

CURAKNE® 5,10,20,40 mg

Isotretinoina



Opuscolo sul sistema contraccettivo

Questo farmaco è teratogeno e per prevenire la gravidanza è necessario porre in atto una contraccezione efficace.



Pierre Fabre

Fare di più per la dermatologia

Pierre Fabre
DERMATOLOGIE

Indice

Come nasce una gravidanza?	3
Gli spermatozoi	3
L'ovulo	3
La fecondazione	4
Il feto	4
Sono incinta?	4
I metodi di contraccezione non affidabili sono tabù!	5
Calcolare i "giorni sicuri" (il metodo del calendario o metodo di Ogino Knaus)	5
"Ritirarsi" (coitus interruptus)	5
I metodi contraccettivi sicuri	6
I metodi contraccettivi ormonali	6
"Pillola"	7
La minipillola	7
La contraccezione per iniezione ogni 3 mesi	8
L'impianto d'ormoni	8
Gli altri metodi contraccettivi	8
La spirale (dispositivo intrauterino)	8
Gli spermicidi	9
I preservativi	9
Il diaframma	10
Che cosa si deve fare quando, malgrado tutto, avviene "un incidente"? I contraccettivi in caso d'urgenza	12

Il concepimento di una vita umana è un miracolo. Due cellule sessuali minuscole – uno spermatozoo e un ovulo – si fondono per formare un complesso cellulare ancora troppo piccolo per essere visibile ad occhio nudo. Nel periodo di tempo di 4 giorni, questo complesso evolve rapidamente e s'impianta nell'utero, impiega poi 9 mesi a svilupparsi e trasformarsi in un essere che respira, che sente e al quale non manca nulla.

Nella vita esistono diverse situazioni nelle quali questo miracolo della natura non deve avvenire. Per esempio, sotto l'influsso di medicinali, lo sviluppo dell'embrione può essere perturbato, la qual cosa porta a delle malformazioni nel bambino. In tali circostanze, bisogna fare estrema attenzione per prevenire una gravidanza.

CURAKNE® appartiene alla categoria di medicinali che possono causare gravi malformazioni del feto umano. E' per questo motivo che lei non deve rimanere incinta un mese prima dell'inizio del trattamento, durante il trattamento e un mese dopo la conclusione del trattamento con **CURAKNE®**.

Il seguente opuscolo si è fissato come obiettivo d'informarla sui differenti metodi di contraccezione affinché lei possa scegliere, in collaborazione col suo medico, il metodo più appropriato ai suoi bisogni per prevenire, in tutta sicurezza, una gravidanza.

Come nasce una gravidanza?

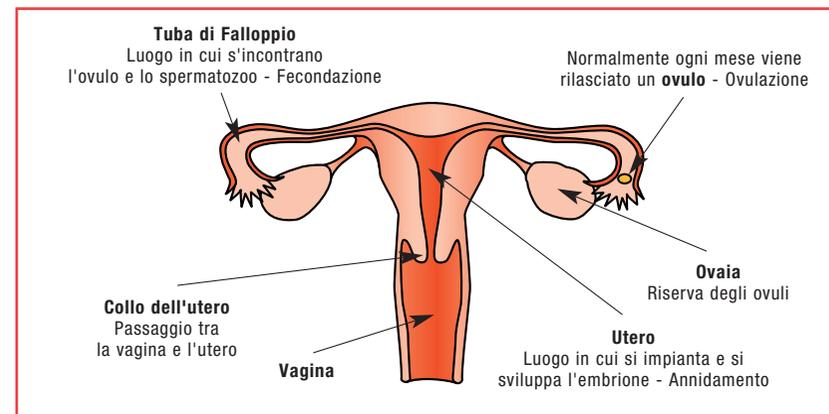
Affinché una donna resti incinta occorre, che uno spermatozoo (cellula sessuale maschile) si unisca ad un ovocito (cellula sessuale femminile): questa è la fecondazione.

