

Till dig som använder

Prionelle och Prionelle 28

(levonorgestrel + etinylestradiol)

Detta är Prionelle/Prionelle 28

Prionelle/Prionelle 28 är ett preventivmedel som förhindrar att du blir gravid förutsatt att du använder det på rätt sätt. Det är ett så kallat kombinerat p-piller, vilket innebär att det innehåller två typer av hormon, östrogen (etinylestradiol) och gestagen (levonorgestrel).

Prionelle/Prionelle 28 förhindrar graviditet genom att:

- Ägglossningen från äggstocken uteblir.
- Livmoderslemhinnan förblir tunn och inte så blodrik, vilket gör att ett ägg inte kan fastna.
- Sekretet i livmoderhalsen blir tjockt och svårgenomträngligt för spermier.

Innan du använder Prionelle/Prionelle 28:

- Läs noga bipacksedeln i förpackningen.
- Har du frågor, kontakta din barnmorska eller läkare.

Din normala menscykel

För att du ska förstå hur Prionelle/Prionelle 28 verkar är det viktigt att du vet hur din normala menscykel fungerar. En gång i månaden lossnar ett ägg från en av äggstockarna. Livmoderslemhinnan förbereder sig på att ta emot ägget genom att bli blodfylld och kraftig, så att ägget om det är befruktat ska kunna få näring och växa till ett foster. Om ägget inte blir befruktat kommer det, tillsammans med den nybildade livmoderslemhinnan, att stötas ut efter cirka 14 dagar. Blödningen som uppstår kallas mens. En normal mens pågår i 3-8 dagar. Hela menscykeln, från blödningens start till nästa blödning, är vanligtvis 28 dagar men varierar för olika kvinnor mellan 21 och 35 dagar. Ägglossning kan ske mellan dag 12 och 16 i en 28-dagarscykel.

Positiva effekter med p-piller

När du använder kombinerade p-piller minskar blödningsmängden jämfört med din vanliga mens. Mensvärk och ägglossningssmärter minskar också. Det förtjockade sekretet i livmoderhalsen kan försvåra för bakterier att passera. Kvinnor som använder p-piller har färre äggledarinflammationer. Däremot skyddar p-piller inte mot sexuellt överförbara sjukdomar.

Observera!

P-piller skyddar inte mot sexuellt överförbara sjukdomar och du bör därför använda kondom som extra skydd om du träffar en ny partner.

Prionelle



Om du börjar t.ex. en tisdag ska du starta med en tablett som är markerad "Ti".

Prionelle-förpackningen innehåller 3 eller 13 tablettkartor med 21 tabletter vardera. På varje tablettkarta finns veckodagarna markerade.

Så här använder du Prionelle

- Om du tar första tabletten på mensens första dag är du skyddad mot graviditet direkt. Du kan också börja ta Prionelle på dag 2-5 i menstruationscykeln, men då måste du använda en extra preventivmetod (t.ex. kondom) under de första 7 dagarna.
- Du ska ta tabletterna vid ungefär samma tidpunkt varje dag tillsammans med lite vätska.
- Starta med en tablett som har den aktuella dagens veckomarkering. Följ därefter pilarnas riktning och ta en tablett varje dag i 21 dagar.
- Därefter gör du ett tablettuppehåll på 7 dagar. Vanligtvis får du en bortfallsblödning 2-3 dagar efter att du tagit din sista tablett. Du är skyddad mot graviditet under hela uppehållet.
- På dag 8 startar du med en ny tablettkarta. Du ska ta din tablett även om du fortfarande blöder. Detta innebär att du alltid påbörjar en ny tablettkarta på samma veckodag och att du kommer att ha din blödning på ungefär samma dagar varje månad.

Prionelle 28



I kartongen finns klisterremsor som du kan fästa längst upp på kartan för att markera den första tabletten med rätt veckodag. Den första tabletten i varje rad är alltid samma veckodag som startdagen.

