

Opcje leczenia zachowawczego dla kobiet cierpiących na obfite krwawienia miesięczkowe o podłożu endometrialnym

Informacje dla pacjentek i opiekunów

Czy te informacje mnie dotyczą?

Tak, jeśli jesteś kobietą, która ma obfite miesiączki niespowodowane przyczynami strukturalnymi (takimi jak polipy lub mięśniaki). Nie zostały tu opisane:

- obfite miesiączki spowodowane endometriozą, terapią hormonalną lub zaburzeniami krzepnięcia krwi,
- krwawienia niezwiązane z cyklem miesięczkowym.

Czy obfite miesiączki zakłócają ci życie?

Każda kobieta jest inna, a ilość krwi tracona w trakcie miesiączki różni się znacznie zależnie od osoby. Jeśli jednak obfite miesiączki utrudniają ci życie, twój lekarz najprawdopodobniej będzie w stanie zaoferować ci pomocne leczenie.

Współpraca z tobą

Twój lekarz powinien porozmawiać z tobą o obfitych miesiączkach. Powinien wyjaśnić wszelkie testy i zabiegi, abyście mogli wspólnie zdecydować, co jest dla ciebie najlepsze. W podejmowaniu decyzji mogą brać udział twoi krewni lub opiekunowie, ale tylko wtedy, gdy wyrazisz na to zgodę.

Niektóre z opisanych tu metod leczenia mogą być dla ciebie nieodpowiednie. Jeśli uznasz, że twoje leczenie jest niezgodne z tymi informacjami, porozmawiaj ze swoim zespołem medycznym.

Twój lekarz będzie mógł zaoferować ci kilka różnych leków. Niektóre z nich są również środkami antykoncepcyjnymi. Twój lekarz powinien omówić z tobą korzyści i zagrożenia związane z każdym lekiem. Jeśli jeden lek będzie dla ciebie nieodpowiedni lub jeśli wypróbowany lek nie będzie pomagać, możliwe powinno być wypróbowanie innej opcji. Po niektórych lekach miesiączki staną się mniej obfite, a po innych mogą kompletnie zaniknąć. Powinnaś otrzymać informacje wyjaśniające różne opcje i mieć czas na podjęcie decyzji.

Opcje leczenia

Wewnątrzmaciczny system uwalniający lewonorgestrel (LNG-IUS: Mirena®)

Co to jest: Mała wkładka z tworzywa sztucznego (system wewnątrzmaciczny) umieszczana w macicy i powoli uwalniająca progestagen (podobny do naturalnego hormonu, progesteronu). Może pozostać w macicy do 5 lat (lub dłużej, jeśli w czasie założenia masz powyżej 45 lat).

W jaki sposób działa: Zapobiega szybkiemu wzrostowi śluzówki macicy. U mniej więcej 4 na 5 kobiet dochodzi do znacznego zmniejszenia ilości krwi traconej w czasie miesiączki (do 90%).

Wpływ na płodność: Jest to środek antykoncepcyjny, ale po usunięciu wkładki płodność powraca w ciągu jednego miesiąca.

Możliwe powikłania/działania niepożądane: Często powoduje nieregularne krwawienie lub plamienie, które może trwać ponad 6 miesięcy; może też wystąpić tkliwość piersi, trądzik lub ból głowy, ale zwykle są one lekkie i krótkotrwałe. Rzadziej miesiączki zanikają całkowicie. Czasami wkładka może wypaść. Sporadycznie wkładka może podczas zakładania przebić macicę. Rzadko zdarza się, że pacjentka wymaga z tego powodu zabiegu laparoskopowego. Przez 2-3 tygodnie po założeniu wzrasta ryzyko infekcji i może być konieczna terapia antybiotykowa.

Kwas traneksamowy i/lub mefenamowy

Co to jest? Tabletki niehormonalne, które przyjmuje się od początku miesiączki przez 4/5 dni.

W jaki sposób działają? Kwas traneksamowy ułatwia krwi w macicy tworzenie skrzepów, co zmniejsza krwawienie. Kwas mefenamowy jest lekiem przeciwzapalnym.

Wpływ na płodność: Brak

Możliwe działania niepożądane: Mogą powodować niestrawność i/lub biegunkę. Kobiety, które miały zakrzep krwi w nodze lub płucach, nie powinny stosować kwasu traneksamowego.

