



Lang Leve de Liefde

Wat is het?

- De anticonceptiepleister (Evra)
- Dunne pleister van 4,5 bij 4,5 cm
- Relatief lichte dosis hormonen

Lang Leve de Liefde

Hoe werkt het?

- Pleister geeft een week lang kleine beetjes hormonen af
- Bevat hormonen progesterone en oestrogenen
- Deze hormonen voorkomen eisprong en daarmee zwangerschap

Lang Leve de Liefde

Hoe gebruiken?

- 1x per week pleister plakken
- 3 weken achter elkaar elke week 1 pleister
- Vierde week is stop week; vrouw wordt ongesteld
- Ook in stop week beschermd tegen zwangerschap
- Je plakt de pleister op schoon, droog, onbeschadigd stukje huis, bijv. op arm of bil
- Niet plakken op borsten of bovenbeen

Lang Leve de Liefde

Wie gebruikt het?

- De vrouw (plakt zelf pleister op)
- Om zwangerschap te voorkomen
- Om menstruatie te reguleren

Lang Leve de Liefde

Waar te krijgen?

- Eerste recept via huisarts of Sense spreekuur opvragen
- Met recept naar apotheek
- Herhalingsrecept kun je meestal direct via apotheek aanvragen

Lang Leve de Liefde



Voordelen?

- + Je hoeft er maar 1x per week aan te denken
- + Je weet wanneer je ongesteld wordt
- + Ongesteldheid is te reguleren en uit te stellen (stopweek inkorten/overslaan)
- + Blijft betrouwbaar bij overgeven/diarree
- + Geleidelijke hormoonafgifte (geen pieken/dalen)
- + Als je stopt kun je snel weer zwanger worden (als je dat zou willen)

Lang Leve de Liefde



Nadelen?

Je moet er elke week op tijd aan denken een nieuwe pleister op te plakken

Tips

- Plak pleister op vaste dag/tijd in de week
- Programmeer het in je mobiel, ook als je nieuwe pleisters moet halen
- Gebruik een App of sms-service
- Vraag je vriend(in) je te helpen herinneren

Lang Leve de Liefde



Pleister toch vergeten?

- Overleg met de huisarts wat je moet doen
- Kijk in de bijsluiters
- Of ga naar www.anticonceptievergeten.nl

Lang Leve de Liefde



Nadelen?

Soms bijwerkingen zoals gespannen borsten, hoofdpijn, misselijk, huidirritatie

Tips

- Je lichaam moet even wennen. Gaat meestal vanzelf over
- Plak elke week op een ander stukje huid
- Bevalt het toch niet? Kies dan een andere anticonceptie

Lang Leve de Liefde



Nadelen?

Je kunt de pleister zien zitten

Tips

- Plak het op een plek onder je kleren, bijv. op je billen

Lang Leve de Liefde



Wist je dat... ?

- De pleister beschermt niet tegen soa/hiv
- Ø Gebruik dus ook condooms als je vrijt
- Je kunt met de pleister gewoon douchen/zwemmen
- Blijf goed controleren of je pleister nog goed zit
- Pleister werkt minder goed bij vrouwen boven 90 kilo