



Mer än ett p-piller*

Dienorette®

dienogest 2 mg/etinylestradiol 0,03 mg **21+7**

*) Produktresumé

Användarguide

Dienorette® – mer än ett p-piller

Du har blivit ordinerad **Dienorette®**, som är ett sk. kombinerat p-piller. **Dienorette®** används för:

- att förhindra graviditet
- behandling av måttlig akne när lokalbehandling eller antibiotika inte lindrat hudbesvären, hos kvinnor som väljer att använda p-piller.

Dienorette® innehåller två typer av hormoner; estrogen (etinylestradiol 0,03 mg) och gulkropps-hormon (dienogest 2 mg).

Kliniska prövningar har visat att **Dienorette®** lindrar kvinnors akne, som orsakas av manliga köns-hormoner (s.k. androgener). Aknen börjar normalt

att lindras efter 3 till 6 månader efter starten av behandlingen och kan fortsätta förbättras även efter 6 månader.

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

Om inga hälsoproblem uppstår, kan **Dienorette®** p-piller användas så länge som kvinnan vill använda sig av hormonella preventivmedel.

Innan du börjar

Dienorette®-förpackningen innehåller 3 blister-kartor med 28 filmdragerade tabletter samt 3 klisterremсор märkta med veckodagar (må-sö).

De 21 vita tabletterna innehåller hormoner, medan de 7 gröna är hormonfria placebo-tabletter.



Hur börjar du med **Dienorette**®

Använd detta läkemedel enligt din personliga läkarordination.

Börja med **Dienorette**® på menstruationens första blödningsdag.

Välj den klisterremsa som börjar med den veckodag då du tar den första tabletten. Fäst den valda remsan i övre kanten på blisterkartan där det står "start". **Om du till exempel börjar på en fredag, välj den klisterremsa som börjar med fredag (FRE)**. Nu är det en veckodag skriven ovanför varje tablett vilket hjälper dig att kontrollera att du tagit tabletten varje dag.

Ta alla tabletter i ordningsföljd enligt pilens riktning tills hela blisterkartan är slut. Blanda inte

ihop tabletterna. Ta 1 vit tablett/dygn vid ungefär samma tidpunkt de första 21 dagarna och sedan 1 grön tablett/dygn under de sista 7 dagarna.

Under de 7 dagarna du tar de gröna placebotabletterna borde din mens börja (en så kallad bortfallsblödning). Den börjar normalt inom 2–3 dagar efter du tagit den sista vita tabletten.

Du är skyddad mot graviditet även under dessa 7 dagar, då du tar de gröna placebotabletterna.

När du tagit den sista gröna tabletten, börja direkt med nästa blisterkarta, oberoende om din blödning slutat eller inte.

När alla tabletter på kartan är tagna, börja på nästa karta. **Man håller alltså ingen paus mellan blisterkartorna.**

En (1) **Dienorette**®-tablett/dygn i 28 dagar.

Vill du skjuta på din mens(bortfallsblödning)?

Du kan förskjuta din bortfallsblödning (mens) genom att hoppa över de gröna placebotabletterna och bara ta de vita tabletterna och sedan börja direkt på en ny **Dienorette**® blisterkarta från tabletten vid "start". Bortfallsblödningen kan skjutas upp så långt du önskar, men som längst tills den andra blisterkartan är slut. Under denna period kan en genombrotts- eller stänklödning förekomma.

Vill du byta startdag för din mens?

Du kan förskjuta din bortfallsblödning (mens) genom att hoppa över de gröna placebotabletterna och bara ta de vita tabletterna och sedan börja direkt på en ny **Dienorette**® blisterkarta från tabletten vid "start". Bortfallsblödningen kan skjutas upp så långt du önskar, men som längst tills den andra blisterkartan är slut. Under denna period kan en genombrotts- eller stänklödning förekomma.

Ingen mens medan du använder p-piller

Vissa kvinnor har ingen bortfallsblödning under perioden då de tar de gröna placebotabletterna. Ofta minskar blödningarna eller försvinner helt. Om du tar de kombinerade p-pillren enligt anvisningarna så är du säkert skyddad mot en graviditet.

Om du däremot inte har tagit de kombinerade p-pillren enligt anvisningarna innan du egentligen skulle ha haft din första bortfallsblödning eller om 2 bortfallsblödningar inte skett, gör ett graviditetstest innan du fortsätter med de kombinerade p-pillren.



Kom igång med **Dienorette**[®]

Följande tabell innehåller anvisningar för hur du börjar använda **Dienorette**[®] 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 Dienorette [®] den första dagen i din naturliga menscykel (den första blödningdagen).	Börja med Dienorette [®] dagen efter att du tog den sista aktiva tablettan av dina tidigare kombinerade p-piller.	Börja med Dienorette [®] samma dag som du avlägsnar preventivringen eller p-plåstret.	Du kan byta från p-piller som endast innehåller gulkroppshormon till Dienorette [®] när du vill.	Börja med Dienorette [®] 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 Dienorette [®] .			Obs! Använd tilläggsskydd (t.ex. kondom) under de första 7 dagarna du tar Dienorette [®] .	

Följ din hälsovårdarens 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 gröna placebotabletterna på rad 4 så påverkar det inte Dienorettes graviditetsskyddande effekt. Kasta bort de glömda placebotabletterna.

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

Om det har gått **mindre än 12 timmar** sedan du skulle ha tagit din tablett är du fortfarande skyddad mot graviditet. Ta den glömda tablett så snart som möjligt och sedan följande tabletter på vanlig tid.

Om det har gått **mer än 12 timmar** kan p-pillrets effekt vara minskad. Ju fler tabletter du glömmer ta, desto större är risken att bli gravid.

Risken för att bli gravid är särskilt stor om du glömmer tablett under den första eller tredje raden på blisterkartan. Därför ska du alltid följa nedanstående anvisningar:

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

förutsatt att du tagit tabletterna enligt anvisningarna under de 7 dagarna innan du glömde att ta tablett, och du behöver inte använda extra preventivskydd. Om du däremot har missat mer än en tablett, måste du använda ett kompletterande preventivmedel (t.ex. kondom) under de följande 7 dagarna.

Om du glömmer att ta en tablett under dag 15–21 (tredje veckan, rad 3 på blisterkartan)

Du kan välja mellan något av följande två alternativ. Du behöver inte använda kompletterande preventivmedel, förutsatt att du tagit tabletterna som man ska under de 7 dagarna innan du glömde att ta tablett.

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. I stället för att ta de gröna placebotabletterna på denna blisterkarta, kassera dem och börja på

nästa blisterkarta. En bortfallsblödning kommer troligtvis inte att ske förrän vid slutet av den andra blisterkartan. En genombrotts- eller stänklödning kan dock förekomma under användningen av den andra blisterkartan.

ELLER

2. Alternativt kan du också avbryta behandlingen med de aktiva vita tabletterna och gå direkt till de gröna placebotabletterna (från och med den dagen du glömde att ta din tablett). Efter att du tagit de gröna tabletterna, börja med de vita tabletterna på en ny blisterkarta. Om du vill börja en ny karta på din fasta startdag, förkorta perioden med de gröna placebotabletterna.

Om du har glömt att ta en tablett och ingen bortfallsblödning sker under den första perioden som du tar de gröna placebotabletterna, 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 **Dienorette®** 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 12 timmar efter det att du normalt tar din tablett. Om detta inte är möjligt, eller om 12 timmar har gått, följ de anvisningar som ges under "Glömde du att ta tablett?".

Möjliga biverkningar

Liksom andra p-piller kan även **Dienorette®** 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**