

Preventivring

**ornibel**<sup>®</sup>  
*etonogestrel 0,120 mg/  
etinylestradiol 0,015 mg*



Användarguide

## Ornibel®-preventivring

Denna text innehåller användbar och viktig information om **Ornibel®** p-ring. Läs noga igenom texten och bipacksedeln innan du börjar använda **Ornibel®**.

**Ornibel®** p-ring verkar på samma sätt som ett sk. kombinerat p-piller, men fördelen med ringen är att den används 3 veckor i sträck, så du behöver inte tänka på ditt preventivmedel varje dag.

**Ornibel®** frisätter två kvinnliga könshormoner vilka förhindrar en ägglossning. Du kan inte bli gravid om en ägglossning inte sker.

Om du har frågor, kontakta en expert inom hälsovården.



## En månads graviditetsskydd med en ring

**Ornibel®** är en flexibel, mjuk, genomskinlig och färglös ring som sätts in i slidan för att förhindra graviditet. (yttre diameter 54 mm och ringens tjocklek 4 mm).

En p-ring sätts in i slidan. När ringen är på plats, **frisätter den kontinuerligt små mängder hormoner**. Precis som med andra hormonella preventivmedel, förhindras en graviditet **genom att hormonerna som upptas i blodcirkulationen förhindrar en ägglossning**.

**Vad**  
är **Ornibel®**  
p-ring?

**Hur**  
**fungerar**  
en p-ring?



## Ornibel® – ett pålitligt preventivmedel

**Ornibel®** verkar på samma sätt som ett sk. kombinerat p-piller. Kliniska studier har också visat att den har minst lika god preventiv effekt som orala p-piller. Du kan alltså lita på ditt preventivmedel utan att behöva tänka på det dagligen.

### Hur förhindrar Ornibel® en graviditet?

**Ornibel®** frisätter i genomsnitt 0,120 mg etonogestrel (gul kroppshormon) och 0,015 mg etinylestradiol (estrogen) per dygn i 3 veckor, så det är ett låghormonellt preventivmedel. Dessa hormoner frisätts jämnt från p-ringen och upptas kontinuerligt i blodcirkulationen genom slidväggen. Hormonerna verkar huvudsakligen genom att förhindra ägglossning. De påverkar också sekretet i livmoderhalsen så att det blir segt och tjockt, vilket gör det svårt för spermier att tränga in i livmodern. Hormonerna förtunnar även slemhinnan inne i livmodern vilket bidrar till att menssen ofta minskar.

### Samma hormoner som i sk. kombinerat p-piller

I jämförelse med kombinerade p-piller får du en mindre dos av hormoner när du använder **Ornibel®**. **Ornibel®** frisätter endast 15 mikrogram estrogen dagligen, medan ett vanligt kombinerat p-piller ger en daglig estrogendos på 20 eller 30 mikrogram. En annan egenskap hos **Ornibel®** är att hormonerna frisätts jämnt, vilket leder till att den dagliga hormondosen inte varierar som med orala p-piller. Trots att hormonmängden som frisätts från **Ornibel®** är liten, har den en god preventiv effekt.

### Effekten minskar inte vid diarré eller kräkningar

Eftersom hormonerna från **Ornibel®** upptas i blodcirkulationen direkt från slidans slemhinna, påverkar diarré och kräkningar inte den skyddande effekten.

## Kom igång med Ornibel®

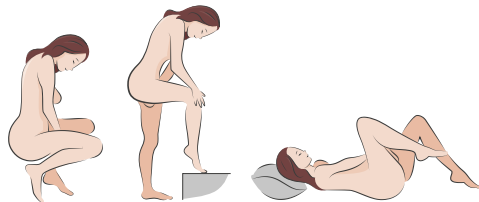
Följande tabell innehåller anvisningar för hur du börjar använda **Ornibel®** eller byter från en annan preventivmetod.

Inget tidigare hormonellt preventivmedel	Byte från ett annat kombinerat preventivmedel	Byte från minipiller, implantat, injektion eller hormonspiral
Börja med <b>Ornibel®</b> den första dagen i din naturliga menscykel (= den första blödningsdagen)	<b>Ornibel®</b> ska sättas in senast dagen efter den sista tablettfria eller plåsterfria dagen eller dagen efter placebotablettperioden (av ditt tidigare preventivmedel).	<ul style="list-style-type: none"><li>• Från minipiller: när som helst</li><li>• Från implantat och hormonspiral: dagen då det/den tas ut</li><li>• Från injektion: nästa planerade injektionsdag</li></ul>
		<b>OBS!</b> Använd tilläggskydd (t.ex. kondom) under de 7 första dagarna med <b>Ornibel®</b> .

Bekanta dig med bipacksedeln i **Ornibel®**-förpackningen.

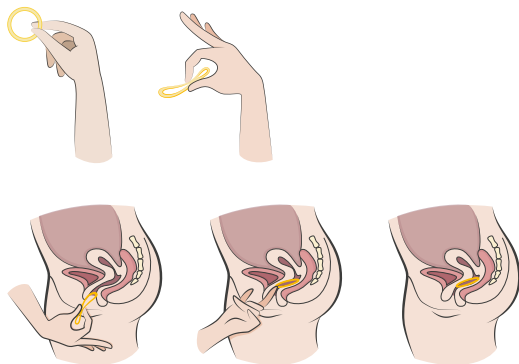
## Innan du sätter in ringen

- Kontrollera att ringens utgångsdatum inte passerat.
- Tvätta händerna innan du sätter in eller tar ut ringen.
- Välj den ställning som känns bekvämast för dig. Du kan t.ex. stå med ett uppdraget ben, sitta på huk eller ligga ned.