Gli spermatozoi

Gli spermatozoi racchiudono l'informazione genetica dell'uomo e si formano nei testicoli. Al momento dell'eiaculazione, con lo sperma vengono liberati milioni di spermatozoi. Gli spermatozoi nuotano, grazie alla loro coda a forma di frusta, ad una velocità da 3 a 5 millimetri il minuto attraverso l'utero fino nelle trombe di Falloppio, dove possono incontrare l'ovulo e dove può aver luogo la fecondazione. Un solo spermatozoo è sufficiente per la fecondazione.

L'ovulo

L'ovulo racchiude l'informazione genetica della donna. Una volta al mese circa, un ovulo è liberato da una delle due ovaie per essere fecondato. Questo processo si chiama ovulazione. L'ovulo migra attraverso la tromba di Falloppio fino all'utero. Se l'ovulo non è stato fecondato, è rigettato dal corpo contemporaneamente alla mucosa uterina che si distacca (mestruazione, regole).



La fecondazione

Se si è avuto un rapporto sessuale, l'ovulo può, nel corso del suo passaggio attraverso la tromba di Falloppio in direzione dell'utero, incontrare uno spermatozoo che può fecondarlo. L'ovulo fecondato prosegue la sua migrazione verso l'utero, dove si fissa sulla parete uterina e dove l'embrione comincia a svilupparsi in un bambino.

Il feto

Il feto impiega nove mesi a svilupparsi per diventare un essere completo che respira e che sente. Il feto si nutre tramite il sangue della madre. Di conseguenza tutto ciò che la madre incinta ingerisce o respira può avere degli effetti sul feto – compresi i medicinali, le vitamine, l'alcool e il fumo della sigaretta. In altre parole, quando delle sostanze nocive pervengono nel sangue della donna incinta, esse possono nuocere al feto.

Sono incinta?

I seguenti sintomi possono essere un segnale di gravidanza:

- Arresto delle mestruazioni
- Mestruazioni insolitamente corte
- Seni sensibili
- Nausea

Se lei presenta questi sintomi, è bene che faccia un test di gravidanza e telefoni al suo medico.

I metodi di contraccezione non affidabili sono tabù!

*I seguenti metodi non sono abbastanza sicuri da proteggerla efficacemente da una gravidanza indesiderata e non devono essere utilizzati!
Se durante i suoi rapporti sessuali non usa dei metodi contraccettivi affidabili, la possibilità che rimanga incinta è molto elevata.*

Calcolare i “giorni sicuri”

(il metodo del calendario o metodo di Ogino Knaus)

Nel corso di un ciclo mestruale, ci sono dei giorni durante i quali la donna è meno feconda che in altri. Il metodo del calendario cerca di calcolare i “giorni sicuri” basandosi sull'osservazione del momento dell'ovulazione. Tuttavia, non esistono giorni assolutamente sicuri. Infatti, l'ovulazione può aver luogo in momenti inaspettati anche nelle donne che presentano un ritmo mestruale regolare. D'altra parte, un ovulo può essere fecondato anche sette giorni dopo l'atto sessuale poiché:

- benché l'ovulazione non si verifichi che in un solo giorno durante il ciclo mestruale, l'ovulo può essere fecondato fino a due giorni dopo che ha lasciato le ovaie.
- uno spermatozoo può sopravvivere nell'organismo femminile cinque giorni o anche di più dopo il rapporto sessuale.

Di conseguenza, è veramente difficile determinare i “giorni sicuri”. Questo metodo non è dunque indicato come mezzo di contraccezione sicuro.

“Ritirarsi” (coitus interruptus)

“Ritirarsi” significa che l'uomo ritira il pene dalla vagina della donna proprio prima dell'eiaculazione. Questo metodo non è assolutamente sicuro, tenuto conto del fatto che:

- l'uomo non sempre ce la fa a ritirarsi “in tempo”.
- lo sperma può fuoriuscire nella vagina già prima dell'eiaculazione propriamente detta.
- anche degli spermatozoi che si trovano all'esterno della vagina possono penetrarvi, poiché pochissimo liquido basta loro per muoversi.

Neppure questo metodo è quindi indicato per evitare una gravidanza.

