

KONTRA — — CEPCIJA



ISTRAŽIVANJE O DOSTUPNOSTI
I KORIŠTENJU KONTRACENCIJE
NA PODRUČJU RH U 2024. GODINI



ISTRAŽIVANJE O DOSTUPNOSTI I KORIŠTENJU KONTRACEPCIJE NA PODRUČJU RH U 2024. GODINI

NAKLADNIK: Udruga za zaštitu i promicanje ljudskih prava Sofija

AUTORICE: Sanja Siročić i Ljerka Oppenheim

UREDNIKE: Sanja Siročić i Ljerka Oppenheim

AUTORICA ISTRAŽIVANJA: mag. soc. Antonija Bukvić- Letica

DIZAJN I GRAFIČKO OBLIKOVANJE: Ana Berc

TISAK: PRINTERA GRUPA d.o.o.

NAKLADA: 100 komada

ISBN 978-953-46136-1-0

srpanj 2024., Zagreb

Ova publikacija izrađena je u okviru projekta „ZAŠTITA & CHILL”,
koji je financiran sredstvima Zaklade Solidarna.

Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost udruge Sofija.



UVOD	2
KONTRACENCIJA KAO LJUDSKO PRAVO	3
ATLAS KONTRACENCIJE 2024.	4
ISTRAŽIVANJE O DOSTUPNOSTI KONTRACENCIJE 2024.	6
Svrha istraživanja	7
Ključni rezultati	8
1/ Poznavanje kontracepcijskih metoda	8
2/ Korištenje kontracepcijskih metoda	9
3/ Najčešće korištene metode	10
4/ Izvori informacija	10
5/ Prepreke u korištenju ostalih kontracepcijskih metoda	11
6/ Neželjeni učinci kontracepcije	12
7/ Uloga države u financiranju kontracepcije	14
PREPORUKE ZA POBOLJŠANJE PRISTUPA KONTRACENCIJI	15
ZAKLJUČAK	17

UVOD

U Hrvatskoj pitanje kontracepcije nije samo medicinska tema, već predstavlja pravi labirint pod utjecajem širokog spektra čimbenika, uključujući kulturološke norme, vjerska uvjerenja, dostupnost zdravstvenih usluga te zakonske aspekte. Iako je kontracepcija općenito prihvaćena i naširoko korištena, još uvijek postoje prepreke i izazovi u pristupu i korištenju kontracepcijskih metoda.

Kontracepcija se odnosi na raznovrsne metode i sredstva koja omogućavaju kontrolu svog tijela, sprječavanje trudnoće i planiranje obitelji.

Od klasičnih kondoma i hormonskih pilula do modernih intrauterinih uložaka (IUD), implantata i injekcija, svatko može pronaći opciju koja mu najbolje odgovara. Uz trajna rješenja poput sterilizacije, postoje i prirodne metode za one koji više vole drugačiji pristup. Kontracepcija nije samo alat za sprečavanje neželjene trudnoće; ona omogućava ljudima da oblikuju svoj život prema vlastitim željama i potrebama, pozitivno utječući na njihovo zdravlje, blagostanje i društveni status.

Kontracepcija kao ljudsko pravo

Kontracepcija nije samo zdravstveno pitanje, već i pitanje ljudskih prava. Pristup sigurnoj, učinkovitoj i pristupačnoj kontracepciji **prihvaćeno je kao jedno od temeljnih prava svakog pojedinca**, a odnosi se na niz prava od kojih izdvajamo:

Pravo na zdravlje omogućava ženama da izbjegnju neželjene trudnoće, planiraju trudnoće u vrijeme kada su fizički, emocionalno i ekonomski spremne te smanjuje rizik povezan s trudnoćom i porođajem.

*Svake dvije minute tijekom trudnoće ili poroda
jedna žena umre.*

Izvještaj World Health Organisation, 2023¹

Pravo na autonomiju dio je šireg prava na seksualnu i reproduktivnu autonomiju, a uključuje pravo na informiranje o različitim metodama kontracepcije, slobodan izbor kontracepcijskih metoda te pravo na pristup tim metodama bez prisile, diskriminacije i nasilja.

