



סוד הווסת הקלה

ללא כאבי מחזור, בדימום ווסתי מינימלי וקצר, מבטיח אמצעי המניעה 'מירנה' איכות חיים לנשים הד"ר עמוס בר מסביר על ההתקן התוך רחמי החדש שמתאים לנשים. בכל גיל ובכל שלב בחיים

מאת: שירי זין

- מלבד בטיחות גבוהה, אילו יתרונות נוספים יש למירנה?

"היתרון הגדול ביותר של המירנה הוא באיכות החיים שהוא מקנה למשתמשת. בניגוד להתקן מהנחושת שמעלה את כמות הוסת, והופך אותה לחזקה ולארובה, המירנה מוריד את הוסת ב-90 אחוז, ולרוב הנשים נעלמים כאבי הוסת אם סבלו מכאבים כאלה. הוסת נעשית כל כך חלשה, עד שהיא עוברת לרמה של שימוש בתחתוניות, ואין צורך בפדים ובטמפונים. מבחינה זאת מדובר בחיסכון כספי לאורך שנים."

- האם המירנה מתאימה לכל אישה?

"בעיקרון, מבחינת שביעות רצון, קרוב ל-85 אחוז מהנשים מרוצות מההתקן ואומרות שהוא אמצעי המניעה הכי טוב שהיה להן בחיים. גלולות למשל, תוך שנה, 35 אחוז מהנשים מפסיקות לקחת בגלל תוצאות לוואי. להתקן תקופת הסתגלות של עד שלושה חודשים, במהלכם האישה עלולה לסבול מדימומים קטנים ומעצבנים. אחרי זה נשים נהנות ממנו מאוד. 15 אחוז מהנשים לא תהיה להן וסת בכלל בזמן השימוש בהתקן. חשוב לציין שזה משייע על הווסת בלבד, ולא פוגע בכריון עתידי. ברגע שמוציאים את המירנה הוסת חוזרת תוך חודש להיות כפי שהיתה קודם. פעם חשבו שהתקנים מתאימים לנשים שכבר ילדו ילדים. היום אנחנו יודעים שזה לא נכון, אפשר לשים את ההתקן גם לנשים שלא ילדו כלל. במיוחד לאור העובדה שאחוז השכחה של גלולות הכי גבוה בקבוצת הגיל הצעירה. עם זאת ההתקן פחות מתאים לנשים שמחליפות פרטנר בצורה גבוהה. בחורה בת עשרים שחיה עם בן זוג קבוע תהיה מועמדת טובה יותר למירנה, מבת ארבעים נשואה שבוגדת בכעלה כל יום. הסיבה היא שבני זוג מתחלפים בתדירות גבוהה מעלים את הסיכון ליהומים ולמחלות מין. אגב, זהו אמצעי מניעה טוב מגלולות גם בגלל שאין איתו בעיות קרישה."

- עד כמה היעילות של המירנה גבוהה בהפחתת דימומים של הווסת?

"המירנה כל כך יעילה בהורדת הדימומים עד שקיבלה את אישור משרד הבריאות להתקבל כתכשיר לנשים בכל גיל שסובלות מדימום קשה, ובנוסף נשים מעל גיל 45 מקבלות את המירנה מקופות החולים כתרופה. המירנה היא חלק מטיפול לנשים בגיל המעבר, ומתאימה לנשים המקבלות הורמונים דרך הפה או דרך העור, בשילוב עם מירנה מתקבלים הרבה יתרונות והכי מעט חסרונות לנשים בגיל זה."

כל המתבגרים בארץ למדו על המיניות שלהם מספריו וכל מי שאי פעם היתה הריונית בארץ מחזיקה את ה"תניך" שכתב בנושא הריון ולידה בשותפות עם העיתונאית טלי רוזין. עמוס בר הוא רופא, גניקולוג, גבר 'הועד הישראלי לאמצעי מניעה ובריאות מינית', וחבר ביועצת המנהלים של האיגוד האירופי לאמצעי מניעה. לא ברור מתי נשאר לבר זמן לעסוק בכתיבת ספרים. בר מרבה להרצות ועובד שעות רבות כגניקולוג, הוא התקשה להשיג מעט זמן פנוי לראיון.

רצינו לכתוב על ה"מירנה", התקן תוך רחמי המשמש כאמצעי מניעה, והבנו שאתה אחד המומחים בעלי הידע הרב ביותר בנושא. "כן. התקנתי בערך יותר מאלפיים חמש מאות התקנים כאלה ואני מרצה בעולם על ההתקן הזה, וכותב עליו הרבה".

- מה מיוחד בהתקן המירנה?

"באופן עקרוני קיימים היום שני סוגי התקנים. ההתקן הרגיל הקלאסי שקיים עשרות שנים העשוי פלסטיק בצורת האות Z, שעליו מלוכפת נחושת. ההתקן הזה מונע הריון ב-99 אחוז, שזאת בטיחות מאוד גבוהה. המינוס העיקרי שלו, שהוא גורם לווסת ארוכה, כואבת וממושכת יותר מהווסת שהיתה לאישה קודם. לכן המציאו את המירנה. החליפו את הנחושת במיכל קטן וגאוני. הגאוניות היא במזעריות. המתקן החדש מפריש במשך חמש שנים כמות קבועה של הורמון פרוגסטרון, אחד ההורמונים הנשיים שמצוי גם בגלולות. ההתקן מפריש כמות מאוד קטנה המקבילה לשהה חצאי גלולות במהלך חודש שלם."

- מהו ההליך להכנסת ההתקן?

"את ההתקן מכניס רופא בזמן בדיקה גניקולוגית לתוך הרחם, בפעולה שאורכה שלושים שניות בקליניקה של הרופא. לרב מדובר בפעולה לא כואבת, או כאב רגעי בזמן החדרה. ההתקן נשאר עד שהאישה מעוניינת להוציא אותו. שני ההתקנים טובים לחמש שנים. הבטיחות של המירנה במניעת הריון היא 99.8 אחוזים, שזה כמו קשירת חצוצרות."

- מה בטוח יותר, גלולות או מירנה?

"היעילות האמיתית של הגלולות היא 92 אחוזים. הסיבה היא שנשים עלולות לשכוח לבלוע אותן. סיבה נוספת יכולה להיות הקאה או שילשול שמונעת ספיגה של הגלולה. התקן הוא טיפול חד פעמי של "שגר ושכח" אין בו טעויות ושכיחה של האישה ובגלל זה היעילות המוצהרת שלו היא היעילות האמיתית שלו."