

**PORANEK
PO**

Przewodnik dla pacjentek



**ANTYKONCEPCJA
AWARYJNA**

W PYTANIACH I ODPOWIEDZIACH

Eksperci Kampanii:



Prof. dr hab. n. med.

Violetta Skrzypulec-Plinta

Specjalista ginekolog-położnik, endokrynolog, seksuolog. Kierownik Katedry Zdrowia Kobiety Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach



Prof. dr hab. n. med.

Mirosław Wielgoś

Konsultant krajowy w dziedzinie perinatologii, Kierownik Kliniki Położnictwa i Perinatologii Państwowego Instytutu Medycznego MSWiA w Warszawie



mgr farm.

Olga Sierpniowska

Członek Zespołu ds. Standaryzacji Opieki Farmaceutycznej Naczelnej Izby Aptekarskiej, współautorka wytycznych dla farmaceutów dotyczących antykoncepcji awaryjnej

ANTYKONCEPCJA AWARYJNA. CZY BĘDZIE DLA MNIE ODPOWIEDNIA? ZAPYTAJ SWOJEGO FARMACEUTĘ.



ZUZANNA, 20 LAT
zapomniała tabletki



MONIKA, 18 LAT
cierpi na alergię



KATARZYNA, 37 LAT
choruje na wątrobę



ANTONINA, 35 LAT
boi się skutków ubocznych



RENATA, 41 LAT
leczy się na padaczkę



JULIA, 28 LAT
zauważyła objawy infekcji



AGNIESZKA, 25 LAT
zawiodła ją prezerwatywa



ANNA, 45 LAT
ma nieregulame cykle



ANGELIKA, 31 LAT
martwi się swoją wagą

Spis treści

- 5 Wstęp
- 7 W jakich sytuacjach warto rozważyć zastosowanie tabletki awaryjnej?
- 8 Czy w każdej aptece otrzymam receptę na antykoncepcję awaryjną?
- 9 Czego mogę oczekiwać od rozmowy z farmaceutą o antykoncepcji awaryjnej?
- 10 O czym mogę porozmawiać z farmaceutą?
- 11 Lista rzeczy do zrobienia przed wizytą w aptecę
- 11 Jakie pytania może zadać farmaceuta?
- 12 Czas, jaki minął od niezabezpieczonego stosunku
- 13 Alergie, przewlekłe choroby, przyjmowane leki
- 14 Data ostatniej miesiączki, długość i regularność cyklu
- 15 Stosowanie regularnej metody antykoncepcji
- 16 Ciąża lub jej podejrzenie
- 17 Karmienie piersią
- 18 Kolejna dawka antykoncepcji awaryjnej w tym samym cyklu
- 19 Masa ciała i wzrost
- 20 Informacje na zakończenie konsultacji

Spis treści

21 Pytania, na które warto znać odpowiedź

Czy muszę przyjąć tabletkę awaryjną na miejscu w aptece?

Czy farmaceuta może odmówić wystawienia recepty farmaceutycznej na antykoncepcję awaryjną?

Czy podczas konsultacji dotyczącej antykoncepcji awaryjnej mogę mieć przy sobie bliską osobę?

WSTĘP



OLGA

Twoja farmaceutka

Droga Czytelniczko,

przekazuję Ci przewodnik, który został stworzony z myślą o Tobie – kobiecie świadomej, która dba o swoje zdrowie i chce podejmować przemyślane decyzje. Jestem farmaceutką i zdaję sobie sprawę, że temat antykoncepcji awaryjnej może budzić wiele emocji. Gdy znajdujemy się w sytuacji, która wymaga podjęcia szybkiej decyzji, często towarzyszy nam stres i niepewność. Doskonale rozumiem, jak istotny jest wtedy dostęp do rzetelnych informacji i wsparcia.

Czy wiesz, że doustną antykoncepcję awaryjną może przepisać Ci nie tylko lekarz? W aptece czeka na Ciebie farmaceuta, który może wystawić receptę farmaceutyczną na „tabletkę po”. Najpierw jednak przeprowadzi z Tobą wywiad, aby upewnić się, że jest to dla Ciebie odpowiednie i bezpieczne rozwiązanie.

