



AF GYNÆKOLOG  
CHRISTINE FELDING

# FOR LIDT VIDEN OM NYE FORMER FOR PRÆVENTION

Siden 1993 er der kommet fire nye præventionsmetoder, som ikke er p-piller

Der er fornyelig offentliggjort en stor undersøgelse af 7.000 kvinder i alderen 16-40 år i 14 lande om deres viden om prævention.

Kvinderne kom bl.a. fra Skandinavien. 70 pct. mente, de vidste en hel masse om prævention, men når man gik dem på klingen, vidste de ikke ret meget om de moderne former for prævention.

Udover kondom og spiral kender de kun til p-piller, som mange ikke bryder sig om at tage på grund af risikoen for bivirkninger og mistillid til sikkerheden.

Ofte får mangel på viden kvinderne til at vælge præventionen fra.

Kun 11 pct. ved f.eks., at man kan få sikre og mindre hormonbelastende prævention som f.eks. P-stav, P-plaster og P-ring.

Mangel på viden gør, at hver femte af

alle graviditeter ender i en abort, og det er jo forfærdeligt, da problemer stort set ikke burde eksistere.

Årligt bliver der udført 15.000 aborter i Danmark.

Undersøgelsen viser også, at en p-pillebruger i gennemsnit glemmer en pille om måneden, og at kun en ud af 25 kvinder er rigtig tilfreds med at bruge p-piller.

En anden engelsk undersøgelse, hvor man interviewede nogle hundrede gravide under 25 år viste, at halvdelen kendte til spiral, men 70 pct. ikke vidste, hvordan den virkede.

## DE FIRE NYE METODER

Formålet med denne artikel er, at informere om fire 'nye' præventionsmetoder,

som ikke er p-piller.

De omtales i den rækkefølge, de er kommet på markedet.

*I 1993 kom hormonspiralen 'Levonova' (Figur 1).*

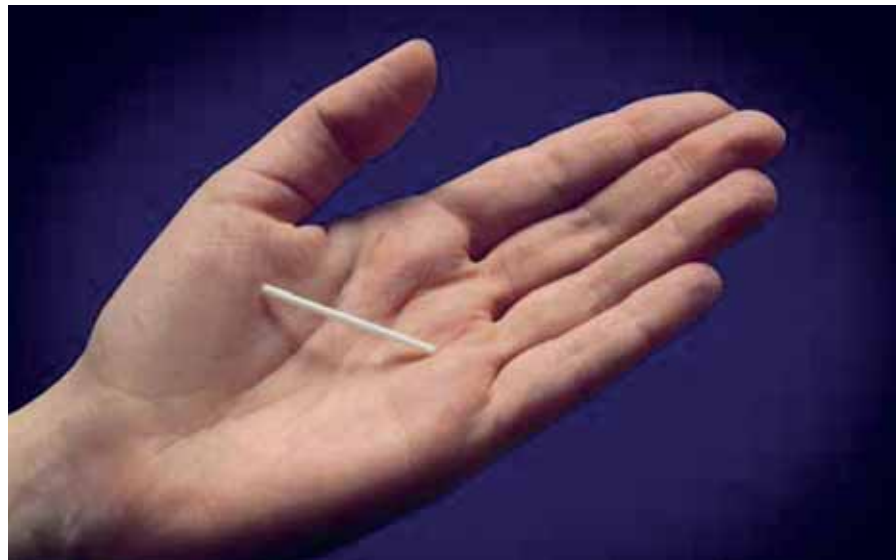
Den indeholder kun et hormon – 'minipillehormonet' – gestagen. Den placeres ligesom en kobberspiral i livmoderen og virker dels ved at gøre slimen i livmoderhalsen tyk og uigennemtrængelig for sædceller, dels ved at flade slimhinden i livmoderen ud, så et eventuelt befrugtet æg ikke kan sætte sig fast. Endelig sidder den - ligesom en kobberspiral - som et fremmedlegeme i livmoderen. Den kan sidde i fem år.

*I 1999 kom P-staven 'Implanon' (Figur 2). Den indeholder ligeledes kun minipil-*

Figur 1



Figur 2



lethormonet, et gestagen. Den sættes ind på overarmens underside, lige under huden og virker ved at afgive en lille mængde hormon hver dag. Den forhindrer ægløsning, ændrer slimmen i livmoderhalsen og flader livmoderslimhinden ud. Den kan sidde i tre år.

I 2002 kom P-ringen – 'NuvaRing' (Figur 3). P-ringen er en silikonering, som indeholder de samme hormoner som p-piller, bare i lavere dosering. Den første indsættes i skeden under menstruation og sidder tre uger. Derefter tages den ud i en uge, hvor man får menstruation. Efter syv dage sættes en ny ring op.

I 2003 kom P-plasteret – 'Evra' (Figur 4). Plasteret indeholder også de samme to hormoner som p-piller og også i en lav dosis. Man placerer plasteret f.eks. på balden, skifter det hver uge i tre uger og i den fjerde uge holder man pause og får menstruation. Efter syv dages pause

sættes et nyt plaster på.

Både ring og plaster virker som p-piller nemlig ved at forhindre ægløsning, gøre livmoderhalsslimen sejere og flade slimhinden i livmoderen ud.

Man behøver ikke at konsultere sin egen 'familielæge' med henblik på prævention, men kan bestille tid hos enhver praktiserende læge.

Og nu vi er ved det – er det gået galt,

kan man uden henvisning konsultere en gynækolog med henblik på abort – se links nedenunder.

Se så bare at komme i gang med at prøve alle de nye, spændende metoder. Check også følgende links: [www.praeventionsiden.dk](http://www.praeventionsiden.dk) [www.abortnet.dk](http://www.abortnet.dk) [www.gynaekologer.dk](http://www.gynaekologer.dk) (her finder du den nærmeste gynækolog din region.)

Figur 3



Figur 4

