

Liebe Pillennutzerin,

wir freuen uns, dass du dich gemeinsam mit deiner Ärztin für die Verhütung mit der Mikropille entschieden hast. Im Folgenden zeigen wir dir alles Wichtige zum Thema Pilleneinnahme und worauf du sonst noch achten solltest.*

Dein biomo pharma Team

So funktioniert's:



Ersteinnahme

Wenn du bisher kein hormonelles Verhütungsmittel verwendet hast

Nimm die erste Tablette des Blisters am ersten Tag der Regelblutung ein. Die Pille schützt dich bei richtiger Einnahme von Anfang an sicher vor einer Schwangerschaft.

Wenn du vorher eine andere Mikropille (Wirkung durch eine Östrogen- und Gestagenkombination) verwendet hast

- Beginne mit der neuen Pille nach dem Tag, an dem du die letzte wirksame Tablette des alten Blisters eingenommen hast.
- Beginne mit der neuen Pille spätestens nach der Pillenpause deiner vorherigen Pille. Du bist in beiden Fällen vom ersten Tag an sicher vor einer Schwangerschaft geschützt.

Wenn du vorher ein anderes kombiniertes Verhütungsmittel (z. B. Verhütungsring oder -pflaster) verwendet hast

- Beginne mit der Einnahme der neuen Pille an dem Tag, an dem du das vorherige Verhütungsmittel entfernst.
- Beginne mit der neuen Pille spätestens, wenn eigentlich die Verwendung des vorherigen Verhütungsmittels wieder begonnen hätte.

Wenn du vorher die Minipille (Wirkung nur durch ein Gestagen) verwendet hast

Setze sie einfach ab und fahre mit der Einnahme der neuen Pille direkt am Folgetag fort. In den nächsten 7 Tagen solltest du zusätzlich verhüten (z. B. mit einem Kondom), um sicher vor einer Schwangerschaft geschützt zu sein.

Was du sonst noch wissen solltest

Magen-Darm-Probleme

Hast du dich in den ersten 3 - 4 Stunden nach der Einnahme übergeben oder Durchfall gehabt? Dann wirkt die Pille möglicherweise nicht mehr und du solltest sofort eine neue Pille einnehmen. Halten die Magen-Darm-Probleme an, solltest du in den nächsten 7 Tagen ein zusätzliches Verhütungsmittel anwenden.

Antibiotika

Antibiotika können die Wirksamkeit der Pille beeinträchtigen, sodass der Schutz vor einer Schwangerschaft nicht mehr gegeben ist. Erkundige dich daher bei deiner Ärztin und / oder in der Apotheke. Lies dir außerdem den Beipackzettel des Antibiotikums gründlich durch. Zur Sicherheit solltest du während und bis zum Einsetzen der nächsten Blutung nach der Einnahmezeit des Antibiotikums zusätzlich verhüten, z. B. mit einem Kondom.

Solltest du eine oder mehrere Pillen vergessen haben, ist der Schutz vor einer ungewollten Schwangerschaft ebenfalls beeinträchtigt. Wie du dich in solch einem Fall verhältst, kannst du in unserem „Infoblatt Pille vergessen“ nachlesen.

Die Pille und Zeitverschiebung

Weniger als 12 Stunden Zeitverschiebung

Nimm die Pille wie gewohnt weiter. Bestenfalls liegt zwischen zwei Tabletten ein Zeitabstand von 24 Stunden. Du kannst den Zeitraum auch leicht verschieben, um den Einnahmezeitpunkt an deinen Aufenthaltsort anzupassen. Um den Schutz nicht zu gefährden, sollten jedoch nicht mehr als 36 Stunden zwischen zwei Pillen liegen.

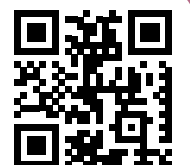
Mehr als 12 Stunden Zeitverschiebung

Packe dir einen Reserveblister ein. Aus diesem nimmst du 12 Stunden nach der letzten Tablette eine „Zwischen-Tablette“ ein. Dann nimmst du eine weitere Pille so ein, dass sie in deinen Tagesrhythmus während des Urlaubs passt. Dieser Zeitpunkt wird auf der Reise deine neue Einnahmezeit. Die Pille schützt dich nicht vor sexuell übertragbaren Krankheiten.

* Dieses Infoblatt ersetzt keine Packungsbeilage. Lies dir die Packungsbeilage deiner Pille daher immer sorgfältig durch.

