



Wat is het?

- De Pil
- Klein pilletje met hormonen
- Relatief hoge dosis hormonen
- De dosis hormonen verschilt per pil

Hoe werkt het?

- Pil geeft hormonen af aan je lichaam
- Hormonen komen via maag/darmen in je bloedbaan
- Bevat hormonen oestrogeen en progestageen
- Hormonen voorkomen eisprong en nesteling (bevrucht) eitje in baarmoeder

Hoe gebruiken?

- Elke dag op zelfde tijdstip slikken
- 3 weken achter elkaar
- Daarna stopweek; vrouw wordt ongesteld
- Ook in stopweek beschermd tegen zwangerschap
- Sommige pillen hebben placebo's om te slikken in stopweek

Wie gebruikt het?

- De vrouw (slikt zelf elke dag de pil)
- Ter voorkoming van zwangerschap
- Om menstruatie te reguleren
- Om acne te verminderen (sommige pillen)

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 weet wanneer je ongesteld wordt
- + Ongesteldheid is te reguleren en uit te stellen (stopweek inkorten / overslaan)
- + Vaak minder pijnlijke menstruatie
- + Soms minder last van acne (puistjes)

Lang Leve
de Liefde



Nadelen?

Je moet er elke dag op tijd aan denken

Tips

- Neem de pil op een vast moment, bijv. 's avonds voor het tandenpoetsen
- Programmeer het in je mobiel, ook als je nieuwe strips moet halen
- Gebruik een App of sms-service
- Vraag je vriend(in) je te helpen herinneren
- Zorg dat je altijd een strip bij je hebt

Lang Leve
de Liefde



Pil vergeten?

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

Lang Leve
de Liefde



Nadelen?

Soms bijwerkingen zoals gespannen borsten, hoofdpijn, geen zin in vrijen

Tips

- Je lichaam moet even wennen. Gaat meestal vanzelf over
- Bevalt het toch niet? Kies dan een andere anticonceptie.

Lang Leve
de Liefde



Nadelen?

Verminderde werkzaamheid na overgeven, diaree en gebruik (sommige) antibiotica

Tips

- Dit is vooral probleem binnen 3-4u na het innemen. Slik snel een nieuwe pil
- Gebruik 7 dagen een condoom
- Kijk in de bijsluiter of overleg met huisarts/apotheek wat je best kunt doen

Lang Leve
de Liefde



Nadelen?

Verhoogd risico op trombose

Tips

- Hou dit in de gaten; let op bij kort ademigheid en duizeligheid
- Niet roken
- Genoeg bewegen en gezond eten
- Let extra op bij overgewicht

**Lang Leve
de Liefde**



Wist je dat... ?

- De pil beschermt niet tegen soa/hiv.
- > Gebruik dus ook condooms als je vrijt
- Je wordt niet dikker van de pil. Soms hou je in het begin wel wat meer vocht vast
- Er bestaan wel 19 soorten pillen
- De meeste zijn combinatie pillen (progestageen én oestrogeen)