Prionelle 28-förpackningen innehåller 3 eller 13 tablettkartor med 28 tabletter vardera. De första 21 vita tabletterna (rad 1-3) innehåller hormoner medan de 7 gula tabletterna (rad 4) är hormonfria.

Så här använder du Prionelle 28

- Om du tar den första vita tabletten på mensens första dag är du skyddad mot graviditet direkt. Du kan också börja ta Prionelle 28 på dag 2-5 i menstruationscykeln, men då måste du använda en extra preventivmetod (t.ex. kondom) under de första 7 dagarna.
- Du ska ta tabletterna vid ungefär samma tidpunkt varje dag tillsammans med lite vätska.
- Starta med en tablett i den översta raden som har den aktuella dagens veckomarkering. Om du t.ex. startar en fredag, ta en tablett som är märkt FRE. Markera startdagen med en klisterrem sa högst upp på kartan.
- Följ pilarnas riktning tills alla 28 tabletterna är tagna. Vanligtvis får du en bortfallsblödning 2-3 dagar efter att du tagit den sista vita tabletten.
- Dagen efter att du avslutat en tablettkarta påbörjar du en ny, även om du fortfarande blöder. Detta innebär att du alltid påbörjar en ny tablettkarta på samma veckodag och att du kommer att ha din blödning på ungefär samma dagar varje månad.

Läs mer i bipacksedeln i förpackningen om hur du börjar med Prionelle/Prionelle 28 efter förlösning eller om du tidigare använt annat hormonellt preventivmedel.

Om jag har glömt att ta Prionelle/Prionelle 28

Risken för graviditet är störst om du glömmet en tablett i anslutning till den hormonfria perioden, dvs. om den hormonfria perioden blir längre än 7 dagar.

- Om det har gått **mindre än 12 timmar** sedan du skulle ha tagit din tablett är du fortfarande skyddad mot graviditet. Ta den glömda tabletten så fort du kommer ihåg det och ta nästa tablett på vanlig tid.
- Om det har gått **mer än 12 timmar** kan p-pillrets effekt vara minskad. Följ anvisningarna nedan:

Mer än 1 tablett i tablettkarta har glömts:
Kontakta din läkare/barnmorska för råd.

1 tablett glömd under vecka 1:

Ta den överhoppade tabletten så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du tar två tabletter samtidigt. Ta följande tabletter på vanlig tid, men glöm inte att använda extra preventivt skydd (t.ex. kondom) under de 7 nästkommande dagarna. Har du haft samlag under veckan före den glömda tabletten finns en risk att du blivit gravid. Informera din läkare/barnmorska omgående.

1 tablett glömd under vecka 2:

Ta den överhoppade tabletten så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du tar två tabletter samtidigt. Ta följande tabletter på vanlig tid. P-pillret har fortfarande önskad effekt och du behöver inte använda extra preventivt skydd. Om mer än 1 tablett är glömd bör kompletterande preventivt skydd användas i 7 dagar.

1 tablett glömd under vecka 3:

Om du väljer mellan något av följande två alternativ behöver du inte använda extra preventivt skydd:

1. Ta den glömda tabletten så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du tar två tabletter samtidigt. Ta resterande tabletter på vanlig tid. När tablettkarta är slut, påbörja nästa tablettkarta omedelbart, utan tablettuppehåll (om du använder Prionelle). Om du använder Prionelle 28 ska du hoppa över de 7 gula tabletterna och börja direkt på nästa tablettkarta. Du kommer troligen inte att få någon ordentlig bortfallsblödning förrän i slutet av andra tablettkarta. Däremot kan du få stänk blödning och genombrottsblödning under de dagar du tar tabletter.

2. *Prionelle:* Avsluta den aktuella tablettkarta och gör ett tablettuppehåll på högst 7 dagar inklusive den dag då du glömdet ta tabletten. Därefter fortsätter du med en ny tablettkarta.