Rodna ravnopravnost i smanjenje nejednakosti između muškaraca i žena rezultat su, uz ostale aktivnosti, mogućnosti da žene preuzmu kontrolu nad svojim reproduktivnim životom i ostvare svoje obrazovne i ekonomske ciljeve.

Uvažavanje seksualnih i reproduktivnih prava kao ljudskih prava, temelj je za eliminaciju rodno utemeljenog nasilja koje krši i umanjuje ljudske slobode djevojaka i žena, prepuštajući ih rizicima genitalnog sakaćenja, seksualnog uznemiravanja i zlostavljanja, silovanja, prostitucije, obiteljskog nasilja i seksualnog ropstva.²

Prema nekoliko globalnih studija i izvješća provedenih u posljednja dva desetljeća **vidljivo je da se ženska reproduktivna prava, posebno u vezi s pristupom kontracepciji, redovito krše.**³

¹ Preuzeto s mrežne stranice www.who.int

² OHCHR. Information series on sexual and reproductive health and rights.

Preuzeto s mrežne stranice www.ohchr.org

³ Izvješće Svjetske zdravstvene organizacije (WHO) za 2023. godinu o planiranju obitelji, Izvješće UNFPA (Populacijski fond Ujedinjenih naroda)

Hrvatska je i ove godine na Europskom atlasu kontracepcije pala na ljestvici 47 zemalja, nalazimo se na 37. mjestu.

Zabrinjavajuće je da Hrvatska od 2020. godine ima pad s 59,3% na sadašnjih 47,3%.

Zašto je Hrvatska toliko nisko na ljestvici?

POKRIĆE KONTRACENCIJE

Hrvatska ima 47,3% pokrivenosti kontracepcijskih sredstava unutar nacionalnog zdravstvenog sustava, što znači da naša zemlja nema poseban program subвенција za mlade (do 19 ili 25 godina) ili za ugrožene skupine poput nezaposlenih ili onih s niskim primanjima.

DOSTUPNOST SAVJETOVANJA

Savjetovanje o kontracepciji je dostupno i pokriveno nacionalnim zdravstvenim sustavom, ali razina dostupnosti i pristupačnosti savjetovanja nije na zavidnoj razini u usporedbi s drugim europskim zemljama. Uočeno je da je potrebno raditi na povećanju dostupnosti savjetovanja u ruralnim i teško dostupnim područjima.

ONLINE INFORMACIJE

Hrvatska ima podržane vladine integrirane web stranice koje nude informacije o kontracepciji, ali je kvaliteta tih informacija ocijenjena kao slaba u usporedbi s drugim zemljama

PRISTUP MODERNIM KONTRACENCIJSKIM METODAMA

Hrvatska ne osigurava besplatnu hitnu kontracepciju niti je hormonalna kontracepcija dostupna bez recepta.

KVALITETA I POKRIVENOST USLUGA

Razina pokrivenosti usluga i savjetovanja za kontracepciju je slična onoj u drugim zemljama, ali se kvaliteta savjetovanja i dostupnost informacija mora poboljšati kako bi se postigla bolja razina usluge za sve građane.

ISTRAŽIVANJE O DOSTUPNOSTI

KONTRACEPCIJE 2024.



Namjera nam je poboljšati dostupnost svih metoda
kontracepcije i informacija o njima te smanjiti
troškove kontracepcije, osobito za ranjive skupine.



Svrha ovog istraživanja bila je proučiti dostupnost kontracepcije u Hrvatskoj, s obzirom na to da se prema Kontracepcijskom atlasu za 2024. godinu Hrvatska suočava s brojnim izazovima u ovom području. Glavni cilj bio je prikupiti relevantne podatke koji će omogućiti planiranje univerzalnog pristupa kontracepcijskim sredstvima i metodama.

U sklopu istraživanja proučavalo se navike, znanje i iskustva vezana za kontracepciju, kao i kako različiti socioekonomski, regionalni i generacijski faktori utječu na pristup kontracepciji. Također smo željeli saznati postoje li ograničenja u pristupu koja nisu zabilježena u Atlasu.

Istraživanje je provela Udruga za zaštitu i promicanje ljudskih prava Sofija, u razdoblju od veljače do lipnja 2024. godine, na uzorku od 1136 osoba. Većinu ispitanika činile su žene (96%), a od toga 51% ispitanica pripada generaciji Z, 44% milenijalcima, dok je 5% iz generacije X. Većina ispitanica je visokoobrazovana (73%), heteroseksualne orijentacije (80%), zaposlena (62%) i u partnerskom odnosu (82%).

