

För en flexibel
långcykelbehandling*

Diza[®]

etinylestradiol 0,02 mg/drospirenon 3 mg
120 tabl.

Användarguide

Vad är Diza®?

Du har blivit ordinerad **Diza®**, som är ett sk. kombinerat p-piller avsett för att skydda dig mot graviditet. Det är godkänt för flexibel långcykelbehandling vilket betyder att det kan användas i upp till 120 dagar utan uppehåll. Obligatorisk fas (dag 1–24) 24 tabletter, flexibel fas (dag 25–120) 96 tabletter. De verksamma substanserna är estrogen (etinylestradiol 0,02 mg) och gulkroppshormon (drospirenon 3 mg).

Användarguiden innehåller viktig information om **Diza®**. Bekanta dig noggrant med denna text och bipacksedeln innan du börjar använda **Diza®** p-piller. Om du har frågor, kontakta en expert inom hälsovården.

Diza® är ett lågdoserat hormonellt kombinerat p-piller för flexibel långcykelbehandling och används för att förhindra graviditet.

*) Produktresumé

Frihet att välja själv...

Med **Diza**[®] p-piller får du själv välja tidpunkten för när det passar dig med en bortfallsblödning. Att justera tidpunkten för bortfallsblödningen kan vara nödvändigt vid t.ex. resor eller någon annan viktig händelse. Glesare blödningar rekommenderas också om du har riklig och/eller smärtsam mens eller lider av premenstruella symtom (PMS). Att vara blödningsfri under en längre tid påverkar inte den preventiva skyddseffekten negativt och orsakar inte fler biverkningar än traditionell p-pilleranvändning. Genom att förlänga fasen för p-pilleranvändningen kan du planera blödningen enligt dina egna önskemål. Du bestämmer när du vill att bortfallsblödningen ska ske!

Det är lätt att reglera blödningsrytmen med **Diza**[®] genom att fortsätta ta tabletter utan uppehåll, dvs. förpackningens samtliga fem blisterkartor i följd.

Du har alltså möjlighet att ha upp till 120 blödningsfria dagar.

Att förlänga blödningsuppehållet kan leda till ofarliga stänklödningar, vilket inte påverkar den preventiva effekten på tabletterna. Om stänklödningen stör dig (varar mer än 3 dagar i rad), är det enklaste sättet att bli av med den att göra ett fyra (4) dagars tablettuppehåll, vilket leder till att stänklödningen övergår till en bortfallsblödning och efter det upphör. Observera att tablettuppehållet får göras tidigast efter den så kallade obligatoriska fasen (24 dagar). Efter varje fyra (4) dagars fas utan tabletter börjar alltid en obligatorisk fas (24 dagar).

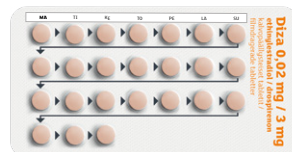


Diza[®] förpackningsinformation

En förpackning innehåller 5 blisterkartor (5 x 24 filmdragerade tabletter). Varje **Diza[®]**-förpackning innehåller även självhäftande etiketter märkta med alla 7 veckodagar. Välj den veckodagsetikett som börjar med den veckodag då du tar den första tabletten. **Om du till exempel börjar på en onsdag, välj den veckodagsetikett som börjar med onsdag "KE"**. Fäst den valda etiketten i övre kanten på blisterkartan. Nu står det en veckodag ovanför varje tablett vilket hjälper dig att kontrollera att du tagit en tablett varje dag.

För att du ska kunna följa anvisningarna för **Diza[®]** på rätt sätt, börja alltid med en ny blisterkarta (24 tabletter) när den obligatoriska fasen inleds efter de fyra (4) tablettfria dagarna.

Obs! Glöm inte att skriva in datum när blödningsen började i din egen kalender!



Valitse päivämäärätarra, joka alkaa viikonpäivästä, jona aloittit pillerien ottamisen. Aseta tarra läpipainopakkauksen sanojen "Kiinnitä päivämäärätarra tähän" päälle. Kunkin päivän kohdalla on rivi tabletteja. On tärkeää ottaa tabletti joka päivä. Jos unohdat ottaa tablettin, lue ohjeet pakkausselosteesta.

START

MA	TI	KE	TO	PE	LA	SU
TI	KE	TO	PE	LA	SU	MA
KE	TO	PE	LA	SU	MA	TI
TO	PE	LA	SU	MA	TI	KE
PE	LA	SU	MA	TI	KE	TO
LA	SU	MA	TI	KE	TO	PE
SU	MA	TI	KE	TO	PE	LA

Tablettfria fas

Den tablettfria fasen får aldrig vara längre än fyra (4) dagar och den får påbörjas endast om tabletterna har tagits i minst 24 dagar utan avbrott.

Välj själv när du har mens

OBLIGATORISK FAS
24 dagar



FLEXIBEL FAS
max 96 dagar



TABLETTUPPEHÅLL
endast 4 dagar

Obligatorisk fas



När du börjar med **Diza**[®]-p-piller ska de tas utan uppehåll i minst 24 dagar i rad.

Efter den obligatoriska fasen kan du välja att:

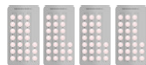
- göra ett fyra (4) dagars långt tablettuppehåll för bortfallsblödning.

