



Dienorette[®]

dienogesti 2 mg/etinyyliestradioli 0,03 mg **21+7**

**Käyttäjäopas – raskauden ehkäisyyn
ja keskivaikean aknen hoitoon**

Dienorette®

Sinulle on määrätty yhdistelmäehkäisytabletti **Dienorette®**, jota käytetään

- **raskauden ehkäisyyn**
- **keskivaikean aknen hoitoon** naisille, joille soveltuvasta paikallishoidosta tai suun kautta otettavasta antibiootihoidosta ei ole ollut apua, ja jotka valitsevat suun kautta otettavan ehkäisyvalmisteen.

Dienorette® sisältää kahta hormonia, estrogeenia (etinyyliestradiolia 0,03 mg) ja keltarauhashormonia (dienogestia 2 mg).

Kliinisissä tutkimuksissa on havaittu, että **Dienorette®** lievittää naisen aknea, joka johtuu mies-

hormoneista (nk. androgeeneista). Akne lievittyy tavallisesti 3–6 kuukaudessa hoidon aloittamisesta ja paraneminen voi jatkua kuuden kuukauden jälkeenkin.

Tämä käyttäjäopas sisältää hyödyllistä ja tärkeää tietoa **Dienorette®**-ehkäisytablettista.

Tutustu huolellisesti tähän oppaaseen ja pakkauselosteeseen ennen **Dienorette®**-ehkäisytabletin aloittamista. Mikäli sinulla on kysyttävää, ota yhteyttä terveydenhuollon ammattilaiseen.

Jos terveystarpeita ei ilmene, **Dienorette®**-ehkäisytabletteja voidaan käyttää niin kauan kuin nainen haluaa hormonaalista ehkäisyä.

Ennen käytön aloitusta

Dienorette®-pakkaus sisältää 3 läpipainoliuskaa, joissa jokaisessa on 28 filmipäällystettyä tablettia sekä 3 viikkopäivätarraliuskaa, joihin on merkitty viikonpäivät (ma-su).

Valkoiset tabletit (21 tablettia) sisältävät vaikuttavia aineita ja vihreät (7 tablettia) ovat lumetabletteja, jotka eivät sisällä hormoneja.



Tabletit otetaan joka päivä suunnilleen samaan aikaan.

Välite tarran, jonka ensimmäinen viikkopäivä vastaa tablettien käytön aloituspäivää. Lisäksi viikkotarra läpipainoliuskien sarjassa "Kiinnitä viikkotarra tähän" puolelle. Kunkin tablettien ulkopuolella näkyy viikkopäivä. On tärkeää, että otat tablettien joka päivä 3x tablettiä joka välin, lue pakkauseloste.

Wälj den mimesremsen som börjar med den veckodag då du börjar ta tabletterna. Kiinnita fäst mimesremsen på läpipainoliuskas över sidan "Fäst mimesremsen här". En dag anges omvärld varje tablett. Det är viktigt att du tar din tablett varje dag. Om du missat en tablett, läs bipacksedeln.

Aloitus / Start						
MAANAN	TUETIS	KEIKOK	TOETORS	PEIFRE	LAJÖR	SUJÖN
TUETIS	KEIKOK	TOETORS	PEIFRE	LAJÖR	SUJÖN	MAANAN
KEIKOK	TOETORS	PEIFRE	LAJÖR	SUJÖN	MAANAN	TUETIS
TOETORS	PEIFRE	LAJÖR	SUJÖN	MAANAN	TUETIS	KEIKOK
PEIFRE	LAJÖR	SUJÖN	MAANAN	TUETIS	KEIKOK	TOETORS
LAJÖR	SUJÖN	MAANAN	TUETIS	KEIKOK	TOETORS	PEIFRE
SUJÖN	MAANAN	TUETIS	KEIKOK	TOETORS	PEIFRE	LAJÖR

540115-01

Kiinnitä sopiva viikkopäivätarra läpipainoliuskan yläreunassa olevaan kohtaan "Aloitus/Start"

Miten Dienoretten käyttö aloitetaan?

Käytä tätä lääkettä juuri siten kuin se on Sinulle määrätty.

Ota yksi tabletti joka päivä suunnilleen samaan aikaan. Tabletin voi ottaa joko ruoan kanssa tai ilman.

Valitse viikkopäivätarra, joka alkaa siitä päivästä, jolloin aloitat tablettien ottamisen. Kiinnitä sopiva viikkopäivätarra läpipainoliuskan yläreunassa olevaan kohtaan **"Aloitus/Start"**. **Jos aloitat esimerkiksi perjantaina, valitse viikkopäivätarra, jonka ensimmäisen päivän kohdalla on PE (= perjantai)**. Nyt jokaisen tabletin yläpuolella näkyy viikonpäivä, minkä avulla voit tarkistaa, oletko ottanut tabletin päivittäin.

Ota läpipainoliuskan kaikki tabletit nuolen osoittamassa järjestyksessä. Älä sekoita tabletteja

keskenään; 1 valkoinen tabletti kerran vuorokaudessa suunnilleen samaan aikaan, ensimmäisten 21 päivän ajan ja sitten yksi vihreä tabletti kerran vuorokaudessa viimeisten 7 päivän ajan.

Niiden 7 päivän aikana, jolloin otat vihreitä lumentabletteja, kuukautisvuodon pitäisi alkaa (ns. tyhjennysvuoto). Se alkaa yleensä 2-3 päivän kuluttua viimeisen valkoisen tabletin ottamisesta.

Ehkäisyteho säilyy myös niinä 7 päivänä, kun otat vihreitä lumentabletteja.