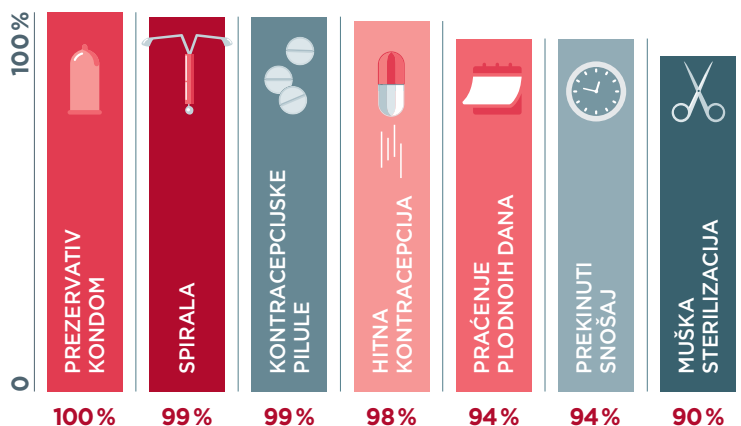
KLJUČNI REZULTATI ISTRAŽIVANJA



8

1/ Poznavanje kontracepcijskih metoda

Najpoznatija kontracepcijska metoda je **prezervativ**, koji poznaju svi ispitanici. Slijede **spirala** (hormonska/bakrena), **kontracepcijske pilule** i **hitna kontracepcija**. Manje poznate metode su **kontraceptivna injekcija** (35%), **oralni kondom** (dentalna brana, nešto više od 25%) i **metoda laktacijske amenoreje** (LAM, 10%).



GRAFIČKI PRIKAZ 1
Poznavanje kontracepcijskih metoda

2/ Korištenje kontracepcijskih metoda

Ispitivanje je pokazalo koje su metode kontracepcije ispitanice koristile:



PREZERVATIV/KONDOM

96% ispitanica ima iskustvo s ovom metodom što je čini najpopularnijom.

RAZLOZI KORIŠTENJA: dostupnost (83%), jednostavnost (80%), učinkovitost (66%)



PREKINUTI SNOŠAJ

Ovu metodu je koristilo 63% ispitanica, što je za trećinu manje od prezervativa.

RAZLOZI KORIŠTENJA: jednostavnost (62%)



KONTRACEPCIJSKE PILULE

Više od pola ispitanica (57%) koristi ovu metodu.

RAZLOZI KORIŠTENJA: dostupnost (83%), jednostavnost (80%), učinkovitost (66%)



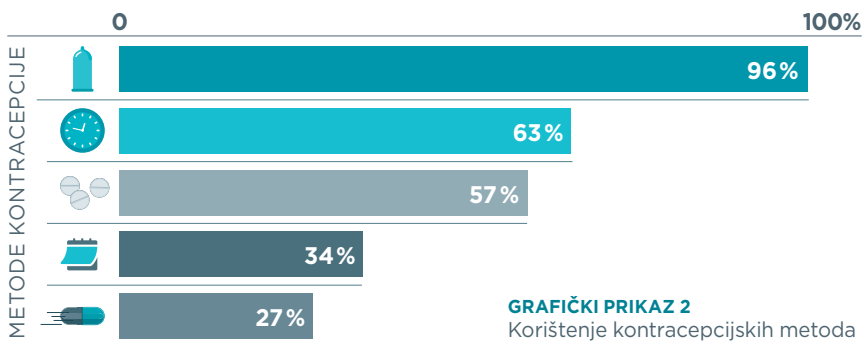
PRAĆENJE PLODNIH DANA

Ovu metodu je koristilo 34% ispitanica.



HITNA KONTRACEPCIJA

Poznata i kao *pilula za dan poslije*, koristilo ju je 27% ispitanica.

