yoktur.
- ▶ Minihap günün **aynı** saatinde alınmalıdır (3 saat içerisinde). Minihapların alımı arasındaki saat 24'ü aştığında servikal mukusun **sperm geçirgenliği artış** gösterir.
- ▶ Minihap alındıktan sonraki 2 saat içinde kusulursa mümkün olan en kısa sürede yeni bir minihap alınması önerilir. Minihap alana dek 3 saatten fazla süre geçecekse, kusma sürüyorsa ya da şiddetli ishal varsa minihap alınması unutulmuş gibi düşünülerek ek kontraseptif yöntem uygulamak gerekir.

Minihaplar (POP)

NASIL KULLANILIR?

- ▶ Minihap alınması 3 saatten kısa bir süreyle unutulduğunda, fark edilir edilmez hemen alınması gereklidir. Daha sonra uygulamaya önerilen şekilde devam edilir (gerekirse günde 2 minihap alınmış olur).

MİNİHAP ALINMASI UNUTULURSA

- Minihap alınması **3 saatten kısa süreyle** unutulmuşsa hemen alınması ve daha sonra uygulamaya önerilen şekilde devam edilmesi gerekir (gerekirse günde 2 minihap alınır).
- Minihap alınması 3 saatten uzun bir süreyle gecikmişse sonraki 48 saat boyunca ek bir kontraseptif yöntem uygulanmalıdır.
- **İki veya daha fazla** minihap alınması unutulduysa 2 gün süreyle günde 2 minihap alınmalı ve 48 saat süreyle ek bir kontraseptif yöntem uygulanmalıdır. Gerek varsa acil kontrasepsiyon yapılmalıdır.

Minihaplar (POP)



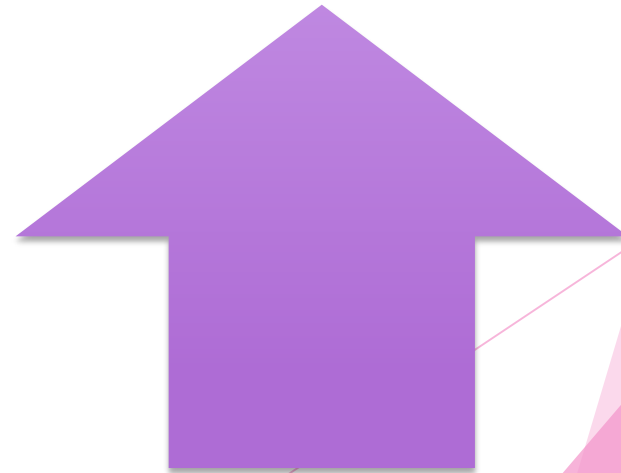
Dezavantajları:

Minihap doğal menstrüel kanamayı engellemez. Siklusun süresi ve kanama miktarı **fazla değişiklik** gösterir. Ara kanamalar da sık görülür. Ayrıca ektopik gebelik riski KOK'lardan fazladır. Minihaplar sebep olduğu yan etkiler ve dezavantajlardan dolayı oral kombine kontraseptiflerden **daha az tercih edilir.**



Avantajları:

Oral kombine kontraseptiflere göre avantajı estrojen içermemesidir; estrojen tarafından şiddetlenen bir hastalığı olan (baş ağrısı, hipertansiyon...) ve **35 yaş** üzeri kadınlarda kullanılabilir. Laktasyonu baskılamadığı için **emziren kadınlarda kullanılır.**



Minihaplar (POP)

PİYASADA BULUNAN MİNİHAPLAR	ETKEN MADDELERİ
CERAZETTE FILM TABLET 75 mcg 28 tablet	Desogestrel 75 MCG
DESIRETT FILM TABLET 75 mcg 28 tablet	Desogestrel 75 MCG



KAYNAKLAR

- ▶ Kayaalp O. *Tıbbi Farmakoloji 2. Cilt*, 13. Baskı, Ankara, Pelikan Yayıncılık, 2012.
- ▶ İtil İ.M. (ed). *Oral Kontrasepsiyon Kılavuzu*, Türkiye Jinekoloji ve Obstetrik Derneđi, 2012.
- ▶ <https://www.tebrp.com>