Prionelle 28: Sluta genast ta de aktiva tabletterna på rad 3 och börja ta de hormonfria (gula) tabletterna på sista raden. Fortsätt därefter på en ny tablettkarta.

1 tablett glömd under vecka 4:

Om du som använder Prionelle 28 glömmet en gul hormonfri tablett påverkas inte skyddseffekten. Kasta den glömda gula tabletten och ta nästa tablett på vanlig tid.

OBS! Har du glömt att ta tabletter i en tablettkarta och inte får bortfallsblödning under den hormonfria perioden, kan du vara gravid. Rådgör med läkare/barnmorska innan du påbörjar nästa tablettkarta.

Om jag vill byta startdag på min blödning?

Prionelle: Om du t.ex. brukar få din blödning på en fredag och istället vill att den startar på en tisdag, gör du tablettuppehållet 3 dagar kortare. Observera att du aldrig får göra tablettuppehållet längre än 7 dagar.

Prionelle 28: Låt bli att ta alla tabletterna i rad 4 innan du börjar på nästa tablettkarta. Om du t.ex. brukar få din blödning på en fredag och istället vill att den startar på en tisdag, så kan du påbörja en ny tablettkarta 3 dagar tidigare än vanligt. Börja på översta raden med de vita tabletterna.

Om jag vill skjuta på min blödning?

Prionelle: Påbörja en ny tablettkarta direkt när den gamla är slut – du gör alltså inget tablettuppehåll. Fortsätt sedan ta dina p-piller så länge du inte vill ha blödning.

Prionelle 28: När du tagit den sista tabletten i rad 3, hoppa över de gula hormonfria tabletterna och starta istället med en ny tablettkarta på rad 1. Fortsätt ta dina vita hormontabletter så länge du inte vill ha blödning.

Om jag får småblödningar?

Småblödningar kan förekomma och är vanligast när du börjar med p-piller. Risken för oregelbundna blödningar ökar om du inte tar dina p-piller regelbundet, eller om du tar dina p-piller under lång tid i sträck. Blir blödningarna besvärliga, eller uppträder först efter ett par månader, ta kontakt med din barnmorska/läkare.

Om jag har kräkts eller har diarré?

Har du kräkts inom 3-4 timmar efter att du tagit en vit tablett och/eller har kraftig diarré kan det hända att kroppen inte har kunnat ta upp hormonerna på rätt sätt. Efter kräkning eller diarré måste du ta en ny vit tablett från en annan tablettkarta (reservkarta) så snart som möjligt. Om detta inte är möjligt, eller om 12 timmar från den tid du normalt tar din tablett redan gått, ska du följa råden under "Om jag har glömt en tablett".

Om jag tar andra läkemedel?

Tala alltid om för din barnmorska eller läkare om du använder andra läkemedel. P-piller i kombination med andra läkemedel kan ge försämrat skydd. En del antibiotika, medicin mot epilepsi, koltabletter samt naturläkemedlet johannesört är exempel på detta. Du ska också undvika att dricka grapefruktjuice eftersom det kan försämrade p-pillrets effekt.

Om jag vill bli gravid?

Vill du bli gravid, ska du avsluta den karta du håller på med och inte påbörja någon ny. Hos de flesta kommer ägglossningarna tillbaka direkt efter det att man slutat med sina p-piller. Men det kan också dröja en tid beroende på äggstockarnas egen aktivitet. Kom ihåg att alla kvinnor som önskar bli gravida bör undvika tobak och alkohol samt använda folsyratillskott, t.ex. Natalben Gravid (läs mer på nästa sida).

Vilka biverkningar kan jag få?

Vanliga biverkningar som kan förekomma är bröstspänningar, illamående, huvudvärk, blödningstrassel eller humörförändring. Dessa biverkningar är oftast lindriga och försvinner vanligtvis inom några månader.