ELLER

- fortsätta ta tabletter i upp till 120 dagar.

Du väljer själv när du vill att bortfallsblödningen ska ske.

Flexibel fas



Efter den obligatoriska fasen kan du fortsätta att ta tabletter utan uppehåll ända tills alla 120 tabletter är tagna.

Under den flexibla fasen kan du välja att ha ett fyra (4) dagars tablettuppehåll när det passar dig bäst eller om det uppstår en störande stänklödning.

Efter varje fyra (4) dagars tablettuppehåll börjar en ny obligatorisk fas på minst 24 dagar.

Tablettfri fas

Ett tablettuppehåll på fyra (4) dagar måste hållas senast i slutet av varje förpackning (efter 120 tabletter). Tablettuppehållet varar i fyra (4) dagar.

Tablettuppehållet sätter igång en bortfallsblödning. Om du fortfarande blöder efter fyra (4) dagar, börjar du ändå med **Diza**[®].

Du får inte göra ett nytt tablettuppehåll innan du först har tagit tabletter i minst 24 dagar utan avbrott.

Att börja med preventivmedel eller byta till Diza®

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
<p>Börja med Diza® den första dagen i din naturliga menscykel (den första blödningsdagen).</p> <p>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 Diza®.</p>	<p>Börja med Diza® dagen efter att du tog den sista aktiva tabletten av dina tidigare kombinerade p-piller, men senast dagen efter tablettuppehållet eller placebodagarna av dina tidigare kombinerade p-piller.</p>	<p>Börja med Diza® samma dag som du avlägsnar preventivringen eller p-plåstret, senast då en ny preventivring eller ett nytt p-plåster skulle ha lagts på plats.</p>	<p>Du kan byta från p-piller som endast innehåller gulkroppshormon till Diza® när du vill.</p>	<p>Börja med Diza® samma dag som implantatet eller hormonspiralen avlägsnas, eller dagen efter följande planerade injektionsdag.</p>
			<p>Obs! Använd tilläggsskydd (t.ex. kondom) under de första 7 dagarna du tar Diza®.</p>	

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 tabletten?

Om det gått **mindre än 24 timmar** sedan du glömde tabletten påverkar det inte den preventiva effekten. Tabletten bör tas så snart som möjligt och följande tabletter på vanlig tid.

Om det gått **mer än 24 timmar** kan tablettens graviditetsskydd vara försämrat.

Viktigt! Graviditetsrisken är större ju flera tabletter du har glömt, och ju närmare tablettuppehållet du glömde dem. Om du har glömt två (2) eller flera tabletter under din första användningsvecka, kontakta i detta fall din läkare.

GLÖMDE DU ATT TA TABLETTER UNDER DEN OBLIGATORISKA FASEN (DAG 1–24)?

Ta den glömda tabletten så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du måste ta två tabletter samtidigt. Ta de följande tablettorna på vanlig tid tills du tagit åtminstone 24 tabletter (obligatorisk fas). Under de följande 7 dagarna efter den glömda tabletten ska du använda tilläggskydd, t.ex. kondom.

Om du har haft samlag någon gång under de 7 dagarna innan dagen du glömt tabletten, kan du vara gravid.



GLÖMDE DU ATT TA TABLETTER UNDER DEN FLEXIBLA FASEN (DAG 25–120)?

Ta den glömda tabletten så snart du kommer ihåg det, även om det innebär att du måste ta två tabletter samtidigt. Ta de följande tablettorna på vanlig tid tills du har tagit minst 7 tabletter 7 dagar i följd. Under de följande 7 dagarna efter den glömda tabletten ska du använda tilläggskydd, t.ex. kondom.

Om du har glömt att ta tabletter under den flexibla fasen är den enklaste lösningen att göra ett tablettuppehåll för att starta en bortfallsblödning. I de fyra (4) dagar som utgör ett tablettuppehåll ska du i detta fall också räkna in de dagar du glömde att ta din tablett. Efter fyra (4) tablettfria dagar börjar du normalt med en ny tablettcykel med **Diza**[®].

Om du har glömt att ta tabletter och inte får någon blödning under tablettuppehållet finns det en risk att du har blivit gravid.

Vad ska jag 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 aktiva substanserna inte hinner tas upp fullständigt i kroppen. Denna situation är i stort sett 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, bör du följa de rekommendationer som ges under "Glömde du att ta tablett?".

Möjliga biverkningar

Liksom andra p-piller kan även **Diza**[®] orsaka biverkningar, men alla användare behöver inte få dem. De vanligaste biverkningarna är humörsvängningar, huvudvärk, illamående, ömma bröst, stänkeblödningar och oregelbundna blödningar. Om dessa biverkningar fortgår länge, kontakta din läkare eller hälsovårdare.

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

Uppsök omedelbart läkarvård om du upptäcker något av följande symtom och kom ihåg att berätta att du använder Diza p-piller:

- 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.

Referenser:
Diza®-produktresumé
Diza®-bipacksedel



Med hjälp av Vnr-numret får du tilläggsinformation på adressen: **www.exeltis.fi/tuotteet/diza** eller scanna QR-koden med kameran i din telefon och mata in Vnr-numret på förpackningen.