Wiem, że rozmowa na temat antykoncepcji awaryjnej może być trudna, dlatego chcę, abyś czuła się swobodnie i pewnie, zadając mi wszelkie pytania, jakie przyjdą Ci do głowy.

Ten poradnik powstał na podstawie najczęstszych wątpliwości kobiet na temat możliwości uzyskania antykoncepcji awaryjnej w aptece.

Moim celem jest, abyś po przeczytaniu tych stron miała jasność, czego możesz się spodziewać. Dowiesz się, jakie pytania może zadać farmaceuta i dlaczego są one ważne, abyś mogła otrzymać najlepszą możliwą pomoc. Dlatego oprócz dawki wiedzy znajdziesz tutaj także fragmenty przykładowych dialogów. Rozmowa o zdrowiu – także tym seksualnym – to coś naturalnego. Czekam na Ciebie w aptece!

Z serdecznymi pozdrowieniami,
Twoja Farmaceutka

W jakich sytuacjach warto rozważyć zastosowanie tabletki awaryjnej?



ANETA

Twoja farmaceutka

Doustna antykoncepcja awaryjna, znana także jako „tabletko po” lub „tabletko awaryjno” jest metodą zapobiegania ciąży, którą stosuje się w wyjątkowych okolicznościach. Jest pomocna, gdy doszło do niezabezpieczonego stosunku seksualnego.

Warto ją rozważyć, jeśli nie planujesz ciąży, a współżyłaś bez żadnej formy antykoncepcji, użyta metoda zawiodła (np. pękła prezerwatywa) lub została źle zastosowana (np. nastąpiła pomyłka w stosowaniu antykoncepcji hormonalnej). Nie zastępuje ona jednak regularnych, bardziej skutecznych metod antykoncepcji.

Doustna antykoncepcja awaryjna działa poprzez zablokowanie lub opóźnienie owulacji, czyli jajczkowania. Bez komórki jajowej nie może dojść do zapłodnienia i rozwoju ciąży. Warto wiedzieć, że im szybciej tabletko awaryjno zostanie zażyta po niezabezpieczonym stosunku, tym wyższa jest jej skuteczność.

Czy w każdej aptece otrzymam receptę na antykoncepcję awaryjną?

W maju 2024 roku ruszył program pilotażowy w zakresie usług farmaceuty dotyczących zdrowia reprodukcyjnego. W ramach programu farmaceuta może wystawić Ci bezpłatnie receptę farmaceutyczną na doustną antykoncepcję awaryjną, na podstawie której będziesz mogła wykupić lek. Program jest dobrowolny dla aptek i obejmuje tylko te, które podpisały z Narodowym Funduszem Zdrowia (NFZ) umowę na realizację pilotażu.



Apteki uczestniczące w projekcie mogą być oznakowane naklejką informacyjną i widoczne w internetowej wyszukiwarce NFZ: <https://pacjent.gov.pl/aktualnosc/antykoncepcja-awaryjna-w-aptekach>

W pilotażu mogą uczestniczyć pacjentki, które mają ubezpieczenie zdrowotne i ukończyły 15 lat na dzień zgłoszenia się do apteki. Jeśli farmaceuta ma wątpliwości co do wieku osoby, może poprosić o dokument tożsamości ze zdjęciem. Z programu można skorzystać nie częściej niż co 30 dni.

Pacjentka: Dzień dobry, czy ta apteka realizuje pilotaż antykoncepcji awaryjnej?

Farmaceuta: Tak, mamy podpisaną umowę z NFZ. Czy chciałaby Pani skorzystać z tego programu?

W aptecę, która nie bierze udziału w pilotażu, farmaceuta także może wystawić receptę farmaceutyczną na antykoncepcję awaryjną. W takim przypadku możesz jednak zostać poproszona o opłatę nie tylko za lek, ale również za receptę i konsultację.