I metodi contraccettivi sicuri

Nessun metodo contraccettivo può prevenire una gravidanza al 100%. Anche se lei usa, in modo corretto, uno dei metodi raccomandati, resta sempre un rischio minimo di rimanere incinta.

Prima di scegliere un metodo contraccettivo, ne discuta con il suo medico! Il suo medico l'aiuterà a scegliere un metodo contraccettivo. Infatti, se per esempio è allergica o se prende dei medicinali, certi metodi saranno più indicati di altri.

I metodi più sicuri

- L'impianto d'ormoni contraccettivi
- Le iniezioni d'ormoni contraccettivi
- La "pillola"
- La spirale (dispositivo intrauterino)

I metodi sicuri

- Il preservativo associato a degli spermicidi (sostanze che uccidono gli spermatozoi)
- Il diaframma associato a degli spermicidi (sostanze che uccidono gli spermatozoi)

Può ricorrere a questi metodi nel caso in cui nessuno dei metodi più sicuri citati in precedenza possa essere utilizzato. L'impiego combinato di metodi contraccettivi sicuri (per esempio un diaframma associato ad un preservativo e a degli spermicidi), abbassa il rischio di gravidanza.

Utilizzi il metodo contraccettivo efficace che ha scelto ad ogni rapporto sessuale. Faccia in modo che l'efficacia (per es. per gli spermicidi) sia ottimale prima del primo contatto del pene con la vagina.

I metodi contraccettivi ormonali

Il metodo contraccettivo ormonale più conosciuto e più diffuso è la

"Pillola"

La pillola contiene una combinazione d'ormoni sessuali femminili (derivati dagli estrogeni e dal progesterone). Essi impediscono la maturazione di un ovulo fecondabile. A livello del collo dell'utero, il muco resta denso rendendo la risalita dello sperma difficile. D'altra parte, la mucosa uterina non viene preparata a ricevere un ovulo fecondato.

L'assunzione della pillola

La pillola deve essere presa ogni giorno, sempre allo stesso momento della giornata. E' solo a questa condizione che essa conta come uno dei contraccettivi più sicuri. Se si dimentica una volta di prendere la pillola, ne informi il suo medico.

Non tutte le pillole proteggono da una gravidanza fin dall'inizio. La maggior parte delle pillole ha bisogno di un secondo metodo contraccettivo durante le prime settimane che seguono l'inizio dell'assunzione (La preghiamo di consultare il foglietto informativo della sua pillola).

Ha dimenticato di prendere la pillola, che fare?

Se constata che ha dimenticato di prendere la pillola e che la dimenticanza risale a meno di 12 ore: prendi immediatamente la pillola dimenticata e continui poi seguendo lo schema d'assunzione normale. La sicurezza della pillola resta garantita.

Se sono passate più di 12 ore dal momento in cui in realtà avrebbe dovuto assumere la pillola, l'effetto contraccettivo non è più garantito.

In questo caso dovrà:

- prendere immediatamente la pillola dimenticata.
- proseguire la presa seguendo lo schema di assunzione normale.
- utilizzare parallelamente un secondo metodo di contraccezione locale (preservativo con spermicida) e questo fino a quando non comincerà una nuova confezione, dunque anche durante la durata delle mestruazioni.

La minipillola

La minipillola contiene dei derivati di un ormone sessuale femminile (progesterone). Questo provoca un ispessimento del muco che si trova a livello del collo uterino, il che impedisce la risalita degli spermatozoi nell'utero. Inoltre, la parete interna dell'utero (endometrio) è modificata in modo tale che la fissazione dell'ovulo fecondato risulta difficile.

L'assunzione della minipillola
E' analoga a quella della "pillola".

Tuttavia, bisogna fare assolutamente attenzione a prendere ogni giorno la minipillola esattamente alla stessa ora della giornata. L'effetto contraccettivo non è più assicurato nel caso di uno scarto di più di tre ore.