Ein Service der
biomo[®]pharma GmbH

Josef-Dietzgen-Straße 3 · 53773 Hennef · Telefon: 02242 / 8740-0
Fax: 02242 / 8740-499 · www.bewusstverhueten.de · cic-b1611einnahmepille-200123-01



Liebe Pillennutzerin,

wir freuen uns, dass du dich gemeinsam mit deiner Ärztin für die Verhütung mit der östrogenfreien Pille entschieden hast. Im Folgenden zeigen wir dir alles Wichtige zum Thema Pilleneinnahme und worauf du sonst noch achten solltest.*

Dein biomo pharma Team

So funktioniert's:



Ersteinnahme

Wenn du bisher kein hormonelles Verhütungsmittel verwendet hast

Nimm die erste Tablette des Blisters am ersten Tag der Regelblutung ein.

Wenn du vorher ein kombiniertes Verhütungsmittel wie die Mikropille oder den Verhütungsring (Wirkung durch eine Östrogen- und Gestagenkombination) verwendet hast

Beginne am ersten Tag der ursprünglichen Pillenpause mit dem Blister deiner neuen östrogenfreien Pille.

Wenn du vorher bereits östrogenfreie Verhütung verwendet hast, z. B. Minipille, Hormonimplantat, -spritze oder -spirale

a) Minipille: Setze sie an jedem beliebigen Tag ab und starte mit dem neuen Pillenblister am nächsten Tag.

b) Hormonimplantat, -spritze oder -spirale: Starte die Einnahme der neuen Pille dann, wenn normalerweise die nächste Injektion erfolgen müsste bzw. an dem Tag, an dem das Implantat oder die Spirale entfernt werden würde.

Unabhängig davon, wie du vorher verhütet hast...

Die Pille schützt dich – bei richtiger Anwendung – vom ersten Einnahmetag an sicher vor einer Schwangerschaft, sodass du nicht zusätzlich verhüten musst (z. B. mit einem Kondom).

Was du sonst noch wissen solltest

Stillen

Die Pille enthält kein Östrogen. Du kannst sie also auch während der Stillzeit bedenkenlos zur sicheren Verhütung anwenden.

Veränderte Regelblutung

Es kann vorkommen, dass deine Blutungen zunächst unregelmäßig und unterschiedlich stark sind, nachdem du mit der Einnahme begonnen hast. Das ist kein Grund zur Sorge: Dein Körper muss sich erst einmal an die neue Pille gewöhnen. Nach einigen Monaten sollte sich dein Zyklus im Normalfall reguliert haben, sodass deine Regelblutung seltener und schwächer auftritt oder gegebenenfalls auch ganz ausbleiben kann.

Zyklusbedingte Beschwerden

Dadurch, dass die östrogenfreie Pille ohne Unterbrechung eingenommen wird, bleibt der Hormonspiegel im Blut konstant. Beschwerden wie Kopf- und Unterleibschmerzen oder Wassereinlagerungen können also ausbleiben.

Magen-Darm-Probleme

Hast du dich in den ersten 3 - 4 Stunden nach der Einnahme übergeben oder Durchfall gehabt? Dann wirkt die Pille möglicherweise nicht mehr und du solltest sofort eine neue Pille einnehmen. Halten die Magen-Darm-Probleme an, solltest du in den nächsten 7 Tagen ein zusätzliches Verhütungsmittel anwenden.

Antibiotika

Antibiotika können die Wirksamkeit der Pille beeinträchtigen, sodass der Schutz vor einer Schwangerschaft nicht mehr gegeben ist. Erkundige dich daher bei deiner Ärztin und / oder in der Apotheke. Lies dir außerdem den Beipackzettel des Antibiotikums gründlich durch. Zur Sicherheit solltest du während und 14 Tage nach der Einnahmezeit des Antibiotikums zusätzlich verhüten, z. B. mit einem Kondom.

! Solltest du eine oder mehrere Pillen vergessen haben, ist der Schutz vor einer ungewollten Schwangerschaft ebenfalls beeinträchtigt. Wie du dich in solch einem Fall am besten verhältst, kannst du in unserem „Infoblatt Pille vergessen“ nachlesen.

* Dieses Infoblatt ersetzt keine Packungsbeilage. Lies dir die Packungsbeilage deiner Pille daher immer sorgfältig durch.

Ein Service der
biomo[®]pharma GmbH

Josef-Dietzgen-Straße 3 · 53773 Hennef · Telefon: 02242 / 8740-0
Fax: 02242 / 8740-499 · www.bewusstverhueten.de · cic-b1611einnahmepille-200123-01

