



P-piller

Dizminelle[®]

etinylestradiol 0,02 mg/drospirenon 3 mg **24+4 tabl.**

Användarguide

Dizminelle®

Dizminelle® är ett sk. kombinerat p-piller med låg hormondos och används för att förhindra graviditet. De verksamma substanserna är estrogen (etinylestradiol 0,02 mg) och gulkroppshormon (drospirenon 3 mg).

Bekanta dig noggrant med denna text och bipacksedeln innan du börjar använda **Dizminelle®** p-piller. Om du har frågor, kontakta en expert inom hälsovården.



Innan du börjar

Dizminelle®-förpackningen innehåller blisterkartor (1,3 eller 6) med 28 filmdragerade tabletter.

De 24 rosa tabletterna innehåller aktiva substanser och de 4 vita tabletterna är placebotabletter utan hormoner.



Hur börjar du med **Dizminelle**®?

Använd detta läkemedel enligt din personliga läkarordination.

Ta den första tablett som är märkt med "start" på blisterkartan på menstruationens första blödningsdag.

För att du ska veta i vilken ordningsföljd du ska ta tabletterna, så följer det med en klisterremsa för varje **Dizminelle**® blisterkarta märkta med veckodagarna (må-sö). Välj den klisterremsa som börjar med den dag då du tar den första tablett. **Om du t.ex. börjar på en onsdag, välj den klisterremsa som börjar med onsdag (ON).**

Fäst den valda remsan i övre kanten på blisterkartan vid "start". Nu är det en veckodag skriven ovanför varje tablett vilket hjälper dig att kontroll-

era att du tagit tablett varje dag. Ta tabletterna i pilens riktning.

Ta en **Dizminelle**®-tablett vid ungefär samma tidpunkt varje dag tillsammans med lite vatten.

Börja med att ta de första rosa 24 tabletterna i 24 dagar och sedan de 4 vita placebotabletterna de sista 4 dagarna. Följ pilens riktning! Börja sedan direkt med en ny blisterkarta (först 24 rosa tablett och sedan 4 vita tablett).

När du tagit alla tablett i blisterkartan, börja direkt med en ny karta. Man håller alltså ingen paus mellan blisterkartorna.

Graviditetsskyddet börjar direkt när du tagit den första tablett.

Bortfallsblödningen borde börja under de 4 dagarna då du tar de vita placebotabletterna. Även under dessa 4 dagar, då du tar de vita tabletterna, har du preventivt skydd.

När du tagit den sista vita tablett, börja direkt med en ny blisterkarta, oberoende om din blödning upphört eller inte.

Du kan även börja med tabletterna under dag 2–5 i din menscykel, men då måste du använda ett extra skydd (t.ex. kondom) under perioden du tar de första 7 tabletterna.



Vill du skjuta på din mens (bortfallsblödning)?

Du kan förskjuta din bortfallsblödning genom att hoppa över de vita placebotabletterna på rad 4 och sedan börja direkt på en ny **Dizminelle**® blisterkarta.

Under den andra blisterkartan kan en genombrots- eller stänklödning förekomma. Ta alla tablett på denna blisterkarta, även de 4 vita placebotabletterna på rad 4. Börja sedan på nästa blisterkarta.

Vi rekommenderar dig att kontakta en expert inom hälsovården om råd om du vill skjuta på mens.

Kom igång med **Dizminelle**[®]

Följande tabell innehåller anvisningar för hur du börjar använda **Dizminelle**[®] eller byter från en annan preventivmetod.

| Inga tidigare hormonella preventivmedel | Byte från annat hormonellt kombinerat p-piller | Byte från preventivring eller p-plåster | Byte från minipiller (innehåller endast gulkroppshormon) | Byte från implantat, injektioner eller hormonspiral |
|--|---|---|--|--|
| Börja med Dizminelle [®] den första dagen i din naturliga menscykel (den första blödningsdagen). | Börja med Dizminelle [®] dagen efter att du tog den sista aktiva tabletten av dina tidigare kombinerade p-piller. | Börja med Dizminelle [®] samma dag som du avlägsnar preventivringen eller p-plåstret. | Du kan byta från p-piller som endast innehåller gulkroppshormon till Dizminelle [®] när du vill. | Börja med Dizminelle [®] samma dag som implantatet eller hormonspiralen avlägsnas, eller dagen efter följande planerade injektionsdag. |
| Du kan börja med tablettorna också på dag 2–5 i menscykeln, men då måste du använda ett tilläggsskydd (t.ex. kondom) under de första 7 dagarna du tar Dizminelle [®] . | | | Obs! Använd tilläggsskydd (t.ex. kondom) under de första 7 dagarna du tar Dizminelle [®] . | |

Följ din hälsovårdares anvisningar om du börjar ta p-piller efter användning av akut-p-piller, abort, förlossning eller vid "quick start".



Glömde du att ta tablett?

Om du glömmer att ta någon av de vita placebo-tabletterna så påverkar det inte Dizminelles graviditetsskyddande effekt. Kasta bort de glömda placebo-tabletterna.

Om du glömmer att ta en rosa tablett som innehåller hormoner på rad 1–3, följ nedanstående anvisningar:

Om det har gått **mindre än 24 timmar** sedan du skulle ha tagit tablett, är du fortfarande skyddad mot graviditet. Ta den glömda tablett så snart som möjligt och sedan nästa tablett på vanlig tid.

