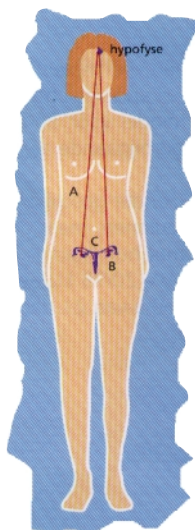


Hoe werkt de pil?



Om te begrijpen hoe de pil werkt is het goed eerst naar de natuurlijke menstruatiecyclus te kijken.

A. De hypofyse (een kleine klier onderaan de hersenen) zorgt er via bepaalde hormonen voor dat, ongeveer om de 28 dagen, een eitje rijp gemaakt wordt voor bevruchting.

B. Onder invloed van hormonen in de eierstokken komt een eikel vrij tijdens de ovulatie (eisprong).

C. Wanneer de eikel niet bevrucht wordt, volgt een menstruatie; wanneer de eikel wel bevrucht wordt, nestelt het bevruchte eitje zich in de baarmoeder (begin van de zwangerschap) en blijft de menstruatie uit.

Wat is het verschil tussen de pillen?

De monofasische pil

De monofasische pil bevat elke dag dezelfde hoeveelheid oestrogeen (vrouwelijk hormoon) en progestageen. Tijdens de pilvrije periode (7 dagen) tussen 2 opeenvolgende strips vindt een op de menstruatie lijkende bloeding plaats.

Monofasische pillen met minder dan 50microgram* oestrogeen per dag, m.n. de 30µg of de 20µg pillen, zijn lichter maar even betrouwbaar en dus meestal te verkiezen.

* 1microgram (µg) = één duizendste milligram



De driefasische pil

De driefasische pil heeft 3 soorten tabletten van verschillende kleur en samenstelling. De hoeveelheid progestageen gaat bij de driefasische pil in 3 stappen van heel laag naar hoger en de hoeveelheid oestrogeen wisselt ook een beetje. In feite bootst de driefasische pil de natuurlijke

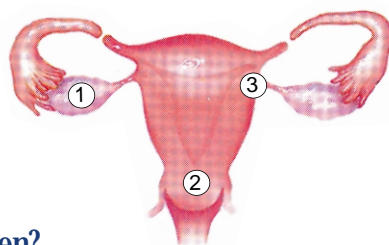
werking van de pil berust op 3 principes:

1. De werkzame stoffen in de pil beïnvloeden de hypofyse zodanig dat er geen eitje rijpt en er ook geen eisprong volgt. Bijgevolg kan er geen bevruchting plaatsvinden en ook geen zwangerschap ontstaan.

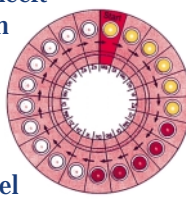
2. De pil maakt het slijm in de baarmoederhals taai en daardoor moeilijk doorgankelijk voor zaadcellen.

3. Bovendien maakt de pil het slijmvlies van de baarmoeder ongeschikt voor innesteling van een bevrucht eitje.

De combinatie van deze drie factoren maakt de betrouwbaarheid van de pil zeer groot.



hormonenschommeling het best na. Bij gebruik van deze pil heeft men over het algemeen zeer weinig last van tussentijdse bloedingen. Deze pil is tevens aan te bevelen bij PMS (Premenstrueel Syndroom), vermindering van de libido en herhaalde vaginale schimmelinfecties.



De minipil

De minipil bevat alleen een progestagene component die hoofdzakelijk zorgt dat het slijm in de baarmoederhals ondoorgankelijk wordt voor zaadcellen. De minipil moet zonder stopweek- elke dag op hetzelfde tijdstip worden ingenomen. De menstruatie gaat meestal gewoon door, maar er zijn ook vrouwen die bij het gebruik van de minipil niet meer of slechts een enkele keer menstrueren. Ook tussentijds bloedverlies komt voor. De kans op een zwangerschap onder deze pil is groter dan bij andere pillen.

Praktische tips

Uitstellen menstruatie bij gebruik monofasische pil

Je hebt de laatste pil van de strip genomen. Start vanaf de volgende dag met een nieuwe strip. Neem verder één tablet per dag gedurende het aantal dagen waarmee je je regels wilt uitstellen. Het volstaat om vervolgens een onderbreking van 7 dagen zonder pil in te lassen. In deze periode zullen de regels verschijnen. Na deze 7 dagen onderbreking begin je een nieuwe strip.

Uitstellen menstruatie bij gebruik driefasische pil

Je hebt de laatste pil van de strip genomen. Start vanaf de volgende dag met een nieuwe strip, maar neem per dag enkel één van de 10 laatste (witte) pillen uit de strip. Om daarna je regels te krijgen, volstaat het om 7 pilvrije dagen in te lassen. Na deze 7 dagen pilpauze begin je een nieuwe strip.

NB:

1. De verschuiving van de menstruatie waarborgt doeltreffende anticonceptie, uiteraard op voorwaarde dat geen pil vergeten wordt, zelfs niet tijdens het verlengde gebruik.
2. De begonnen strip, gebruikt om je menstruatie te verschuiven, zal niet langer een voldoende aantal pillen bevatten voor een nieuwe, volledige cyclus.
3. Hoe langer de menstruatie wordt uitgesteld, hoe groter de kans op tussentijds bloedverlies.

In geval van braken of diarree

Indien je binnen 3 tot 4 uur na de inname van je pil moet overgeven of diarree hebt, dan kan het zijn dat de actieve stoffen van de pil onvoldoende werden opgenomen. In dat geval moet je een nieuwe pil innemen.

