

P-piller

Her er lidt information til dig, der gerne vil vide lidt mere om p-piller.

Fordele ved p-piller

- Effektiv beskyttelse mod graviditet (dog ikke 100% sikre)
- Giver som regel mindre kraftige og mindre smertefulde menstruationer.
- Reducerer risikoen for kræft i æggestokkene og livmoderen med ca. 50% - og reducerer muligvis også risikoen en smule for tyktarmskræft.

Ulemper ved p-piller

- Nogle kvinder oplever humørsvingninger, kvalme, hovedpine, brystspænding, pletblødning. Se evt. indlægsseddel.
- Beskytter ikke mod kønssygdomme.
- Der er muligvis en let øget risiko for at få brystkræft.
- Ganske få kvinder udvikler forhøjet blodtryk som følge af p-piller.
- Der er øget risiko for at få blodprop ved brug af p-piller
 - Hvis du er kvinde i 20'erne som ikke tager p-piller, så vil 1 ud af 1000 kvinder få en blodprop set over 10 år. Hvis du tager en såkaldt generation 2 p-pille (som er den vi primært udskriver pga. mindst risiko), så vil cirka 3 ud af 1000 kvinder få en blodprop ved 10 års brug af p-piller.
 - Risikoen er endnu højere for at få en blodprop, hvis du ryger, er over 35 år, har personer i tæt familie der har haft blodpropper før 50-60 års alderen, selv har en lidelse med øget risiko for blodpropper (fx Faktor V Leiden mutation) eller hvis du har migræne med aura (migræne uden aura giver ikke øget risiko). Hvis du kan sige ja til en eller flere af disse, da er p-piller muligvis ikke så god en idé, så vi anbefaler at du taler med os om det.
 - Det er primært risikoen for såkaldte venøse blodpropper i ben og lunger, der øges. Risikoen for de mere alvorlige såkaldte arterielle blodpropper (i hjerne og hjerte) øges kun minimalt.
 - Risikoen for blodprop er allerstørst de første måneder du tager p-piller. Hvis du blot holder en pause på 1 måned og så starter igen, da starter du forfra med øget risiko, hvorfor vi fraråder on off brug.

Hvordan tager man p-piller?

Du tager den allerførste p-pille den første dag du har menstruation. Den almindelige måde at tage p-piller på er at tage en pille hver dag i 21 dage efterfulgt af en 7 dages pause, hvor du får menstruation. Efter 7 dages pause starter du på en ny pakke piller.

Du kan også tage p-piller "kontinuerligt", således at du tager en pille hver dag og undlader at holde en pause efter de 21 tabletter. Så starter du blot på næste pakke og kan på den måde udskyde din menstruation så længe du ønsker. Hvis der kommer pletblødninger på mere end 2 dage holder du pause på 4 dage, hvorved du får blødning - og så starter du p-piller op igen. Det mindsker risikoen for graviditet, hvis du ved denne kontinuerlige brug holder pausen til 4 dage i stedet for 7 dage. At bruge p-piller kontinuerligt giver ikke flere bivirkninger end at bruge på den normale måde.

Det er vigtigt at tage p-pillerne på cirka samme tidspunkt hver dag for at sikre optimal beskyttelse mod graviditet. Hvis du glemmer en pille, bliver p-piller mere usikre. Læs i indlægssedlen hvad du gør ved glemt pille – og brug kondom hvis du er usikker.

Er det nødvendigt med kontrol hos min læge?

Du får ved ønske en tid 3 måneder efter opstart af p-piller. Derefter vil vi typisk udskrive til 2 års brug af gangen – og når recepten løber tør, bedes du bestille en tid ved vores sygeplejerske til en p-pille kontrol. Her vil vi blandt andet måle blodtryk, høre hvordan det går, sikre du bruger dem korrekt og sikre at du ikke i mellemtiden har udviklet risikofaktorer som fx migræne med aura.