

Е.В. Вараксина – студент

Е.В. Кудрявцева - доктор медицинских наук, доцент

Information about the authors

D. D. Kraeva - student

E. V. Varaksina - student

E. V. Kudryavtseva - Doctor of Science (Medicine), Associate Professor

УДК: 618.17-008.8

КОМБИНИРОВАННЫЕ ОРАЛЬНЫЕ КОНТРАЦЕПТИВЫ ВЛИЯНИЕ НА МАССУ ТЕЛА

Наталья Евгеньевна Красильникова¹, Марина Владимировна Коваль²

^{1,2}ФГБОУ ВО «Уральский Государственный Медицинский Университет»

Минздрава России, Екатеринбург, Россия

¹Nkrasilnikova98@mail.ru

Аннотация

В данной статье изложено влияние КОК (комбинированных оральных контрацептивов) на массу тела. Определена значимость данного явления для женщин репродуктивного периода. **Введение.** Комбинированные оральные контрацептивы – наиболее распространенный, эффективный и безопасный способ контрацепции в современном мире. Несмотря на это, у женщин существуют опасения при приеме данных препаратов. В большинстве случаев опасения вызваны страхом возможного набора массы тела. **Цель исследования** - установить влияние комбинированных оральных контрацептивов на массу тела женщин. **Материалы и методы.** Проведено анонимное ретроспективное анкетирование 107 женщин принимающих и принимавших КОК. **Результаты.** Согласно данным, полученным в ходе анонимного анкетирования женщин, лишь 33% респонденток отмечали прибавку массы тела за первые 1-3 месяца применения КОК. Прибавка веса была незначительна – 2 кг. **Обсуждение.** При анализировании результатов исследования получаем вывод, что не только КОК влияют на изменения в массе тела, но и наследственность, пищевые привычки, физическая активность женщины. **Выводы.** Под влиянием гормональных препаратов действительно возможна прибавка массы тела, но незначительная (1-2 кг). Это обусловлено как действием самого препарата, так и образом жизни женщины.

Ключевые слова: репродуктивное здоровье, комбинированные оральные контрацептивы, изменение массы тела.

COMBINED ORAL CONTRACEPTIVES EFFECTS ON BODY MASS

Natalia E. Krasilnikova¹, Marina V. Koval²

^{1,2}Ural state medical university, Yekaterinburg, Russia

¹Nkrasilnikova98@mail.ru

Abstract

The article describes the influence of combined oral contraceptives on the body mass. The significance of this phenomenon for women of the reproductive period has been

determined. **Introduction.** Combined oral contraceptives - the most common, effective and safe method of contraception. Despite this, women have concerns about taking these drugs. In most cases, fear of body mass. **The aim of the study** - determine the effect of combined oral contraceptives on women's body weight. **Materials and methods.** An anonymous retrospective survey was conducted of 107 women receiving and receiving combined oral contraceptives. **Results.** According to data obtained from the anonymous survey of women, only 33% of noted the increase in body weight for the first 1-3 months of use of the Combined oral contraceptives. The increase in weight was insignificant - 2 kg. **Discussion.** During analyzing the results of the study we get the conclusion that it is not only the combined oral contraceptives that affects affect changes in body mass, but also heredity, dietary habits, physical activity. **Conclusions.** Under the influence of hormonal drugs is really possible to increase body mass, but insignificant. This is due to both the action of the drug itself and the lifestyle of the woman. **Keywords:** reproductive health, combined oral contraceptives, change of body mass.

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире планирование беременности является необходимым условием для сохранения репродуктивного здоровья и социальной жизни каждой женщины, создания оптимальных условий для рождения желанного ребенка. Повышение числа запланированных беременностей снижает количество аборт, способствует сохранению физического и психического здоровья женщины, улучшает демографическую ситуацию [1].

Комбинированные оральные контрацептивы (КОК) являются одним из самых надежных, самых простых и безопасных в использовании методов контрацепции. При правильном использовании индекс Перля составляет 0,3-0,8. Кроме контрацептивного эффекта, КОК обладают лечебным свойством в отношении ряда гинекологических заболеваний. Их профилактический эффект проявляется снижением риска возникновения рака эндометрия и яичников.

Наибольшее число пользователей КОК приходится на США, среди европейских стран по числу использования гормональных контрацептивов лидирует Норвегия (82% женщин), в России КОК применяют 68% женщин [2]. Такой показатель в нашей стране является следствием гормонофобии, которая обусловлена данными литературы, анализирующими осложнения при использовании высокодозированных контрацептивов, которые в современном мире уже давно не используются. В связи с этим все неблагоприятные явления во время применения КОК трактуются женщинами как осложнения гормональной контрацепции.

