

P-piller



Denna information handlar om ditt nya p-piller Estron, Estrelen eller Rosal 28. Det är viktigt att du läser den innan du startar med din första p-pillerkarta. Mer finns att läsa i bipacksedeln som medföljer förpackningen.

Du har valt att använda p-piller som preventivmedel. P-piller är ett av de tillförlitligaste sätten att skydda sig mot oönskad graviditet, förutsatt att du använder dem på rätt sätt. Som en hjälp har vi sammanställt denna information som tar upp det viktigaste du bör veta om dessa p-piller samt hur de påverkar din kropp. Har du frågor kan du vända dig till din barnmorska eller läkare.

Kombinerade p-piller

P-piller uppfattas av många kvinnor som praktiskt och positivt eftersom de:

- ger regelbunden mens
- ger mindre mens, vilket minskar risken för järnbrist
- ger mindre mensvärk
- gör det möjligt att skjuta upp mensen
- oftast ger en förbättring av acne om du har problem med det

Har Estrelen, Estron och Rosal 28 några biverkningar?

Liksom alla andra p-piller kan dessa produkter ge bieffekter. Vanliga biverkningar är förändringar i blödningsmönstret, spända eller ömma bröst, flytningar, lätt illamående, humörsvängningar och huvudvärk.

Besvären är vanligen lindriga och försvinner oftast efter några månaders användning. Försvinner inte besvären kontakta din barnmorska eller läkare.

Alla kombinerade preventivmedel medför en något ökad risk för blodpropp. Risken för blodpropp är dock mycket låg och betydligt lägre än om du blir gravid.

Innehåll i Estrelen, Estron och Rosal 28

Dessa P-piller innehåller etinylestradiol i låg dos och gestagenet drospirenon. Drospirenon är det gestagen som mest liknar kroppens eget gulkroppshormon.

Hur skyddar Estrelen, Estron och Rosal 28 mot oönskad graviditet?

Dessa p-piller skyddar dig på tre olika sätt:

1. Ägglossningen uteblir.
2. Slemhinnan i livmodern förblir tunn, så att ett eventuellt befruktat ägg inte kan fastna.
3. Det slem/sekret som finns i livmoderhalsen blir tjockt och ogenomträngligt för spermier.

När du ska börja använda Estrelen, Estron och Rosal 28?

Estrelen, Estron och Rosal 28 skyddar mot graviditet från första dagen, men bara om du tar tabletterna på rätt sätt. Följ därför dessa anvisningar.

Om du inte har tagit p-piller den senaste månaden:

Börja ta Estrelen, Estron och Rosal 28 på menstruationens första dag, det vill säga första blödningsdagen. Välj den veckoetikett som börjar med den veckodag som du börjar att ta dina p-piller.

Om du ska byta från ett annat p-piller till Estrelen, Estron eller Rosal 28:

Fortsätt med din nuvarande p-pillerkarta tills kartan är slut. Om du tidigare har använt en 21-karta, gör 7 dagars uppehåll innan du börjar med Estrelen, Estron eller Rosal 28. Om du använt en

28-karta, börja med Estrelen, Estron eller Rosal 28 direkt efter den sista hormonfria tabletten.

Om du ska byta från mini-piller:

Du kan sluta med mini-piller vilken dag som helst och börja med Estrelen, Estron eller Rosal 28. Du bör använda ytterligare en preventivmetod, till exempel kondom, under de första 7 dagarna.

Efter att du har tagit akut-piller:

Starta med Estrelen, Estron eller Rosal 28 på samma dag som du tagit akut-piller. Du bör använda ytterligare en preventivmetod, till exempel kondom, under de första 7 dagarna.

Efter graviditet, missfall eller abort:

Du bör följa barnmorskans/läkarens rekommendationer.

När du använder Estrelen, Estron eller Rosal 28

Varje tablettkarta Estrelen innehåller 24 ljusrosa hormontabletter och 4 vita hormonfria tabletter.

Varje tablettkarta Estron innehåller 21 ljusrosa hormontabletter och 7 vita hormonfria tabletter.

Varje tablettkarta Rosal 28 innehåller 21 ljusgula hormontabletter och 7 vita hormonfria tabletter. Till varje tablettkarta hör en etikett med veckodagsmarkeringar. Varje etikett innehåller 7 remsor som visar veckodagarna. Välj den remsa som börjar med den



*Estrelen: 24 rosa
+ 4 vita*



*Estron: 21 rosa
+ 7 vita*



*Rosal 28: 21 gula
+ 7 vita*

veckodag du ska ta den första tabletten. Fäst remsan högst upp på tablettkartan.