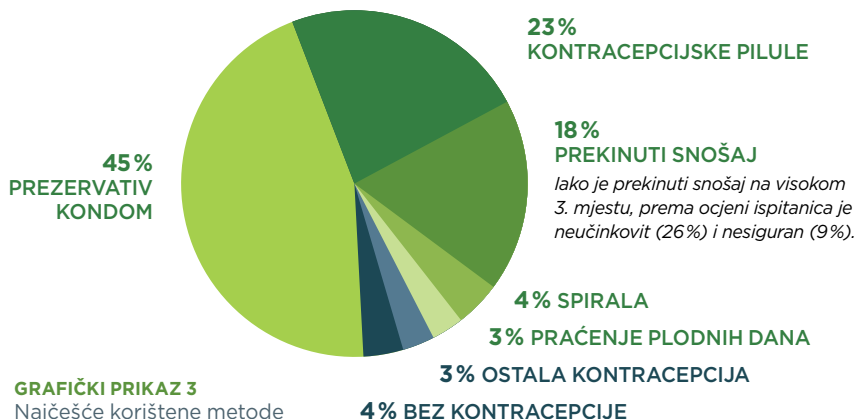


Druge kontracepcijske metode se koriste vrlo rijetko, što je djelomično zbog:

- ✗ **NEDOSTUPNOSTI ILI TEŠKE DOSTUPNOSTI:** Sredstva poput spermicida i dijafragme teško su dostupni ili uopće nisu dostupni u Hrvatskoj.
- ✗ **FINANCIJSKE NEPRISTUPAČNOSTI:** Kontracepcijski implantat i injekcija su često financijski nepristupačni.
- ✗ **ZAKONSKIH OGRANIČENJA:** Muška i ženska sterilizacija zakonski su regulirane i ograničene.

3/ Najčešće korištene metode

Sveukupno, ispitanice su odabrale **prezervative/kondome** kao najčešće korištenu metodu kontracepcije: nešto manje od pola (45%) najčešće koristi upravo njih. Oko četvrtine (23%) najčešće koristi **kontracepcijske pilule**, a manje od petine (18%) koristi **prekinuti snošaj** kao najčešću metodu kontracepcije. **Spirala** je četvrta po redu sa samo 4% korisnica, a **praćenje plodnih dana** na petom mjestu s 3%. **Manji dio ispitanica (4%) uopće ne koristi kontracepciju.**



GRAFIČKI PRIKAZ 3

Najčešće korištene metode

10

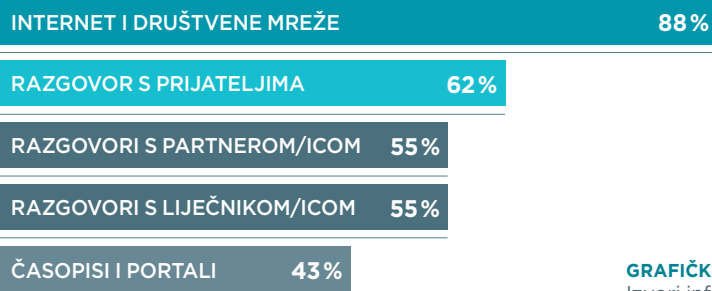
4/ Izvori informacija

Većina ispitanica (88%) koristi **internet i društvene mreže** za informiranje o kontracepciji. **Razgovor s prijateljima** (62%) je na drugom mjestu, a **savjetovanje s liječnicima i partnerima** te **čitanje časopisa i portala** su također važni izvori informacija. **Razgovori s nastavnicima i roditeljima** rijetko se navode kao izvori informacija.

0

100%

IZVORI INFORMACIJA



GRAFIČKI PRIKAZ 4
Izvori informacija

5/ Prepreke u korištenju ostalih kontracepcijskih metoda

Ostale metode kontracepcije koje su ispitanice spominjale su spirala, kontracepcijske pilule te ženska i muška sterilizacija. Kao najčešće probleme vezane uz njihovo korištenje navele su **zdravstvene kontraindikacije**, kao i **strah od raznih nuspojava** prilikom korištenja kontracepcijske pilule. Glavna prepreka za korištenje ženske i muške sterilizacije kao metode kontracepcije je **način na koji je Zakon uređen**. Po njemu se npr. ženska sterilizacija ne smije primjenjivati na ženama koje nemaju 35 godina. Učestalo su kao prepreke navođeni problemi **nedostupnosti liječničke skrbi te nedovoljno dostupnih podataka i informacija**.