Наибольшую обеспокоенность у пользователей вызывает возможная прибавка массы тела и это служит самой частой причиной нежелания использовать данный вид контрацептивов. Боязнь увеличения массы тела является социальной проблемой. Мода на «стройную фигуру», демонстрация с экранов истощенных, худых девушек заставляют ограничить себя в употреблении некоторых продуктов питания и лекарственных средств, способствующих набору веса, в том числе, КОК. Особенно данная реакция

распространена среди подростков, у которых в связи с тенденцией к раннему дебюту половой жизни, наблюдающемся в современном мире, возникает насущная необходимость предотвращения нежелательной беременности [4]. Часть женщин самостоятельно прекращают принимать гормональные контрацептивы в течение первых трех месяцев их использования в связи с увеличением массы тела, которые возможны из-за метаболического влияния КОК за данный период времени [2].

Цель исследования – установить влияние комбинированных оральных контрацептивов на массу тела женщин.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Проведено ретроспективное анонимное анкетирование 107 женщин, посредством Google forms как активных пользователей КОК, так и тех, кто принимал контрацептивы ранее.

В анкете респондентки отвечали на вопросы об изменении массы тела на фоне приема КОК: на сколько килограммов и за какой промежуток времени от начала применения противозачаточных таблеток; проводился анализ препаратов, которые использовали респондентки; расспрашивали о характере питания и физической активности.

Критерии включения в исследование: пациентки репродуктивного возраста, нуждающиеся в контрацепции; отсутствие противопоказаний для использования гормональных контрацептивов.

Критерии исключения: применение гормонального кольца и пластыря; прием других лекарственных препаратов и БАД, способствующих набору веса.

Для статистической обработки данных использовались пакеты прикладных программ Microsoft Office Excel 2016. Использовались методы описательной статистики: данные представлены в виде абсолютных чисел (n) и их долей (%). Все количественные признаки тестировались на нормальность распределения с помощью критериев Колмогорова-Смирнова и Шапиро-Уилка. Для описания количественных данных, имеющих нормальное распределение использовали среднее арифметическое и стандартное отклонение M (SD).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

В исследовании приняли участие 107 женщин: 77 (71,9%) активных пользователей КОК и 30 (28,1%) использовали КОК ранее. Средний возраст женщин 25,4 (4,2) года. Распределение участниц по возрасту составило: 18-29 лет 91,6% (98), 30-39 лет 3,7% (4), 40-49 лет 4,7% (5). Таким образом, большинство участниц были оптимального репродуктивного возраста и нуждались в качественной контрацепции. Наследственный анамнез по эндокринным заболеваниям (ожирение, сахарный диабет, заболевания щитовидной железы) был отягощен у 35,2 % (37) женщин. Эти данные не являлись ограничением для назначения КОК и соответствовали общепопуляционным.

Продолжительность приема КОК составила 1-3 месяцев 18,2% (60) женщин, 4-6 месяцев 12,1% (12), 7-12 месяцев 10,1% (11), более 1 года 59,6% (19) пациенток. Препараты, которые отметили участницы исследования: Димиа 22,6% (26), Джес плюс 16,5% (19), Джес 12,2% (14). Менее распространены

среди опрошиваемых - Клайра 10,4% (12), Мидиана 6,1% (7), Ярина 5,2% (6), Жанин 4,3% (5), Белара 4,3% (5), Новинет 3,4% (4), Лея 1,7% (2), Логест 1,7% (2), Ясмина плюс 0,9% (1), Силуэт 0,9% (1) (рис.1)

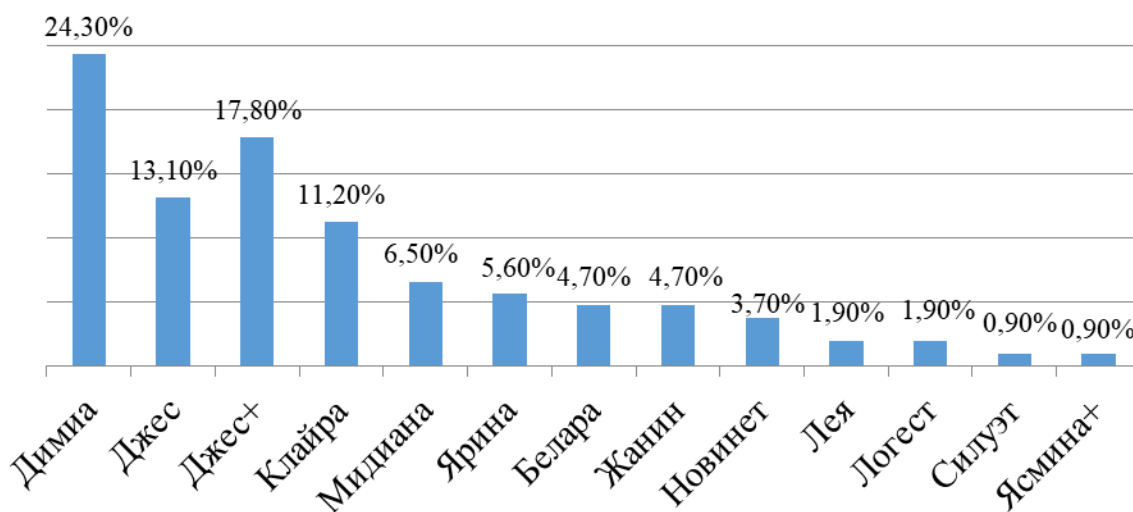


Рис.1 Наиболее распространенные комбинированные оральные контрацептивы (отн. число)

