

## Отмена оральных контрацептивов

Многие женщины, принимающие оральные контрацептивы, в какой-то момент принимают решение прекратить прием. Часто это связано с готовностью к планированию беременности.

Как правильно отменить прием оральных контрацептивов (ОК)?

- Если вы решили перестать принимать оральные контрацептивы для того чтобы подготовиться к дальнейшему зачатию, а менструация до начала приема ОК не вызывала беспокойства, то завершение приема ОК не требует особой подготовки;
- Если ОК были назначены вам по иным (кроме непосредственно контрацепции) причинам – проблемы с репродуктивным здоровьем, менструацией, состоянием кожи – сначала проконсультируйтесь с врачом, который даст вам необходимые рекомендации;
- Заканчивать прием ОК следует по завершению пачки, т.е. курса. Прекращение терапии посреди курса может привести к нерегулярному кровотечению;
- Будьте готовы к тому, что адаптация организма к отсутствию ОК первое время может проходить не очень комфортно: неприятные ощущения во время менструации, перепады настроения и т.д.;
- Настройтесь на то, что цикл будет восстанавливаться в течение 1-2 месяцев. Не забывайте вести календарь менструации;
- Помните о том, что, несмотря на период восстановления цикла, забеременеть можно сразу после прекращения приема ОК. Первые несколько месяцев после отмены рекомендуется пользоваться презервативами;
- После нормализации цикла, если вы планируете беременность, проконсультируйтесь с гинекологом, который даст вам необходимые рекомендации;
- Если спустя 3 месяца менструальный цикл не урегулировался, обратитесь к гинекологу, чтобы сдать необходимые анализы.