



GYN-KBH.DK

P-PILLER NYTTIG INFORMATION

P-piller beskytter mod uønsket graviditet. Alle sunde og raske kvinder kan bruge p-piller. P-piller beskytter også mod livmoderhulekræft og kræft i æggestokkene.

1. Du tager p-piller 21 dage i træk efterfulgt af 7 dages pause, hvis du vil have menstruation hver måned. Husk der er tale om en kunstig menstruation, også kaldet en bortfaldsblødning, der fremkaldes pga. pausen i P-pillerne.
2. Du tager p-piller uden pause, hvis du ikke ønsker menstruation hver måned, også kaldet forlænget p-pillecyklus. Det betyder at du tager p-piller hele tiden og uden pause, indtil du begynder at bløde. Det sker en eller anden tilfældig dag, typisk hver 3-6 måned. Så holder du 3 dages pause, og starter igen med p-pillerne på 4 dagen. Har du imidlertid ikke blødt i 6 måneder, holder du 7 dages pause og starter igen på 8. dagen. Dette vil fremkalde en blødning.

Forlænget p-pillecyklus har været brugt i mange år med menstruationssmerter, PMS, endometriose, cyklusrelateret hovedpine, som ikke er migræne osv. Der er ingen data, der tyder på det er usundt.

HVEN BØR IKKE BRUGE P-PILLER

Det er vigtigt, at du oplyser hvis du har sygdomme i familien. Det gælder [forhøjet blodtryk](#), sukkersyge og andet medicinforbrug. Desuden om der er tendens til [blodpropper](#) eller [hjertesygdom](#) i din nære familie, før de fyldte 35-40 år, eller andre sygdomme der påvirker blodets evne til at størkne.

Da rygning og alder også øger risikoen for blodpropper, frarådes kvinder over 35 år, som ryger, at bruge p-piller. Desuden må du ikke tage p-piller hvis du er over 35 år og har andre risikofaktorer, fx overvægt.

RISIKO FOR BLODPROP

Blodprop er en meget sjælden men alvorlig risiko. Risikoen for blodpropper i befolkningen er generelt 1 ud af 10.000 per år. Hos p-pillebrugere er der 3-4 ud af 10.000, der får en blodprop. Risikoen er størst i de første 1-3 måneder, man tager p-pillerne. Herefter har man ikke øget risiko for en blodprop.

Det er derfor vigtigt, at du husker at sige, du tager p-piller, hvis du får smerter i arme, ben eller bryst under p-pillebehandling.

HVAD HVIS JEG GLEMMER EN P-PILLE

P-pillerne tages på et fast tidspunkt en gang i døgnet. Hvis man glemmer en pille, f.eks. om aftenen, kan den tages næste morgen. Går der mere end 36 timer mellem pillerne, bør du bruge anden prævention.

SKAL JEG SKIFTE P-PILLER

Ifølge sundhedsstyrelsens anbefalinger skal du bruge 1. eller 2. generations p-piller, da der er fundet øget risiko for blodpropper hos kvinder, hvor det ene hormon (gestagen) tilhører et 3. eller 4. generations gestagen. Risikoen for blodprop er således halveret hvis du bruger 1 eller 2. generations p-piller. Har du allerede anvendt 3. eller 4. generations p-piller i over et år, kan du fortsætte hvis særlige forhold taler herfor

Revideret august 2019. Godkendt af LBE

OVERLÆGE/SPECIALLÆGE I GYNÆKOLOGI

Lisbeth Elving

LYGTEN 2 C, 4. th. * 2400 KBH. NV.

TIDSBESTILLING DAGLIGT KL. 9:30 - 12:00. TLF. +45 35840977