Om det har gått **mer än 24 timmar** kan graviditetsskyddet vara försämrat. Ju flera tabletter

du glömmer ta, desto större är risken att du blir gravid.

Risken för att bli gravid är särskilt stor om du glömmer en rosa tablett i början eller i slutet på blisterkartan. Därför ska du alltid följa nedanstående anvisningar:

Om du har glömt att ta flera än en tablett, kontakta en expert inom hälsovården.

Om du glömmer att ta en tablett under dag 1–7 (första veckan, rad 1 på blisterkartan)

Ta den glömda tablett så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du måste ta två tabletter samtidigt. Ta följande tabletter på vanlig tid och använd extra skydd (t.ex. kondom) under de följande 7 dagarna. Om du har haft samlag veckan innan du glömt tablett, kan du vara gravid. I detta fall, kontakta en expert inom hälsovården.

Om du glömmer att ta en tablett under dag 8–14 (andra veckan, rad 2 på blisterkartan)

Ta den glömda tablett så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du måste ta två tabletter samtidigt. Ta följande tabletter på vanlig tid. P-pillret har fortfarande önskad effekt och du behöver inte använda extra preventivt skydd.

Om du glömmer att ta en tablett under dag 15–24 (tredje eller fjärde veckan, rad 3 eller 4 på blisterkartan)

Du kan välja mellan något av följande två alternativ.

1. Ta den glömda tablett så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du måste ta två tabletter samtidigt. Ta följande tabletter på vanlig tid. Ta inte de vita placebo-tabletterna på denna blisterkarta, utan kasta bort dem och börja på en ny blisterkarta. Startdagen ändras genom detta.

En bortfallsblödning kommer troligtvis att inträffa först i slutet av den andra blisterkartan, under perioden då du tar de vita placebo-tabletterna. En genombrotts- eller stänklödning kan förekomma under användningen av den andra blisterkartan.

2. Du kan avbryta behandlingen med de aktiva rosa tabletterna och gå direkt till de 4 vita placebo-tabletterna (skriv upp dagen då du glömde ta tablett). Om du vill börja den nya blisterkartan på din fasta startdag, ta de vita placebo-tabletterna under mindre än 4 dagar.

Om du följer ett av de ovanstående alternativen så har du försäkrat graviditetsskyddet.

Om du har glömt att ta en tablett och ingen bortfallsblödning sker under den första perioden som du tar placebo-tabletterna, kan du vara gravid. Kontakta en expert inom hälsovården innan du börjar på nästa blisterkarta.

Vad ska du också tänka på?

Om du kräks inom 3–4 timmar efter att du tagit en tablett eller om du har kraftig diarré, kan det hända att de verksamma substanserna i tabletterna inte hinner tas upp fullständigt i kroppen. Denna situation är i princip samma som om du har glömt en tablett. Efter kräkningar eller diarré måste du ta en ny tablett från en reservkarta så snart som möjligt.

Om möjligt, ta den inom 24 timmar efter det att du normalt tar din tablett. Om detta inte är möjligt, eller om 24 timmar har gått, följ de anvisningar som ges under "Glömde du att ta tabletten?".

Möjliga biverkningar

Liksom andra p-piller kan även **Dizminelle**[®] orsaka biverkningar, men alla användare behöver inte få dem. De vanligaste biverkningarna är humörsvängningar, huvudvärk, illamående och ömma bröst. Om dessa biverkningar fortgår länge, kontakta en expert inom hälsovården.

Kombinerade p-piller och risken för blodpropp

Risken för blodpropp under användning av kombinerade p-piller är väldigt låg, lägre än vid till exempel en graviditet. Det är väldigt viktigt att du är medveten om vilka faktorer som kan öka risken för blodpropp samt vilka tecken och symtom du bör vara uppmärksam på.



Risken för blodpropp är som störst:

- under det första användningsåret eller när användningen återupptas efter ett uppehåll på 4 veckor eller längre
- om du är kraftigt överviktig
- om du är över 35 år och röker
- om någon nära släkting har drabbats av blodpropp vid relativt ung ålder (d.v.s. yngre än 50 år)
- om du har fött barn under de senaste veckorna

Var uppmärksam på eventuella symtom på blodpropp, särskilt om du:

- nyligen genomgått en operation
- varit sängliggande en längre tid
- reser långa sträckor

Kontakta genast en expert inom hälsovården om du upptäcker något av följande symtom:

- kraftig smärta eller svullnad i ett ben
- plötslig oförklarlig andnöd eller ökad andningsfrekvens, kraftig bröstsmärta eller plötslig hosta
- bröstsmärta, ofta plötslig
- svaghet eller domning i ansiktet, armar eller ben (särskilt om det förekommer endast på ena sidan av kroppen), svårigheter att tala eller förstå, plötslig förvirring, plötslig synförlust eller suddig syn, kraftig huvudvärk eller migrän som är svårare än vanligt
- om du måste söka läkarvård, kom ihåg att berätta att du använder p-piller

Läs mer om eventuella biverkningar i bipacksedeln.

Denna broschyr kan beställas från
nordics@exeltis.com eller
www.exeltis.fi



Det finns ett vnr-nummer i
övre högra hörnet av paketet.
Använd nummer för att få mer
information om produkten
på **www.exeltis.fi/tuotteet**