Czego mogę oczekiwać od rozmowy z farmaceutą o antykoncepcji awaryjnej?

Pewnie zastanawiasz się, czy konsultacja odbędzie się przy aptecznym okienku. Nie martw się – rozmowa będzie przeprowadzona w pokoju opieki farmaceutycznej, w warunkach zapewniających poszanowanie Twojej godności i intymności. Wszystko, co powiesz, pozostanie poufne.

Pacjentka: Mam pytanie o antykoncepcję awaryjną. Nie jestem pewna, czy powinnam ją zastosować...

Farmaceuta: Rozumiem. Przejdźmy do gabinetu konsultacyjnego. Tam porozmawiamy i postaram się Pani pomóc.

Farmaceuta zadba o to, abyś czuła się komfortowo i bezpiecznie. Jego zadaniem jest przekazać Ci pełne informacje o dostępnych opcjach antykoncepcji awaryjnej i ich skuteczności.

Farmaceuta: Widzę, że jest Pani zdenerwowana...

Pacjentka: Tak, to prawda... Nigdy nie byłam w takiej sytuacji.

Farmaceuta: Czuje się Pani zakłopotana.

Pacjentka: Chyba boję się, że zostanę oceniona.

Farmaceuta: To całkowicie naturalne, że czuje się Pani w ten sposób. Nie jestem tu po to, aby oceniać. Taka sytuacja mogła przytrafić się każdemu. To ważne, że zdecydowała się Pani skorzystać z fachowej pomocy.

O czym mogę porozmawiać z farmaceutą?

Możesz porozmawiać z farmaceutą o swoich obawach dotyczących niezabezpieczonego stosunku i przyjęcia tabletki awaryjnej.

Możesz zapytać o kwestie takie jak:

- jak dokładnie działa tabletki awaryjna,
- możliwe działania niepożądane,
- skuteczność w zapobieganiu nieplanowanej ciąży,
- czego spodziewać się w bieżącym i następnym cyklu miesięczkowym,
- dolegliwości po stosunku wskazujące na możliwość infekcji intymnej.

Możesz także zapytać o skuteczne, regularne metody zapobiegania ciąży oraz profilaktykę chorób przenoszonych drogą płciową.

Pacjentka: W internecie przeczytałam, że po tabletki awaryjnej mogą wystąpić skutki uboczne. Czy to faktycznie taki silny lek?

Farmaceuta: Doceniam to, że otwarcie mówi Pani o swoich obawach. Ważne jest, aby czuła się Pani dobrze poinformowana, a internet nie zawsze jest najlepszym źródłem. Co najbardziej Panią niepokoi?

Pacjentka: Głównie obawiam się, że będę mieć rozregulowany na wiele miesięcy cykl.

Farmaceuta: Antykoncepcja awaryjna nie ma długotrwałego wpływu na płodność i cykl menstruacyjny. Stosowana zgodnie z zaleceniami jest bezpieczna. Do najczęstszych reakcji niepożądanych należą nudności, bóle głowy czy brzucha. Dolegliwości na ogół są łagodne i występują tylko u niektórych pacjentek.

Czy chciałaby Pani porozmawiać o tym, jak można sobie radzić z tymi objawami, jeśli się pojawią?

Lista rzeczy do zrobienia przed wizytą w aptecce

- Zanotuj, ile czasu minęło od niezabezpieczonego stosunku.
- Przygotuj spis leków, które regularnie przyjmujesz.
- Zapisz datę ostatniej miesiączki.
- Przemyśl pytania, które chcesz zadać farmaceutce.

Jakie pytania może zadać farmaceuta?