Dwuskładnikowa doustna pigułka antykoncepcyjna

Co to jest? Tabletki zawierające hormony estrogen i progestagen. Przyjmuje się jedną pigułkę dziennie przez 21 dni, po czym przerywa przyjmowanie na 7 dni. Następnie cykl się powtarza.

W jaki sposób działa? Zapobiega występowaniu fizjologicznego cyklu miesięczkowego

Wpływ na płodność: Jest to środek antykoncepcyjny. Płodność powraca po przerwaniu przyjmowania leku.

Możliwe działania niepożądane: Częste: zmiany nastroju; ból głowy; nudności; retencja płynów; tkliwość piersi.

Progestagen doustny (norethisteron)

Co to jest? Tabletki przyjmowane 2-3 razy dziennie od 5. do 26. dnia cyklu (licząc pierwszy dzień miesiączki jako dzień 1).

W jaki sposób działa? Zapobiega szybkiemu wzrostowi śluzówki macicy.

Wpływ na płodność: Nie jest to skuteczny środek antykoncepcyjny, ale zmniejsza szanse zajścia w ciążę. Płodność wróci do normy po przerwaniu przyjmowania leku.

Możliwe działania niepożądane: Częste: przyrost masy ciała; wzdęcia; tkliwość piersi; bóle głowy; trądzik (zwykle lekkie i krótkotrwałe).

Zastrzyk lub implant progestagenowy

Co to jest? Zastrzyk progestagenu (podobnego do naturalnego hormonu, progesteronu).

Dostępny jest również implant, który powoli uwalnia progestagen przez okres do 3 lat.

W jaki sposób działa? Zapobiega szybkiemu wzrostowi śluzówki macicy.

Wpływ na płodność: Płodność wraca do normy po przerwaniu przyjmowania leku, ale ramy czasowe, w jakich płodność wraca, zależą od podanego preparatu. Rzadko po wstrzyknięciu progestagenu płodność może być opóźniona o okres do 18 miesięcy.

Możliwe działania niepożądane: Częste: przyrost masy ciała; nieregularne krwawienie; brak miesiączek; objawy przedmiesiączkowe (w tym wzdęcia, retencja płynów, tkliwość piersi). Mniej częste: utrata gęstości kości.

Analogi gonadoliberyny

Co to jest? Zastrzyk, które zatrzymuje wytwarzanie przez organizm hormonów estrogenu i progesteronu. Zwykle jest to opcja krótkoterminowa.

W jaki sposób działa? Zapobiega występowaniu cyklu miesięczkowego.

Wpływ na płodność: Zaleca się antykoncepcję niehormonalną w czasie terapii. Zajście w ciążę w trakcie terapii jest mało prawdopodobne, ale płodność szybko wraca po jej przerwaniu.

Możliwe działania niepożądane: Częste: objawy przypominające menopauzę (na przykład uderzenia gorąca, wzmożone pocenie, suchość pochwy). Mniej częste: przy długotrwałym stosowaniu istnieje ryzyko osteoporozy. Lekarz może zaproponować hormonalną terapię zastępczą podczas tej terapii, aby zapobiec tym działaniom lub je złagodzić.

Uwaga: Najczęstsze działania niepożądane mogą wystąpić u 1 na 100 kobiet. Mniej częste działania niepożądane występują u 1 na 1000 kobiet. Rzadkie działania niepożądane nie zostały tu opisane.

Dalsze informacje

Numery telefonów kontaktowych:

Edinburgh Royal Infirmary	0131 242 2551
Chalmers Centre	0131 526 1070
St John's Hospital	01506 524383

Informacje podane w tych ulotkach zostały przygotowane na podstawie wytycznych National Institute for Health and Care Excellence (Narodowego Instytutu ds. Doskonałej Opieki Zdrowotnej; <https://www.nice.org.uk/>) oraz Royal College of Obstetricians and Gynaecologists (brytyjskiego Stowarzyszenia Położników i Ginekologów; <https://www.rcog.org.uk/en/guidelines-research-services/>).

Wersja: 0000 Zatwierdzone: 0000 Przegląd: 0000

Zatwierdzone przez: Grupę ds. polityki klinicznej, dokumentacji i informacji,
Fotografia medyczna, St. John's Hospital, czerwiec 2017 r. LO.