- Ta en tablett varje dag tills kartan är tom, därefter börjar du direkt på nästa karta. Du gör inget uppehåll. Under den tid du tar de vita tabletterna får du i regel en mensliknande blödning.
- Nästa karta påbörjar du samma veckodag som föregående karta, oavsett om du slutat blöda eller inte. Började du till exempel den första kartan på en fredag så börjar du fortsättningsvis alla kartor på fredagar. P-pillren skyddar mot graviditet från första dagen om du tar första tabletten på mensens första dag. Du är skyddad

mot graviditet även då du äter de vita hormonfria tabletterna.

- Drospirenon har svagt vätskedrivande egenskaper som kan motverka svullnadskänsla.
- En annan egenskap hos drospirenon är att talgkörtelproduktionen kan minska.

Hur förskjuter jag menstruationen?

Du kan förskjuta din blödning genom att bara ta de färgade tabletterna (inte de vita), kassera sedan kartan och börja direkt på en ny karta. Du kan fortsätta så många dagar du önskar eller med en hel tablettkarta. När du väljer att inte skjuta upp blödningen längre avslutar du med de vita hormonfria tabletterna. Ibland kan det komma en mindre blödning under förskjutningen.

Vad händer om jag blir magsjuk?

Kräks du eller har svår diarré inom 3-4 timmar efter det att du tagit någon av de färgade hormontabletterna, finns risk för att p-pillret inte ger dig skydd mot graviditet. Du bör då ta en ny tablett från en annan tablettkarta så snart du kan helst inom **24 timmar för Estrelen** och **12 timmar för Estron/Rosal 28**.

Om det har gått mer än **24 timmar för Estrelen** eller **12 timmar för Estron/Rosal 28** ska du följa råden på nästa sida.

Vad händer om jag glömmer?

En förutsättning för att p-piller ska vara en säker preventivmetod är att du tar dina p-piller regelbundet, till exempel varje morgon eller varje kväll. Om du trots allt glömt en tablett ska

du ta den så fort du kan och därefter ta tabletterna på vanlig tid. En enkel regel är att alltid skydda sig extra med kondom under sju dagar vid glömd tablett. Alternativt kan du följa schemat nedan. Om du glömt att ta tablett och inte får din blödning som förväntat kan du ha blivit gravid. Kontakta läkare eller barnmorska innan du påbörjar nästa tablettkarta.

Estrelen

Om det gått mindre än 24 timmar sedan du skulle ha tagit din tablett: Ta tablett så snart du kommer ihåg det, du är fortfarande skyddad mot graviditet.

Om det gått mer än 24 timmar sedan du skulle ha tagit din tablett. Då kan du vara oskyddad mot graviditet.

Estron /Rosal 28

Om det gått mindre än 12 timmar sedan du skulle ha tagit din tablett: Ta tablett så snart du kommer ihåg det, du är fortfarande skyddad mot graviditet.

Om det gått mer än 12 timmar sedan du skulle ha tagit din tablett. Då kan du vara oskyddad mot graviditet.

Om mer än 1 tablett i tablettkartan glömts. Kontakta din läkare eller barnmorska för råd.

Om 1 tablett glömts under vecka 1. Ta den glömda tablett så snart du kommer ihåg den, även om det innebär att du tar två tabletter vid samma tidpunkt. Ta följande tablett på vanlig tid. Använd extra skydd (kondom) under 7 dagar. Har du haft samlag dagarna före den glömda tablett kan du ha blivit

gravid – kontakta din barnmorska eller läkare.

Om 1 tablett glömts under vecka 2.

Ta den glömda tabletten så snart du kommer ihåg den, även om det innebär att du tar två tabletter vid samma tidpunkt. Om du tagit tabletterna korrekt dagarna före den glömda behöver du ej använda annat skydd.

Om 1 tablett glömts under vecka 3,

kan du välja mellan följande alternativ: Ta den glömda tabletten så snart du kommer ihåg den, även om det innebär att du tar 2 tabletter samtidigt. Därefter tas tabletterna på ordinarie tidpunkt tills de aktiva tabletterna är slut. Kasta de vita placebotabletterna från den sista raden och påbörja nästa karta direkt. Du kommer troligtvis inte få någon blödning förrän alla aktiva tabletter på den andra kartan är slut.