La contraccezione per iniezione ogni 3 mesi

Questa iniezione contiene un ormone che è simile ad uno degli ormoni sessuali femminili prodotti dall'organismo per regolare il ciclo mestruale. L'effetto di un'iniezione dura 3 mesi. Il medico inietta l'ormone ogni 12 settimane nel muscolo del sedere o nel braccio. Se la prima iniezione ha luogo nei primi 5 giorni delle mestruazioni, la protezione contraccettiva è istantanea. In caso contrario, bisognerà ricorrere, nel corso delle due prime settimane, ad un altro metodo contraccettivo supplementare.

L'impianto d'ormoni

L'impianto d'ormoni è uno dei metodi contraccettivi più recenti. Si tratta di inserire, direttamente sotto la pelle, un bastoncino di plastica semidura non biodegradabile. Il bastoncino contiene, come sostanza attiva, un ormone sessuale femminile che è rilasciato a piccole dosi, lentamente e di continuo, nel circolo sanguigno e che esercita così un'azione contraccettiva. Questa si basa, da una parte, sul blocco dell'ovulazione e dall'altra su una modificazione del muco cervicale che rende difficile la risalita degli spermatozoi nell'utero.

L'efficacia dell'impianto dura tre anni ma, se lei lo desidera, il bastoncino può essere ritirato in qualsiasi momento.

Con l'impianto lei non si deve più preoccupare: esso agisce continuamente e impedisce che lei resti incinta.

Gli altri metodi contraccettivi

La spirale (dispositivo intrauterino)

La spirale è un piccolo oggetto di plastica pieghevole che è sistemato dal medico nell'utero. Esistono due tipi di spirali: quelle di rame e quelle che contengono degli ormoni. Le spirali di rame sono generalmente meno sicure di quelle agli ormoni.

Certe donne trovano le spirali comode fin dall'inizio. Altre impiegheranno del tempo per abituarti. Le spirali possono avere un effetto sulle mestruazioni e provocare delle mestruazioni più abbondanti nel corso dei primi mesi.

Secondo il tipo scelto, la spirale può restare in sede senza problemi durante mesi o anni. La protezione è immediata e finisce appena la spirale viene ritirata. Il suo medico può togliere la spirale in qualsiasi momento. La spirale è munita di un filo di plastica per mezzo del quale lei o il suo medico potete verificare se è ben sistemata.

Gli spermicidi

La funzione e il ruolo degli spermicidi

Gli spermicidi sono delle sostanze che distruggono gli spermatozoi. Si presentano sotto forma di creme, di schiume, di gel o d'ovuli.

Lo spermicida è concepito per distruggere tutti gli spermatozoi presenti nella vagina (in particolare attorno al collo dell'utero). Per questo bisogna che nella vagina sia inserita una quantità sufficiente di spermicida. E' indispensabile leggere in precedenza le istruzioni d'uso del prodotto per non essere prese dal panico e per non fare errori nel momento cruciale. In maniera generale vale: meglio un po' troppo che non a sufficienza.

Come utilizzare correttamente uno spermicida

Non utilizzi mai gli spermicidi come unico mezzo di contraccezione. Per la sua sicurezza li utilizzi sempre in associazione con un preservativo o un diaframma.

1. Rinnovi l'applicazione dello spermicida prima d'ogni rapporto sessuale (anche se è molto ravvicinato al precedente).
2. Non lo applichi più di 30 minuti prima del rapporto sessuale. Se attende troppo a lungo, deve rinnovare l'applicazione.
3. Se desidera fare un'irrigazione vaginale (doccia) attenda almeno 8 ore dall'applicazione dello spermicida.

I preservativi

Un preservativo (profilattico, condom) è una guaina protettiva sottile che viene srotolata sul pene e che raccoglie lo sperma in un serbatoio.

Non utilizzi mai un preservativo come unico mezzo di contraccezione. Per la sua sicurezza lo utilizzi sempre in associazione con degli spermicidi.

L'uso corretto dei preservativi

Prima del rapporto sessuale

1. Tenga l'estremità del preservativo tra il pollice e l'indice per farne uscire l'aria. Si crea così del posto per ricevere lo sperma. Alcuni preservativi sono muniti di serbatoi previsti specialmente a questo scopo.
2. Srotoli il preservativo, il più possibile, sul pene in erezione.

