

Minipillerit ja muut pelkkää progestiinia sisältävät ehkäisymenetelmät

Lääkärikirja Duodecim

6.10.2022

Naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri Aila Tiitinen



- Minipillerit
- Ehkäisykapselit
- Injektiomuotoinen progestiini (ehkäisyruiske)
- Kirjallisuutta

Keskeistä

- Keltarauhashormonia (progestiinia) sisältäviä ehkäisyvalmisteita on käytössä pillereinä, kapseleina ja injektioina (ruiskeina).
- Ehkäisyvaikutus perustuu kohdunkaulan limassa tapahtuviin muutoksiin: siittiöiden kulkeutuminen kohtuun estyy. Osittain menetelmien teho perustuu sekä munasolun irtoamisen estoon että kohdun limakalvon ohenemiseen.
- Pitkävaikutteiset menetelmät (kapselit, kierukat) ovat käyttäjälle helppoja, koska ne eivät vaadi jatkuvaa muistamista.
- Progestiinivalmisteet sopivat myös niille naisille, jotka eivät voi käyttää yhdistelmäehkäisyä.

Minipillerien ja pitkäaikaisten keltarauhashormonia sisältävien ehkäisymenetelmien käyttö on lisääntynyt. Pitkävaikutteiset menetelmät (kapselit, kierukat) ovat käyttäjälle helppoja, koska ne eivät vaadi jatkuvaa muistamista.

Progestiiniehkäisyltä puuttuvat estrogeenien vasta-aiheet. Pelkän progestiinin käyttöön liittyy nykytiedon mukaan vähemmän vakavia haittoja kuin [yhdistelmäehkäisyyn](#). Progestiinin käyttöön ei siis liitetä veritulppariskin lisääntymistä. Menetelmän voivat valita veritulpan sairastaneet, verenpainetautia tai diabetesta sairastavat, yli 35-vuotiaat tupakoivat jne. Progestiinivalmisteita voidaan käyttää imetyksen aikana. Rintasyövän sairastaneelle progestiiniehkäisyä ei suositella.

Minipillerit

Minipillereitä voivat käyttää sellaisetkin naiset, joilta estrogeeni on kielletty. Minipillereiden käytössä säännöllinen muistaminen on vielä tärkeämpää kuin yhdistelmäehkäisypillereiden yhteydessä. Minipillereitä saa käyttää myös imetyksen aikana. Pillereitä otetaan säännöllisesti päivittäin, ilman taukoja. Tästä seuraa tavallisin sivuoire, kuukautiskiertojen epäsäännöllisyys, tiputteluvuodot tai toisaalta monella vuotojen loppuminen lähes kokonaan. Tämä ei ole vaarallista vaikkakin harmillista. Ehkäisyteho ei heikkene, vaikka tiputteluvuotoja esiintyy.

Minipillereiden käyttöön ja muiden pelkkää progestiinia sisältävien ehkäisymenetelmiin liittyvien vuotohäiriöiden hoitoon ei ole olemassa kovin hyviä keinoja. Vuodot ovat harvoin runsaita, mutta pitkittynyttä tiputteluvuotoa esiintyy useilla käyttäjillä. Tällöin voi käytännön kokemuksen perusteella käyttää pillereitä kaksinkertaisella annoksella, kunnes läpäisyvuoto loppuu ja sen jälkeen palata tavalliseen käyttöön.

Ehkäisykapselit

Jos pillerin unohtelu on ongelma, voidaan käyttää usean vuoden ehkäisytehon antavia keltarauhashormonikapseleita (implantteja). Ehkäisykapselit ovat turvallisia ja ehkäisyteholtaan selvästi tehokkaampia kuin minipillerit. Kapselin asettaa terveydenhuollon ammattilainen paikallispuudutuksessa olkavarteen ihon alle. Myös kapselien poisto tapahtuu paikallispuudutuksessa. Tämä toimenpide voi joskus vaatia aikaa enemmän kuin kapselien asetus.

Suomessa on markkinoilla kaksi valmistetta: levonorgestreeliä vapauttavat ehkäisykapselit, joissa on kaksi sauvaa ja joiden ehkäisyteho kestää viisi vuotta, sekä etonogestreeliä vapauttava ehkäisykapseli, joka on yksi sauva ja jonka ehkäisyteho kestää valmistajan mukaan kolme vuotta. Sen käyttöä voi usein jatkaa viiteen vuoteen asti lääkärin harkinnan mukaan normaalipainoisella naisella, jos vuotohäiriöitä ei esiinny. Ehkäisykapselit sopivat kaikenikäisille naisille.

Ehkäisykapseleiden yleisimpiä haittavaikutuksia ovat erilaiset vuotohäiriöt (vuotojen poisjääminen, kiertojen epäsäännöllisyys, tiputtelu), jotka useimmiten kuitenkin asettuvat ensimmäisen käyttövuoden aikana.

Injektiomuotoinen progestiini (ehkäisyruiske)

Ehkäisykapselin vaihtoehto on pistos. Progestiini (medroksiprogesteroniasetaatti) annostellaan pistoksena syvälle lihakseen kolmen kuukauden välein. Valmisteen käyttöä hankaloittaa tabletteihin verrattuna ruiskemuotoinen annostelu.

Kuukautisvuotohäiriöitä esiintyy yleisesti tämän menetelmän käyttäjillä. Tämän tyyppistä pistosmuotoista ehkäisyä käytetään Suomessa erittäin vähän, ja se on nykyisin saatavana vain ns. erityislupavalmisteenä.