Koje su prepreke u korištenju ostalih kontracepcijskih metoda?

Nedostupnost liječnika i ginekološke zdravstvene skrbi primaran je razlog da ne koristim druga sredstva.

Neinformiranost i nezainteresiranost naših liječnika za preporuku kontracepcije koja nije pilula ili kondom. Moraš na pregled doći spreman kao da ideš na ispit na medicine sa svim informacijama.

Htio bih vazektomiju, ali s obzirom na trenutni zakon u Hrvatskoj ne mogu je napraviti... 'Prague it is.'

... moja ginekologinja je 'pro life' i ne podupire niti me ikada informira o metodama ili dostupnim sredstvima.

*Dva ginekologa, privatni i javni, kod kojih sam bila ne žele obučavati o drugim metodama kontracepcije. **Jedino što guraju su kontracepcijske pilule**, znajući da loše utječu na moje mentalno zdravlje. **Sve informacije sam morala tražiti na internetu.***

Nikada nisam imala dovoljnu/kvalitetnu edukaciju o mogućim dostupnim kontracepcijskim sredstvima, osim korištenja prezervativa.

*Htjela sam injekciju, no ginekologica mi je rekla da one **nisu dostupne u Hrvatskoj**. Dentalne brane također nisu baš dostupne, čak ni u seks shopovima.*

Pretpostavljam da se kreme i gelovi mogu kupiti u ljekarni, ali ući u ljekarnu u malom mjestu gdje svatko zna svakoga i pitati za određene proizvode nije opcija.

* Odgovori nekih od ispitanica istraživanja na pitanje postavljeno u Istraživanju.



Kada govorimo o preprekama, otprilike petini ispitanika su cijena i otežan pristup (prostorno, prometno, nedostupnošću usluga i informacija) prepreka za korištenje određenih sredstava/metoda. Promatrajući generacije, vidljivo je da su sve prepreke izraženije kod najmlađe generacije te da se smanjuju prema starijima. Regionalno, stanovnici Grada Zagreba izražavaju najmanje prepreka za korištenje određenih metoda kontracepcije, dok stanovnici Sjeverne Hrvatske nailaze na najviše prepreka za korištenje određenih metoda.

Čak 18% ispitanika izjavilo je da im je cijena prepreka za korištenje određenih metoda kontracepcije. Pri tom, čak 21% mladih (Gen Z) kaže da im je cijena prepreka za korištenje određenih metoda.

13% kaže da im je cijena prepreka za češće korištenje kontracepcije, pri čemu čak 17% mladih (Gen Z) kaže kako im je cijena prepreka za češće korištenje kontracepcije.

6/ Neželjeni učinci kontracepcije

Odgovori na pitanje o neželjenim učincima kontracepcije uglavnom su se odnosili na korištenje prezervativa/kondoma i kontracepcijskih pilula. **Najčešći problemi vezani uz upotrebu prezervativa su pucanje i nepouzdanost. Neželjeni učinci kontracepcijskih pilula su brojni, fizički i psihički:** od promjena raspoloženja, povećanja tjelesne težine, zdravstvenih problema, glavobolja i migrena do tjeskobe, depresije i mnogih drugih.

S kojim su se neželjenim učincima kontracepcije susreli prilikom korištenja neke od metoda?

Koristila sam jedno vrijeme pilule. Djelovale su negativno na moje raspoloženje i libido. Nisam se osjećala kao 'ja' pa sam brzo odustala.

Kontracepcijske pilule. Dosta loše je bilo kada sam ih prestala koristiti. Osjećala sam se slabije, imala problema sa zubima koji su mi odjednom počeli pucati bez razloga, dosta sam manje energije imala, oprištila sam po licu.

Kad sam uzimala kontracepcijske pilule, poremetili su mi se određeni parametri u krvi i loše je djelovalo na moju jetru pa sam ih prestala uzimati.

Pilula... mučnina, vrtoglavica, depresija, smanjen libido, debljanje ...

Pogrešno stavljanje rezultiralo je ispadanjem kondoma tijekom odnosa. Spirala: bol pri postavljanju te bolovi u trbuhu mjesec dana nakon postavljanja (na što me je upozorio liječnik).