Du kan avbryta intaget av aktiva tabletter. Därefter tar du de vita placebotabletterna från den sista raden i upp till fyra dagar, inklusive de dagar du glömt tabletter. Fortsätt därefter med nästa karta.

Kan jag kombinera Estrelen, Estron och Rosal 28 med andra läkemedel?

Vissa mediciner kan försämra p-pillrets effekt och öka risken för att bli gravid. Exempel på sådana läkemedel är antibiotika, epilepsi- och tuberkulosmediciner samt Johannesört. Tala därför om

för din barnmorska eller läkare om du använder andra mediciner. Om du söker läkare i något annat sammanhang bör du alltid tala om att du använder p-piller.

Oregelbundna blödningar

Under de första månaderna då du använder p-piller kan det hända att du kan få lite småblödningar. Detta brukar upphöra med tiden, men skulle blödningarna fortsätta ska du kontakta barnmorska eller läkare. Fortsätt alltid att ta tabletterna regelbundet.

Om jag inte får en blödning under den hormonfria perioden kan jag då vara gravid?

Skulle den mensliknande blödningen utebli under tiden du tar de hormonfria vita tabletterna och du dessutom vet med dig att du glömt en tablett eller varit magsjuk, ska du kontakta din barnmorska eller läkare för en graviditetstest. Om du är gravid ska du sluta att använda Estrelen, Estron och Rosal 28.

Hur gör jag om jag vill bli gravid?

När du planerar att bli gravid ska du avsluta den tablettkarta som du har påbörjat.

Vad ska jag tänka på innan jag använder Estrelen, Estron eller Rosal 28?

Diskutera alltid med din barnmorska eller läkare innan du börjar använda Estrelen, Estron eller Rosal 28 om du:

- har haft en blodpropp eller vet att du har anlag för blodpropp (det vill säga

om dina föräldrar eller syskon har drabbats av blodpropp)

- har någon lever- eller njursjukdom
- har allvarlig blodtrycksförhöjning
- har diabetes med komplikationer
- har underlivsblödning som inte är utredd
- har migrän med synstörningar/synbortfall
- röker och är över 35 år

För fullständig information se bipacksedeln som medföljer förpackningen.

När ska jag kontakta min barnmorska eller läkare?

Det är mycket ovanligt att p-piller ger några allvarliga eller långvariga biverkningar. Men du bör genast kontakta din barnmorska eller läkare om du ändå skulle uppleva något av nedanstående symtom:

- plötslig svullnad eller värk i vaden
- upprepad migränliknande huvudvärk som du inte har haft tidigare
- plötsliga synstörningar/synbortfall
- håll i bröstet eller svårigheter att andas
- kraftig klåda
- yrsel
- om du drabbas av gulsot
- om du tror att du kan vara gravid

En komplett lista finns i bipacksedeln som medföljer förpackningen.

Viktigt!

- Berätta alltid att du använder p-piller vid läkarbesök.
- Förvara dina p-piller oåtkomliga för barn.

- P-piller är personliga. Överlåt dem inte till någon annan.

Estrelen, Estron och Rosal 28 är receptbelagda läkemedel och skall endast användas efter förskrivning av barnmorska eller läkare.

P-piller skyddar inte mot HIV-infektion eller andra sexuellt överförbara sjukdomar. Så är du rädd om dig har du alltid kondomer till hands.

Indikation: Oral antikonception. Vid beslut att förskriva Rosal 28, Estrelen eller Estron ska den enskilda kvinnans riskfaktorer beaktas, framför allt de för venös tromboembolism (VTE), och risken för VTE med dessa p-piller jämfört med andra kombinerade hormonella preventivmedel.

Biverkningar: Arteriell eller venös tromboembolism, huvudvärk, menstruations-rubbningar, mellanblödningar, illamående, bröstsmärta, ömmande bröst. För mer detaljerad redogörelse av biverkningar, se bipacksedel och www.fass.se.

Varningar/Försiktighet: Användning av ett kombinerat hormonellt preventivmedel ökar risken för venös tromboembolism (VTE) jämfört med icke-användning. Risken för VTE med dessa p-piller har uppskattats till att 9 och 12 kvinnor kommer att utveckla en VTE under ett år av 10 000 kvinnor som använder kombinerade hormonella preventivmedel innehållande drospirenon. Antalet VTE-händelser per år färre än det antal händelser som förväntas hos kvinnor under graviditet eller under postpartumperioden. För mer information, se bipacksedel och www.fass.se.