Szczerza i otwarta rozmowa z farmaceutą jest potrzebna, abyś mogła otrzymać najlepszą możliwą pomoc. By dobrze doradzić, farmaceuta musi ocenić wskazania i przeciwwskazania do zastosowania doustnej antykoncepcji awaryjnej. Potrzebuje również sprawdzić, czy dotyczą Cię specjalne ostrzeżenia i środki ostrożności związane z działaniem tabletki. Farmaceuta może wykorzystać specjalny kwestionariusz do zebrania potrzebnych informacji. Jeśli trudno Ci będzie odpowiedzieć na pytania, możesz poprosić o pomoc w jego wypełnieniu. Farmaceuta może także wręczyć Ci dodatkowe materiały edukacyjne na temat antykoncepcji

Farmaceuta: Najpierw muszę zebrać kilka informacji na temat Pani zdrowia. Pomaga mi w tym ten kwestionariusz. Czy zgodzi się Pani go wypełnić?

Pacjentka: Dobrze, ale mam pewne wątpliwości. Czy wszystkie te informacje są naprawdę konieczne? Chodzi mi o to, że niektóre pytania są bardzo osobiste...

Farmaceuta: Rozumiem, to trafne spostrzeżenie. Informacje, o które pytamy dotyczą intymnych spraw, ale są istotne, aby ocenić,

czy antykoncepcja awaryjna będzie dla Pani bezpieczna i skuteczna. Chciałabym również przekazać Pani kilka materiałów edukacyjnych na temat antykoncepcji awaryjnej. Znajdzie tam Pani informacje na temat tego, co warto wiedzieć oraz wyjaśnienie najważniejszych faktów i najpopularniejszych mitów w na temat „tabletki po”.

Pacjentka: Dziękuję, to na pewno będzie pomocne. Czy mogę od razu zapoznać się z tymi ulotkami? Chciałabym lepiej zrozumieć, jakie mam opcje i jakie mogą być konsekwencje.

Farmaceuta: Oczywiście. Proszę pamiętać, że jestem tu, żeby pomóc. Jeśli któreś pytanie sprawia, że czuje się Pani niekomfortowo, możemy omówić to dokładniej.

Czas, jaki minął od niezabezpieczonego stosunku

Jednym z podstawowych kryteriów pozwalających na zastosowanie antykoncepcji awaryjnej jest czas, który upłynął od niezabezpieczonego stosunku. Na przyjęcie tabletki masz odpowiednio 72 godziny lub 120 godzin – w zależności od produktu. Dlatego farmaceuta będzie potrzebował informacji, ile czasu minęło od współżycia. Jeśli masz trudności z obliczeniem czasu w godzinach – co może być wyzwaniem, kiedy jesteś w stresie – podaj datę i godzinę „sytuacji awaryjnej”.

Pacjentka: Ta sytuacja awaryjna miała miejsce wczoraj około 19:00.

Farmaceuta: Jest 9:00, więc minęło około 14 godzin. Zareagowała Pani szybko – to ważne, bo czas ma znaczenie dla skuteczności „tabletki po”.

Alergie, przewlekłe choroby, przyjmowane leki

W niektórych przypadkach Twój stan zdrowia może powodować, że zastosowanie doustnej antykoncepcji awaryjnej będzie niezalecane. Będzie to między innymi ciężka astma leczona doustnymi glikokortykosteroidami, poważna choroba wątroby czy pewne rzadkie nietolerancje niektórych cukrów. W razie wątpliwości farmaceuta zada dodatkowe pytania, aby ocenić, czy możesz bezpiecznie przyjąć tabletkę awaryjną.

Stosowane przez Ciebie leki mogą wchodzić w interakcje (wzajemne oddziaływania) z doustną antykoncepcją awaryjną i obniżać jej skuteczność. Farmaceuta zastosuje odpowiedni algorytm postępowania w takiej sytuacji i przedstawi Ci wszystkie dostępne opcje.

Uczulenie na substancję czynną lub pomocniczą leku jest przeciwwskazaniem do zastosowania tabletki awaryjnej i wyklucza możliwość jej użycia. Dlatego podczas wywiadu farmaceutycznego pojawia się pytanie o alergie oraz o wcześniejsze reakcje na doustną antykoncepcję awaryjną, jeśli już ją stosowałaś w przeszłości.

Pacjentka: Mam przy sobie listę leków, które na stałe przyjmuję. Czy to będzie pomocne?