Partner nije htio koristiti kondome. Hormonalni disbalans zbog pilula uništio mi je tijelo, postala sam depresivna, dobila na kilaži i tumor na štitnjači.

Sad već tako dugo koristim pilulu da ne znam jesu li neki simptomi neželjene reakcije ili je to meni normalno npr. vaginalna suhoća, smanjen libido...

Nakon pilule za dan poslije, menstruacija mi nije došla naredna 2 mjeseca, a onda je bila u velikom disbalansu i dugo je trajala.

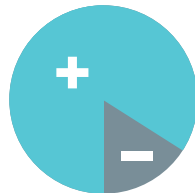
* Odgovori nekih od ispitanica istraživanja na pitanje postavljeno u Istraživanju.

7/ Uloga države u financiranju kontracepcije

Ispitanicama su predstavljene **tvrdnje o ulozi države u financiranju metoda kontracepcije**. Ponuđeni su odgovori s pet stupnjeva slaganja, od *uopće se ne slažem* do *u potpunosti se slažem*. **Cilj je bio doznati stav ispitanica o ulozi države u financiranju metoda kontracepcije.**

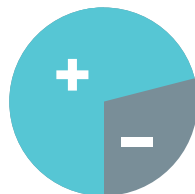
84% ispitanika smatra da bi se prezervativi/kondomi trebali besplatno dijeliti u srednjim školama.

S time se slaže čak 86% mladih osoba (pripadnika generacije Z).

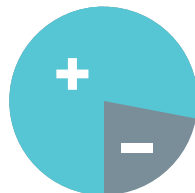


71% smatra da bi kontracepcijska sredstva trebala biti besplatna za mlade do 30 godina.

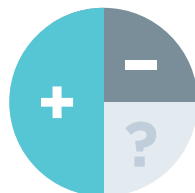
Ovdje su izraženije razlike između generacija – čak 81% pripadnika Gen Z se slaže s ovime, dok se iz Gen X slaže manjih 68%.



Da bi država trebala subvencionirati barem 50% troška sve hormonalne kontracepcije smatra 78% ispitanika. Čak 81% pripadnika generacije Z slaže se s ovim.



Najveća neodlučnost ispitanika zabilježena je na temu propisivanja recepta za kontracepcijske pilule: oko polovice ispitanika, bez obzira na generaciju, smatra da je dobro što nisu dostupne bez recepta, S druge strane, oko četvrtina uzorka se ne slaže da je to dobra praksa.



Ovi rezultati naglašavaju važnost državne podrške u pristupu kontracepciji, s posebnim naglaskom na besplatnu distribuciju i subvencioniranje troškova, što je posebno podržano među mlađim generacijama.

PREPORUKE

ZA POBOLJŠANJE PRISTUPA

KONTRACEPCIJI

1/ Poboljšanje financijske podrške i dostupnosti kontracepcijskih sredstava

FINANCIJSKA PODRŠKA I OSIGURANJE

Uvesti mjere financijske podrške i zdravstvenog osiguranja za kontracepcijska sredstva, s posebnim naglaskom na mlade do 25 godina i ugrožene skupine, kao što su nezaposleni i osobe s niskim primanjima. Zbog niskih primanja i/ili visokih cijena pojedinih metoda kontracepcije, 18% ispitanika nije u mogućnosti nabaviti metodu koja im odgovara, te koriste onu niže kvalitete ili kontracepciju koriste rjeđe, a sve to negativno utječe na njihovo reproduktivno zdravlje.

BESPLATNA HITNA KONTRACEPCIJA I DOSTUPNOST BEZ RECEPTA

Razmotriti mogućnost uvođenja besplatne hitne kontracepcije te omogućiti dostupnost hormonalne kontracepcije bez recepta što je praksa u zemljama EU s boljim pristupom kontracepciji koja je smanjila broj maloljetničkih trudnoća i prekida trudnoće. Ova mjera bi omogućila brz i jednostavan pristup kontracepciji posebno u hitnim situacijama.

2/ Unapređenje savjetovanja o kontracepciji

POVEĆANJE DOSTUPNOSTI I KVALITETE SAVJETOVANJA

Povećati dostupnost i kvalitetu savjetovanja o kontracepciji, posebno u ruralnim područjima. Savjetovanje bi trebalo biti dostupno u sklopu Domova zdravlja, te na diskretan i povjerljiv način pružati sve informacije o kontracepciji.