## Hur sätts ringen på plats och hur tas den bort?

- Ta ut ringen ur påsen.
- Håll ringen mellan tummen och pekfingeret, pressa ihop sidorna och för in ringen i slidan.
- När ringen sitter på plats ska du inte känna något.
- Om det känns obehagligt, tryck försiktigt ringen lite längre in i slidan.
- Kontrollera regelbundet att ringen sitter rätt i slidan (t.ex. innan och efter samlag).



## Tre veckor med ring, en vecka utan

- Ringen skall vara kvar i slidan 3 veckor i sträck från att den satts på plats.
- Du kan ta ut ringen genom att kroka fast pekfingeret i nederkanten på ringen eller genom att fatta tag i kanten och dra ut den.
- Ta ut ringen 3 veckor efter att du satte in den, på samma veckodag och vid ungefär samma tidpunkt. Om du t.ex. sätter in Ornibel® p-ring på en onsdag kl. 20.00, ska du ta ut den efter tre veckor på onsdag kl. 20.00. Sätt en påminnelse till dig själv. När du har tagit ut ringen ska du ha en veckas paus. Under denna vecka bör du få en bortfallsblödning.
- Börja användningen av en ny ring efter exakt en vecka, även om bortfallsblödningen inte har slutat.



Bekanta dig med bipacksedeln i **Ornibel®**-förpackningen.

Kasta den använda ringen tillsammans med övrigt hushållsavfall, helst i förpackningens påse. Spola inte ned ringen i toaletten.

# Ornibel® – frågor och svar

## Varar den skyddande effekten hela månaden?



Om ringen används korrekt skyddar den mot graviditet hela månaden, också under den ringfria veckan.

## När ska jag sätta in den första ringen?



Du hittar närmare information om hur du startar med p-ring under rubriken "Kom igång med Ornibel®" och i bipacksedeln.

## Hur förvaras Ornibel®?



Denna produkt **behöver inte förvaras svalt**. Förvaras i skydd **mot ljus**.

## Vad ska jag göra, om ringen känns obekväm?



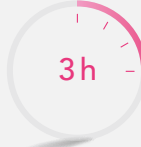
Om det känns obehagligt, **tryck försiktigt ringen lite längre in i slidan**.

## Vad ska jag göra om jag använt ringen för länge?



Om ringen har varit i slidan i mer än 3 veckor men **högst 4 veckor**: Ta genast ut ringen, ha ett vanligt uppehåll på en vecka och sätt sedan in en ny ring. Om ringen har varit i slidan i **mer än 4 veckor** kan den preventiva effekten vara nedsatt, och eventuell graviditet måste uteslutas innan en ny Ornibel® p-ring sätts in.

## Vad ska jag göra om ringen av misstag stöts ut?



Skölj ringen med kallt eller ljummet vatten och sätt genast in den igen. Om ringen har varit ute ur slidan i **mer än 3 timmar** kan den skyddande effekten vara nedsatt beroende på vilken vecka det är. **Se bipacksedeln för anvisningar**.

## Kan jag använda tampong?



Du kan använda tampong samtidigt med Ornibel®. Om ringen flyttar på sig eller stöts ut ur slidan, tvätta ringen med ljummet (ej hett) vatten och sätt in den igen.

## Märks ringen under samlag?

Det är sällsynt att ringen känns under samlag. Kontrollera att ringen **sitter på plats** efter samlag. Om ringen stör kan den tas ut under samlag. Den måste dock sättas tillbaka senast **inom 3 timmar**.

### Kan jag byta startdag för min mens (bortfallsblödning)?



Om du använder ringen enligt anvisningarna så kommer du att få din bortfallsblödning (mens) under den ringfria perioden. Om du vill ändra den dag då blödningen börjar så kan du **förkorta** (men aldrig förlänga) **nästa ringfria period**.

### Kan jag skjuta upp min mens?



Om du vill skjuta upp din bortfallsblödning, **sätt in en ny ring i slidan genast** efter att du tagit ut den föregående ringen utan att hålla en ringfri period. Du kan låta den nya ringen sitta kvar i **högst 3 veckor**. När du vill att bortfallsblödningen ska börja, ta ut ringen och håll din vanliga ringfria period på **7 dagar** innan du sätter in en ny ring.

### Kan jag använda svampläkemedel och spermicider?

Svampläkemedel och spermicider som används i slidan **påverkar sannolikt inte** p-ringens preventiva **effekt och säkerhet**.



Liksom alla läkemedel kan även **Ornibel®** orsaka biverkningar, men alla användare behöver inte få dem. De vanligaste biverkningarna är bl.a. humörsvängningar, huvudvärk, illamående, ömma bröst, viktökning och depression. Om dessa biverkningar fortgår länge, kontakta en expert inom hälsovården.

### Kombinerade preventivmedel och risken för blodpropp

Alla kombinerade preventivmedel ökar risken för blodpropp. Den totala risken är dock liten. 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:

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

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

- nyligen har genomgått en operation
- har varit sängliggande en längre tid
- gör en flygresor på över 4 timmar

### Kontakta genast en expert inom hälsovården om du märker 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-ring.

Läs mer om eventuella biverkningar i bipacksedeln

Denna broschyr kan beställas från  
nordics@exeltis.com eller [www.exeltis.fi](http://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](http://www.exeltis.fi)**.