Farmaceuta: Tak, bardzo. To rozsądne, że Pani o tym pomyślała.

Data ostatniej miesiączki, długość i regularność cyklu

Tabletkę awaryjną można przyjąć w dowolnym dniu cyklu, nawet jeśli jest nieregularny. Dlatego informacje o Twoim cyklu miesięczkowym nie przesądzają, czy możesz otrzymać receptę farmaceutyczną na antykoncepcję awaryjną. Są jednak potrzebne, aby oszacować prawdopodobną datę owulacji i kompetentnie doradzić, jeśli w grę wchodzi różne opcje. Pomagają także – jeśli będziesz chciała – podjąć rozmowę o zdrowiu intymnym, rytmie płodności i regularnej antykoncepcji.

Pacjentka: Jak duże jest ryzyko, że jednak zajdę w ciążę?

Farmaceuta: Z danych o Pani cyklu wynika, że sytuacja awaryjna mogła mieć miejsce niedługo przed owulacją, czyli w czasie największej płodności. Jednak szybko przyjęta tabletkę awaryjna skutecznie blokuje jajczkowanie lub przesuwa je w czasie. Ryzyko ciąży jest wówczas naprawdę niewielkie.

Stosowanie regularnej metody antykoncepcji

Farmaceuta może zapytać, czy stosujesz regularną antykoncepcję, aby lepiej zrozumieć Twoją sytuację i dostosować zalecenia dotyczące antykoncepcji awaryjnej. Jeśli na co dzień przyjmujesz – na przykład – tabletki antykoncepcyjne i pominęłaś dawkę, to czasem wystarczy postępować zgodnie z wytycznymi z ulotki, aby uniknąć nieplanowanej ciąży. Jeśli konieczne będzie przyjęcie tabletki awaryjnej, otrzymasz wskazówki, jak postępować dalej.

Farmaceuta: W zależności od tego, kiedy zapomniała Pani zażyć tabletkę antykoncepcyjną i jakiej metody Pani używa, mogę zasugerować najlepszą strategię. Chciałabym też doradzić, jak kontynuować przyjmowanie obecnych tabletek po zastosowaniu antykoncepcji awaryjnej. Co Pani na to?

Pacjentka: Tak, bardzo proszę. Chciałabym wiedzieć, jak dalej zabezpieczać się przed ciążą.

Ciąża lub jej podejrzenie

Antykoncepcja awaryjna nie jest przeznaczona do stosowania podczas ciąży i nie powinna być przepisywana kobietom, które podejrzewają, że mogą być w ciąży lub są w ciąży. Dlatego farmaceuta może zapytać, czy przed wizytą w apteczkę wykonywałaś test ciążowy. Aby ocenić, czy możesz być w ciąży, o której jeszcze nie wiesz, farmaceuta może również zapytać, czy miałaś ponad 5 dni temu inne niezabezpieczone stosunki seksualne. W niektórych sytuacjach może zasugerować wykonanie testu ciążowego przed podjęciem decyzji o zastosowaniu antykoncepcji awaryjnej.

Pacjentka: Zrobiłam dzisiaj rano test ciążowy i był negatywny. Czy powinnam wykonać inne badania, jeśli chcę zastosować antykoncepcję awaryjną?

Farmaceuta: Przed zastosowaniem antykoncepcji awaryjnej nie ma potrzeby rutynowego wykonywania innych badań, takich jak pomiary ciśnienia, badania laboratoryjne czy badanie ginekologiczne.

Karmienie piersią

Karmienie piersią nie jest przeciwwskazaniem do zastosowania tabletki awaryjnej. Farmaceuta powinien jednak wiedzieć, czy karmisz piersią, aby w razie potrzeby udzielić dodatkowych informacji.

Pacjentka: Urodziłam niecały rok temu i nie chcę na razie kolejnej ciąży. Myślę o antykoncepcji awaryjnej, ale nadal karmię piersią i nie chcę zaszkodzić dziecku.