Dopo il rapporto sessuale

1. Tener fermo il preservativo alla base del pene.
2. Ritirare con precauzione il pene assieme al preservativo dalla vagina. Durante questa operazione evitare che fuoriesca dello sperma.

I punti da osservare quando si utilizzano dei preservativi

- Utilizzare sempre un nuovo preservativo ad ogni rapporto sessuale.
- Infilare il preservativo prima che il pene si avvicini alla vagina perché gli spermatozoi possono fuoriuscire dal pene già prima dell'eiaculazione.
- L'uomo deve ritirare dalla vagina il pene munito del preservativo immediatamente dopo l'atto sessuale, quando è ancora in erezione. Quando il pene diventa molle lo sperma può fuoriuscire nella vagina.
- Come lubrificante (sostanze che contribuiscono a rendere il preservativo più piacevole per la donna) non utilizzare della vaselina o degli oli vegetali. I lubrificanti a base di oli possono provocare una lacerazione del preservativo. I lubrificanti a base d'acqua sono adatti come pure gli spermicidi o i preservativi prelubrificati.
- I preservativi devono essere conservati in un luogo fresco e secco. Non bisogna lasciare un preservativo in una macchina calda o in un portafoglio: rischierebbero di subire dei danni sotto l'effetto del calore e della compressione.

Il diaframma

Il diaframma è una semisfera in lattice con un diametro da 6 a 10 cm, bordato da una spirale elastica. La sua funzione è di otturare il collo dell'utero e di impedire agli spermatozoi di pervenire nell'utero e nelle trombe di Fallopio.

La grandezza del diaframma deve essere adattata, poiché le dimensioni della vagina al livello del collo dell'utero sono diverse da una donna all'altra. Il suo ginecologo deciderà

quale grandezza utilizzare nel suo caso. Poiché la grandezza può cambiare col tempo è raccomandabile consultare il ginecologo ogni due anni. E' consigliabile consultarlo anche nel caso in cui lei abbia perso o sia aumentata di 5 chili.

Come utilizzare il diaframma

*Non utilizzi mai il diaframma come unico mezzo di contraccezione. Per la sua sicurezza lo utilizzi sempre in associazione con degli spermicidi (prodotti che distruggono gli spermatozoi).
La cosa più sicura è utilizzare oltre al diaframma un preservativo e dello spermicida.*

1. Verifichi che il diaframma non presenti delle fessure o dei buchi riempiendolo d'acqua per controllare la sua impermeabilità.
2. Spalmi il suo contorno e la parte interna con almeno un cucchiaino di prodotto spermicida. Questo punto è molto importante. Utilizzi solo spermicidi raccomandati per l'uso in associazione con un diaframma.
3. Prima di sistemare il diaframma deve sentire dove si trova il suo collo dell'utero introducendo un dito il più in profondità possibile nella vagina. Il collo dell'utero ha una consistenza simile a quella della punta del naso.
4. Pieghi in seguito il diaframma in due e lo introduca il più profondamente possibile nella vagina. Lo apra solamente quando si trova proprio in fondo alla vagina. Esso scivolerà automaticamente al posto giusto davanti al collo dell'utero.
5. Cerchi di sentire col dito i contorni del collo dell'utero. Si assicuri che il diaframma lo copra bene.

I punti da osservare quando si utilizza un diaframma

- Non sistemi mai il diaframma più di due ore prima del rapporto sessuale. Se aspetta troppo tempo, si serva dell'applicatore per iniettare di nuovo del prodotto spermicida.
- Sistemi il diaframma prima del primo contatto del pene con la vagina. Pensi che lo sperma può fuoriuscire già prima dell'eiaculazione.
- Se ha più di un rapporto sessuale, rinnovi ogni volta l'applicazione dello spermicida servendosi dell'applicatore. Lasci il diaframma sul posto, non lo ritiri.
- Lasci il diaframma sul posto almeno 8 ore dopo l'ultimo rapporto sessuale.