Det finns biverkningar som är sällsynta och allvarliga. Bland annat finns det en något ökad risk för blodpropp i vener eller artärer, speciellt under det första året eller när kombinerade p-piller börjar användas igen efter ett uppehåll på 4 veckor eller längre. Risken för blodpropp ökar också om man ska göra en större operation eller om man blir långvarigt sängliggande. Vid dessa tillstånd bör du göra uppehåll med dina p-piller.

Var uppmärksam och kontakta genast läkare om du upplever något av följande symtom:

Plötslig svullnad eller värk i vaden, färgförändring av huden på benet (t.ex. blekt, rött eller blått), plötslig synförändring, migränliknande huvudvärk som du inte har haft förut, smärta i bröstet eller svårighet att andas, svår smärta i magen, yrsel eller förlorad balans, kraftig klåda eller utslag.

Viktigt att tänka på:

- Om du får någon biverkan, framför allt om den är allvarig eller ihållande, eller om din hälsa förändras och du tror att det kan bero på Prionelle/Prionelle 28, kontakta läkare eller barnmorska.

Om jag vill slippa blödningar?

Det finns generella rekommendationer att man kan ta sina p-piller utan uppehåll, men dessa är inte specifikt kopplade till Prionelle/Prionelle 28. Det finns inget preventivmedel som garanterat gör dig helt blödningsfri. Men om du tar dina aktiva tabletter kontinuerligt utan uppehåll kan blödningsepisoderna bli färre. Du kan fortsätta med de aktiva tabletterna tills du får en blödning (genombrottsblödning). Då gör du uppehåll under högst 7 dagar och startar sedan med aktiva (vita) tabletter igen.

Har du fler frågor eller funderingar, kontakta din barnmorska eller läkare. För ytterligare information läs bipacksedeln i förpackningen.

Börja ta folsyra om du slutar med dina p-piller och önskar bli gravid

Folsyra är nödvändigt för normal celledelning och utveckling av hjärnan och nervsystemet hos fostret. Ett för lågt intag av folsyra kan öka risken att få ett barn med ryggmärgsbråck. Livsmedelsverket och Socialstyrelsen rekommenderar ett extra tillskott på 400 mikrogram folsyra per dag. För att få effekt är det bra att börja cirka en månad före befruktningen.

Natalben Gravid är en näringskapsel särskilt anpassad för kvinnor som är eller planerar att bli gravida. Natalben Gravid innehåller Quatrefolic® som alla kvinnor kan tillgodogöra sig samt järn, jod, D-vitamin, omega-3 och ytterligare 14 omsorgsfullt utvalda näringsämnen för graviditeten. Kosttillskott ersätter inte en varierad kost, utan bör kombineras med en mångsidig och balanserad kost samt en hälsosam livsstil.

Prata med din barnmorska eller läs mer på www.natalben.se

Prionelle, Prionelle 28 (levonorgestrel och etinylestradiol) tabletter. Receptbelagt läkemedel inom förmånssystemet. Prionelle/Prionelle 28 är ett p-piller och används för att förhindra graviditet. Alla kombinerade hormonella preventivmedel medför en något förhöjd risk för blodpropp i vener eller artärer. Prionelle/Prionelle 28 ska inte användas om du bedöms ha en ökad risk för blodpropp. Kontakta läkare snarast möjligt om du får svår smärta eller svullnad i ett ben, oförklarliga smärtor i bröstet, andnöd eller onormal hosta. De vanligast rapporterade biverkningarna med Prionelle/Prionelle 28 är illamående, magsmärta, viktökning, huvudvärk, nedstämdhet, humörförändringar, blödningar, bröstsmärtor och ömhet i bröstet. Läs noga bipacksedeln som medföljer förpackningen (se även www.fass.se). Informationen är baserad på bipacksedel daterad 2022-11-07. CampusPharma AB, www.campuspharma.se