Kvalitetno savjetovanje treba osigurati sve potrebne i provjerene informacije za donošenje informiranih odluka o svojem reproduktivnom zdravlju.

EDUKACIJSKI PROGRAMI ZA MLADE

Neugoda i sram se najčešće javljaju na početku razgovora o primjeni kontracepcije. U svrhu smanjenja najprije srama, a posljedično i neodgovornog seksualnog ponašanja i neželjenih (posebice maloljetničkih) trudnoća, **potrebno je razviti edukacijske programe za povećanje svijesti i znanja o kontracepciji među mladima**. Programi bi trebali biti prilagođeni potrebama mladih, svojim jezikom i kurikulumom biti prilagođeni njihovoj dobi, te uključivati informacije o različitim metodama kontracepcije, njihovoj učinkovitosti i pravilnoj upotrebi.

EDUKACIJA I PRAĆENJE KORISNICA KONTRACEPCIJSKIH PILULA

Razviti edukacijske programe i sustav praćenja korisnica kontracepcijskih pilula u suradnji s odabranim ginekolozima. Cilj je smanjiti negativne posljedice koje prijavljuju korisnice pilula te osigurati da su one informirane o svim potencijalnim nuspojavama i načinima kako ih izbjeći ili smanjiti. Osim toga, poticanjem izgradnje odnosa s liječnikom/com, želi se potaknuti osobe koje koriste kontracepcijske pilule na redovitu posjetu i brigu o njihovom reproduktivnom zdravlju odlaskom na kontrolni ginekološki pregled čime se mogu prevenirati ozbiljnija oboljenja i smanjiti troškovi zdravstvenog sustava u budućnosti.

16

3/ Unapređenje informacija i resursa o kontracepciji

KVALITETNE I DOSTUPNE INFORMACIJE

Poboljšati kvalitetu i dostupnost informacija o kontracepciji na službenim vladinim web stranicama i drugim relevantnim portalima, te po potrebi kreirati nova mrežna mjesta za informiranje (i savjetovanje). Informacije bi trebale biti dostupne na različitim jezicima, uključujući manjinske jezike, kako bi bile pristupačne svim građanima koji koriste kontracepciju.

TRANSPARENTNOST TROŠKOVA I PROCEDURA

Osigurati dostupnost informacija o troškovima kontracepcije, proceduri za odobravanje i/ili kupovinu kontraceptiva te jasno istaknuti informacije o tome gdje se određeni kontraceptivi mogu nabaviti. Ove informacije trebaju biti lako dostupne i razumljive svim građanima u svako doba.

PRISTUPAČNA MJESTA ZA SAVJETOVANJE

Osigurati lako dostupna mjesta za savjetovanje o kontracepciji, koja su brzo i jednostavno povezana javnim prijevozom. Ta mjesta bi također trebala nuditi besplatne prezervative i druge oblike kontracepcije, posebno mladima te biti diskretna kako bi se očuvala privatnost korisnika.

Provođenjem ovih mjera možemo značajno unaprijediti seksualno i reproduktivno zdravlje. Pristup kontracepciji mora biti zajamčen svim građanima, jer je to jedno od osnovnih ljudskih prava. Svim građanima, a posebno mladima i ranjivim skupinama, trebaju biti dostupne najsuvremenije metode, najnovije informacije i znanstvena dostignuća.

Republika Hrvatska mora raditi na poboljšanju svoje politike u vezi s kontracepcijom kako bi osigurala bolji pristup i kvalitetu usluga za sve svoje građane. Poboljšanjem pristupa kontracepciji, stvaramo solidarnije i zdravije društvo u kojem će kontracepcija biti ne samo dostupna, nego i prihvaćena te podržana kao ključni element reproduktivnog zdravlja i prava.

Implementacijom ovih mjera osigurat će se da kontracepcija bude dostupna, pristupačna i razumljiva, pridonoseći tako zdravlju i kvaliteti života svih građana Hrvatske.

ZAKLJUČAK



SOFIJA

UDRUGA ZA ZAŠTITU I PROMICANJE
LJUDSKIH PRAVA

Martićeva 21
HR-10000 Zagreb
www.sofija.hr