Che cosa si deve fare quando, malgrado tutto, avviene “un incidente”? I contraccettivi in caso d’urgenza

Deve essere consapevole che nessun metodo contraccettivo offre una protezione sicura al 100%. Questo vale in particolare, se essi non sono stati utilizzati correttamente. Nei “casi d’urgenza” esistono dei medicinali che possono prevenire una gravidanza dopo un rapporto sessuale non protetto. Essi impediscono l’ovulazione, la fecondazione o la fissazione dell’ovulo fecondato sulla parete uterina.

Questi mezzi sono unicamente previsti per i casi eccezionali e non possono sostituire un metodo di contraccezione sicuro.

I medicinali d’urgenza possono essere utilizzati nei casi seguenti:

- Ha dimenticato di prendere la pillola (riferirsi al paragrafo “pillola”).
- Il diaframma si è spostato e il suo partner ha eiaculato nella vagina.
- Il preservativo si è rotto o è scivolato e il suo partner ha eiaculato nella vagina.
- Ha avuto dei rapporti sessuali senza utilizzare un metodo di contraccezione sicuro (rapporto sessuale non protetto).

Esistono due tipi di medicinali d’urgenza

- I contraccettivi ormonali per i casi d’urgenza: la “pillola del giorno dopo”. Si tratta di pillole ormonali da prendere nei tre giorni che seguono un rapporto sessuale non protetto secondo le raccomandazioni dettagliate del medico o del farmacista. L’effetto contraccettivo è tanto più sicuro, quanto prima, dopo il rapporto sessuale non protetto, si comincia con la terapia. Prima dell’assunzione deve essere chiarito, nel corso di una consultazione, se la “pillola del giorno dopo” è adatta al suo caso. Nel caso in cui le mestruazioni non dovessero arrivare è necessario consultare un medico.
- La messa in posa di una spirale (dispositivo intrauterino) da parte di un medico, dal quinto al settimo giorno dopo un rapporto sessuale non protetto.

Chieda immediatamente consiglio al suo medico o al suo farmacista se ha avuto dei rapporti sessuali non protetti o se esiste la possibilità che lei resti incinta.

Pensi che

- Si può rimanere incinta già la primissima volta. In teoria si può rimanere incinta ad ogni rapporto sessuale. Il comportamento che consiste nel “farlo solo una volta” non è una garanzia di protezione.
- Un’irrigazione vaginale (doccia) dopo l’atto sessuale non impedisce una gravidanza.
- Qualunque sia il metodo contraccettivo impiegato, si può lo stesso rimanere incinta – soprattutto se non lo si è usato correttamente.
- Anche se certi giorni del ciclo mestruale sono “più sicuri” di altri, non esistono giorni assolutamente sicuri.
- Dello sperma può fuoriuscire dal pene già prima dell’eiaculazione. Di conseguenza, bisogna applicare il metodo contraccettivo fin dall’inizio.
- Allo stesso modo, se si hanno dei rapporti sessuali ripetuti e ravvicinati nel tempo, si deve rinnovare il metodo di contraccezione (per esempio un nuovo preservativo con più spermicida).
- L’impiego di preservativi diminuisce il rischio di malattie trasmissibili per via sessuale. Le persone infette possono trasmettere queste malattie al loro partner nel corso dell’atto sessuale. Gli altri metodi contraccettivi descritti in quest’opuscolo non proteggono dalla trasmissione di malattie come l’HIV/AIDS, la gonorrea (blenorragia) o l’erpete (herpes). L’impiego di preservativi è generalmente ragionevole anche se si applicano già altri metodi contraccettivi.
- Discuta col suo partner del tema della contraccezione e scelga il metodo più appropriato al vostro caso. E’ importante ricorrere a dei metodi sicuri e, se possibile, combinare due metodi (per es. lo spermicida e il preservativo).
- Qualunque sia il metodo contraccettivo che utilizza, discuta col suo medico della sua affidabilità e degli effetti secondari eventuali.
- Legga sempre il foglietto informativo, rispettivamente le istruzioni sulla confezione, e ne segua scrupolosamente le raccomandazioni.