Farmaceuta: Zastanawia się Pani, jak pogodzić swoje potrzeby z dobrem dziecka. Sądzę, że uda się znaleźć rozwiązanie, które będzie dla Pani do zaakceptowania. Czy mogę wyjaśnić, jak lek wpływa na bezpieczeństwo karmienia piersią i przedstawić możliwe środki ostrożności, takie jak na przykład przerwa w karmieniu piersią?

Kolejna dawka antykoncepcji awaryjnej w tym samym cyklu

Nie zaleca się równoczesnego stosowania dwóch różnych substancji czynnych w ramach antykoncepcji awaryjnej. Zakłócają one wzajemnie swoje działanie, co może prowadzić do mniejszej skuteczności. Jeśli w danym cyklu przyjąłś już tabletkę awaryjną, farmaceuta doradzi, czy możesz przyjąć kolejną i który produkt wybrać.

Pacjentka: To już drugi raz w tym miesiącu, kiedy potrzebuję tabletki awaryjnej. Martwię się, że coś może być nie tak.

Farmaceuta: Wygląda na to, że ta sytuacja wywołuje w Pani sporo stresu. Sprawdźmy, jaką tabletkę Pani przyjęła wcześniej i kiedy to było, aby dobrać najlepsze rozwiązanie. Czy miała Pani od tego czasu jakieś niepokojące objawy?

Pacjentka: Nie, nic szczególnego.

Farmaceuta: A co myśli Pani o swojej aktualnej metodzie antykoncepcji?

Pacjentka: Szczerze mówiąc, zaczynam mieć wątpliwości, czy jest dla mnie odpowiednia.

Farmaceuta: Może to odpowiedni moment, aby rozważyć inne opcje, które lepiej spełnią Pani potrzeby. Co Pani o tym sądzi?

Pacjentka: Myślę, że to dobry pomysł. Nie chcę więcej takich sytuacji.

Masa ciała i wzrost

Masa ciała i wzrost to parametry pozwalające obliczyć BMI, czyli wskaźnik masy ciała (ang. Body Mass Index). U kobiet z wysokim wskaźnikiem BMI doustna antykoncepcja awaryjna może być mniej skuteczna, nadal jednak można ją zastosować. Farmaceuta sprawdzi Twoje parametry i doradzi najbardziej odpowiednią metodę lub dawkę leku.

Farmaceuta: Widzę, że waży Pani 89 kg przy wzroście 169 centymetrów. Wskaźnik masy ciała wynosi 31.2, co wskazuje na pierwszy stopień otyłości. Może to wpłynąć na działanie doustnej antykoncepcji awaryjnej. Czy możemy przez chwilę porozmawiać o różnych opcjach?

Pacjentka: Tak... Trochę się martwię. Czy to znaczy, że nie dostanę recepty na „tabletkę po”?

Farmaceuta: Nie, niekoniecznie. Przy wysokim wskaźniku BMI można przyjąć tabletkę awaryjną, ale skuteczność może być mniejsza. Dlatego – jeśli Pani pozwoli - chciałabym przekazać Pani dodatkowe informacje na temat miedzianej wkładki wewnątrzmacicznej.

Pacjentka: Brzmi jak coś skomplikowanego, ale poproszę o te informacje. Nie chcę teraz zająć w ciążę...

Farmaceuta: Oczywiście, rozumiem to. Pokażę Pani na ilustracji, jak wygląda taka wkładka. Jest prosta w budowie, ale zakłada ją ginekolog. Jej skuteczność nie zależy od masy ciała i jest bardzo wysoka w antykoncepcji awaryjnej. Dodatkowo, zapewnia długoterminową ochronę przed ciążą. Nawet jeśli przyjmie Pani tabletkę, warto rozważyć wkładkę. Co Pani o tym myśli?

Informacje na zakończenie konsultacji

Podczas zakończenia konsultacji farmaceuta przekaze Ci dodatkowe informacje w formie rozmowy, ulotki lub linku do zasobów internetowych. Obejmą one między innymi postępowanie w przypadku wymiotów po zażyciu tabletki, moment, kiedy należy skonsultować się z lekarzem oraz wskazówki dotyczące wykonania testu ciążowego.