Средняя прибавка массы тела на фоне приема КОК составила 2 (0,8) кг, была зафиксирована у 33% (35) женщин. Большинство респонденток отметили увеличение веса в первые 3 месяца от начала приема КОК - 40,5% (15), в течении 4-6 месяцев повысили вес 24,3% (9) женщин. За 7-12 месяцев приема противозачаточных таблеток 13,5% (6) респонденток отметили увеличение веса, 21,6% (8) опрошиваемых отметили прибавку веса через год от начала приема КОК.

Прибавка массы тела отмечена на препаратах: Логест- 10,3% (11), Джес 4,7% (5), Жанин- 9,3% (10), Димиа- 3,7% (4), Клайра 11,7% (12), Белара 7,2% (8). Это может быть связано с эндокринной и метаболической адаптацией организма к гормональному препарату, а также характеристиками состава препарата[6]. Пациентки, принимавшие дроспиренонсодержащие контрацептивы (Димиа, Мидиана, Джес, Джес плюс, Ярина), обладающие антиминералокортикоидными свойствами, не отметили прибавки веса совсем или в незначительном проценте случаев.

Общеизвестно, что масса тела увеличивается с возрастом за счет снижения основного обмена – это естественный процесс, происходящий в течение жизни. После наступления 18 летнего возраста основной обмен снижается на 2% в течение каждого десятилетия. В то же время многие женщины с возрастом снижают свою физическую активность, и отнюдь не уменьшают, а зачастую увеличивают свой дневной рацион [6]. В нашем исследовании большинство пациенток - 75,4% (80) - не отрицали частое употребление быстрых углеводов, а на малоподвижный образ жизни указали 76,9 (82) % женщин.

Изменения пищевых привычек на фоне приема КОК (Жанин, Силуэт, Логест, Белара) отметили 14,3% (15) участниц исследования: они стали употреблять больше мучной и жареной пищи. 37,1% (42) всегда питались с преобладанием мучной и жареной пищи, только 48,6% (50) девушек до и во время использования КОК придерживались здорового питания, с преобладанием овощей, фруктов.

ВЫВОДЫ

1. Под влиянием комбинированных оральных контрацептивов возможно повышение массы тела 2 (0,8) кг.

2. Увеличение массы тела в подавляющем большинстве случаев отмечено в первые 3 месяца применения КОК, что можно объяснить периодом метаболической адаптации к препарату.

3. Увеличение массы тела обусловлено не только приёмом КОК, но и характером и составом питания, а также низкой физической активностью женщин.

4. Для увеличения приемлемости использования КОК и увеличения числа пользователей требуется тщательное консультирование пациенток, включающее беседу о питании и образе жизни, не только до назначения КОК, но и через 3 месяца с учетом нежелательных явлений, что позволит сохранить приверженность к методам эффективной контрацепции.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Григорьева Н.В. Особенности сексуального поведения и контрацепции девушек-студенток // Сборник материалов XXV Российского национального конгресса "Человек и лекарство". – 2018. – С. 39.

2. Контрацепция в современной России: применение и информированность // Акушерство и гинекология. – 2016 – №2. – С.105-110.

3. Репродуктивное здоровье в подростковом возрасте / Дикке Г.Б., Шевлюкова Т.П., Фольц Н.В., Хасанова В.В., Боечко Д.И. // Смоленский медицинский альманах. – 2017. – №4. – С. 92-95.

4. Actual problems of compliance with hormonal therapy and ways to solve them / Zeinalova D.E., Gnutikova O.V., Subbotin I.N., Zhusupova Z.K., Kryukova A.Y. // Colloquium-journal. – 2020; 1-3 (53): 64-66.

5. Методы контрацепции и критерии их применения: учебное пособие / Обоскаловой Т.А. – Екатеринбург, 2019 - 76 с.

6. Bjorkelund C et al. Reproductive history in relation to relative weight and fat distribution. Int J Obes. - 1996; 20 (3): 213–9.

Сведения об авторах

Н.Е. Красильникова – студент

М.В. Коваль – кандидат медицинских наук, доцент

Information about the authors

N.E. Krasilnikova – student

M.V. Koval – Candidate of Science (Medicine), Associate Professor