Indien het braken of de diarree gedurende verschillende dagen aanhoudt, is de pil gedurende de rest van de cyclus niet meer veilig. In dat geval moet je andere anticonceptie maatregelen treffen (bijv. een condoom) tot het einde van de strip. Blijf niettemin verder je pil innemen om bloedingen zoveel mogelijk te vermijden.

Voordelen en mogelijke nevenwerkingen van pilgebruik

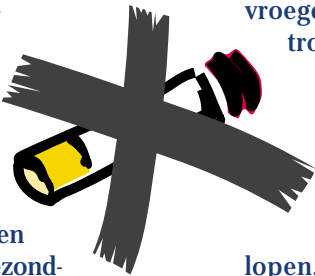
Voordelen	Mogelijke nevenwerkingen
<ul style="list-style-type: none"> ● Betrouwbaarste anticonceptiemethode (even betrouwbaar als sterilisatie). ● Regelmatiger optreden van de regels. ● Minder hevige menstruele bloeding en bijgevolg minder voorkomen van bloedarmoede. ● Minder menstruele pijn. ● Het uitblijven van een aantal goedaardige borstklier-aandoeningen. ● Verminderd risico van ontstekingen in het kleine bekken en van buitenbaarmoederlijke zwangerschappen. ● Beschermende werking tegen eierstok- en baarmoederslijmvlieskanker (zelfs na stopzetting van het pilgebruik). ● Minder voorkomen van functionele ovariële kysten of goedaardige borsttumoren. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Het is mogelijk dat je, in functie van je eigen gevoeligheid, één of ander ongemak ondervindt. ● De meest voorkomende ongemakken zijn: <ul style="list-style-type: none"> - hoofdpijn - gewichtsverandering - borstspanning - misselijkheid ● Deze ongemakken zijn zeer veranderlijk afhankelijk van de gebruikster. Zij verdwijnen meestal spontaan na enkele maanden, wanneer je organisme zich aan de behandeling heeft aangepast. Als ze niet verminderen, praat er dan over met je arts.

Mag elke vrouw de pil gebruiken?

Net als voor de meeste geneesmiddelen, bestaan er toestanden waarbij gebruik van de pil is tegenaangewezen.

Deze tegenaanwijzingen zijn in de bijsluiters van je anticonceptiemiddel vermeld.

Voorts vereisen bepaalde persoonlijke of familiale antecedenten op het vlak van de gezondheid specifieke voorzorgsmaatregelen.



De arts moet dus de voor- en nadelen voor elke patiënte afzonderlijk tegen elkaar afwegen. Hij zal vragen naar vroegere bloedvatproblemen, zoals tromboflebitis, longembolie,... en onder meer de bloeddruk meten, de bloedvaten (slagaders) onderzoeken en vragen of je rookt. Dikwijls wordt beweerd dat de pil redelijk veilig is, maar dat sommige vrouwen gevaar lopen. Dit gezegde weerspiegelt de waarheid precies, vooral bij vrouwen die roken.

Wat te doen bij een vergeten pil?

Indien minder dan 36 uur verstreken zijn sinds de laatste inname, neem dan onmiddellijk de vergeten pil in en ga gewoon verder met je strip door de volgende dragee op het juiste moment in te nemen. In dat geval blijf je gewoon beschermd.

Indien meer dan 36 uur verstreken zijn sinds de laatste pil of indien je meerdere pillen vergeten bent, dan ben je voor de rest van de cyclus niet langer tegen een eventuele zwangerschap beschermd. Het is dus absoluut noodzakelijk dat je tot op het einde van deze strip andere anticonceptieve maatregelen (bijv. een condoom) neemt. Je moet de pil tot op het einde van de strip verder innemen (en de vergeten pillen in de verpakking laten). Op het einde van de strip houd je de gebruikelijke pauze van 7 dagen, tijdens dewelke de menstruatie gewoonlijk optreedt. Indien je menstruatie echter tijdens deze pauze niet optreedt, spreek er dan met je arts over vooraleer een nieuwe strip te beginnen.

Enkele misvattingen rechtgezet

De pil beschermt tegen seksueel overdraagbare aandoeningen.

De pil biedt geen bescherming tegen het risico van seksueel overdraagbare infectieziekten. De besmetting is vrijwel altijd het gevolg van de ene of andere vorm van genitaal, anorectaal of orogenitaal seksueel contact. De meest bekende aandoening is AIDS. Dergelijke aandoeningen kunnen enkel vermeden worden door een condoom te gebruiken.

Bij borstvoeding kun je niet zwanger worden.

Borstvoeding biedt geen afdoende bescherming tegen zwangerschap. Om goed beschermd te zijn moet je ook in deze periode een anticonceptiemethode gebruiken.

In de overgang (menopauze) kun je niet meer zwanger worden.

Pas als de menstruatie 12 maanden is weggebleven is anticonceptie niet meer nodig.

Coïtus interruptus (terugtrekken van de penis) voorkomt zwangerschap.

Coïtus interruptus is riskant, want al voor het terugtrekken kunnen zaadcellen ontsnappen.

Eén of twee pilletjes vergeten (of verliezen) per maand kan geen kwaad.

Een dagelijkse inname rond dezelfde tijd is van cruciaal belang om de betrouwbaarheid van de pil te garanderen. Als je een pil verloren hebt (bv. in de lavabo), neem dan gewoon de volgende pil in.

Als je stopt met de pil, kun je niet meteen zwanger worden.

Als je stopt met de pil ben je na de eerstvolgende bloeding normaal gesproken meteen weer vruchtbaar.

Lees aandachtig de bijsluiter!!