Antykoncepcja awaryjna nie chroni przed zakażeniami przenoszonymi drogą płciową. Dlatego jeśli miałś niezabezpieczony stosunek, szczególnie z nowym lub przypadkowym partnerem, to farmaceuta zaproponuje przekazanie wiadomości na temat związanych z tym zagrożeń dla zdrowia.

Farmaceuta: Z kwestionariusza wynika, że nie stosuje Pani żadnej regularnej metody antykoncepcji. Czy dobrze rozumiem, że stosunek, który był powodem Pani wizyty, również odbył się bez zabezpieczenia, np. bez użycia prezerwatywy?

Pacjentka: Niestety tak. To było dość spontaniczne... i z nowo poznaną osobą.

Farmaceuta: Dziękuję za szczerą odpowiedź. W takiej sytuacji warto rozważyć ryzyko zakażeń przenoszonych drogą płciową. Czy chciałaby Pani, abym powiedział o tym coś więcej?

Pacjentka: Czy powinnam zrobić jakieś badania?

Farmaceuta: To bardzo rozsądne pytanie. Przygodne kontakty seksualne, zwłaszcza bez zabezpieczenia prezerwatywą mogą wiązać się z ryzykiem. Warto skontaktować się z ginekologiem. Niektóre badania można wykonać już w kilka dni po stosunku, ale inne będą wiarygodne dopiero po kilku tygodniach.

Pytania, na które warto znać odpowiedź



PAWEŁ

Twój farmaceuta

Czy muszę przyjąć tabletkę awaryjną na miejscu w aptece?

Nie musisz przyjmować tabletki awaryjnej w obecności farmaceuty ani bezpośrednio w aptece. Ponieważ jednak najlepiej zażyć ją jak najszybciej – możesz to zrobić, jeśli chcesz.

Czy farmaceuta może odmówić wystawienia recepty farmaceutycznej na antykoncepcję awaryjną?

W razie wątpliwości co do bezpieczeństwa stosowania doustnej antykoncepcji awaryjnej farmaceuta może skierować Cię do lekarza. W takiej sytuacji możesz nie otrzymać recepty farmaceutycznej na „tabletkę po”.

Czy podczas konsultacji dotyczącej antykoncepcji awaryjnej mogę mieć przy sobie bliską osobę?

Nie ma przeciwwskazań, aby podczas konsultacji towarzyszyła Ci bliska osoba – partner, mama, przyjaciółka czy siostra. Jeśli nie chcesz być sama podczas rozmowy – poinformuj o tym farmaceutę.

KAMPANIA Poranek PO | www.poranekpo.pl



Kampania Poranek „PO” to kampania edukacyjna i inicjatywa, której celem jest zwiększenie świadomości społeczeństwa na temat antykoncepcji awaryjnej, a także zapewnienia, aby wszystkie kobiety w Polsce, które z niej korzystają mogły czuć się pewnie i bezpiecznie. Z danych Ministerstwa Zdrowia wynika, że w ubiegłym roku w Polsce wystawiono blisko 900 tysięcy recept na antykoncepcję awaryjną. W obliczu niewystarczającej wiedzy oraz nieustannego rozpowszechniania dezinformacji w Internecie chcemy wraz z wybitnymi specjalistami ginekologii oraz farmaceutami podjąć wysiłki mające na celu świadome i odpowiedzialne korzystanie z tego rodzaju środków antykoncepcyjnych. Kampania oraz podejmowane w jej trakcie działania mają przełamywać tabu związane z rozmową na temat stosowania antykoncepcji awaryjnej przez kobiety. Bardzo istotne jest, aby łatwy dostęp w aptece do bezpiecznej antykoncepcji zmniejszył ryzyko, że kobiety będą sięgać po metody niesprawdzone, nieskuteczne lub szkodliwe dla zdrowia.