Kun olet ottanut viimeisen vihreän tabletin, aloita suoraan seuraava läpipainoliuska, riippumatta siitä onko vuoto loppunut vai ei.

Kun kaikki läpipainoliuskan tabletit on otettu, siirry suoraan seuraavaan läpipainoliuskaan.

Läpipainoliuskojen välillä ei siis pidetä taukoa.

Ota yksi **Dienorette**[®]-tabletti vuorokaudessa 28 päivän ajan.



Kuukautisvuodon (tyhjennysvuodon) siirtäminen eteenpäin

Jos haluat siirtää tyhjennysvuotoa eteenpäin, jätä vihreät lumentabletit ottamatta ja siirry suoraan uuden **Dienorette**[®]-läpipainoliuskan valkoisiin tabletteihin, kohtaan "aloitus". Tyhjennysvuotoa voidaan siirtää niin pitkälle kuin halutaan, mutta vain toisen läpipainoliuskan loppumiseen asti. Tänä aikana voi esiintyä läpäisy- tai tiputteluvuotoa.

Kuukautisvuodon (tyhjennysvuodon) alkamispäivän muuttaminen

Kun otat **Dienorette**[®]-tabletit ohjeiden mukaan, tyhjennysvuoto alkaa 4 viikon välein suunnilleen samana päivänä. Jos haluat muuttaa tätä päivää, vähennä vihreiden lumentablettien määrää (älä koskaan lisää). Jos aloitat uuden läpipainoliuskan yleensä esimerkiksi perjantaina ja haluat vaihtaa aloituspäivän tiistaiksi (3 päivää aikaisemmaksi) ota vain 4 vihreää lumentablettia ja ota sen jälkeen

suoraan ensimmäinen valkoinen tabletti uudesta läpipainoliuskasta kohdasta "aloitus". Jos lumentablettijakso on hyvin lyhyt, sen aikana vuotoa ei tule välttämättä lainkaan. Sen jälkeen voi esiintyä läpäisy- ja tiputteluvuotoa.

Kuukautisvuodon (tyhjennysvuodon) poisjääminen ehkäisytablettien käytön aikana

Joillakin naisilla ei välttämättä esiinny tyhjennysvuotoa lumentablettijakson aikana tai vuodot usein niukkenevat ja saattavat jäädä kokonaan pois. Jos yhdistelmäehkäisytabletteja on käytetty ohjeiden mukaisesti, raskaus on epätodennäköinen.

Jos yhdistelmäehkäisytabletteja ei ole käytetty ohjeiden mukaisesti ennen tyhjennysvuodon ensimmäistä poisjääntiä tai jos kaksi tyhjennysvuotoa jää tulematta, tee raskaustesti ennen yhdistelmäehkäisytablettien käytön jatkamista.

Ehkäisyyn aloitus tai vaihto **Dienorette®**-valmisteeseen

Ei aikaisempaa hormonaalista ehkäisyä	Vaihto toisesta hormonaalisesta yhdistelmä-ehkäisytablettista	Vaihto ehkäisyrenkaasta tai -laastarista	Vaihto minipillereistä (sis. pelkkää keltarauhashormonia)	Vaihto implantaatista, injektiosta tai hormonikierukasta
Dienorette® aloitetaan luonnollisen kierron ensimmäisenä päivänä (= ensimmäinen vuotopäivä).	Dienorette® aloitetaan aiemman yhdistelmä-ehkäisytabletin viimeisen vaikuttavien aineiden sisältävän tabletin ottamista seuraavana päivänä.	Dienorette® aloitetaan samana päivänä kuin ehkäisyrenkas tai -laastari poistetaan.	Pelkkää keltarauhashormonia sisältävistä tableteista voidaan siirtyä Dienorette® -tablettien käyttöön milloin tahansa.	Dienorette® aloitetaan implantaatin tai hormonikierukan poistopäivänä tai seuraavana suunniteltuna injektio-päivänä.
Voit myös aloittaa tablettien ottamisen kierron päivinä 2–5, tällöin sinun on käytettävä lisäehkäisyä (esim. kondomi) ensimmäisten 7 päivän ajan.	Käyttö tulee aloittaa viimeistään aiemman tablettivalmisteen käytössä pidettävän tablettitaunun jälkeisenä päivänä tai viimeisen vaikuttavien aineiden sisältämättömän lumetabletin ottoa seuraavana päivänä.	Käyttö tulee aloittaa viimeistään silloin, kun seuraava ehkäisyväline olisi pitänyt asettaa paikalleen.	Huom! Käytä lisäehkäisyä (esim. kondomi) 7 ensimmäisen Dienorette® -tablettipäivän ajan.	

Nouda terveydenhuollon ammattilaisen ohjeita, jos aloitat e-pillereiden käytön jälkiehkäisytabletin käytön, abortin tai synnytyksen jälkeen, tai ”quick startin” yhteydessä.

Unohditko tabletin?

Jos unohdat ottaa yhden 4. rivin vihreistä lume-tableteista, se ei vaikuta **Dienorette®**-valmisteen ehkäisytehoon. Hävitä unohtamasi lumetabletti.

Jos unohdat ottaa valkoisen, vaikuttavien aineiden sisältävän tabletin 1.–3. riviltä, toimi seuraavasti:

Jos tabletti on **alle 12 tuntia** myöhässä, ehkäisyteho ei ole heikentynyt. Ota unohtunut tabletti heti kun muistat ja ota seuraavat tabletit tavanomaiseen aikaan.

Jos tabletti on **yli 12 tuntia** myöhässä, ehkäisyteho on saattanut heikentyä. Mitä useamman tabletin unohdat, sitä suurempi riski on, että ehkäisyteho heikkenee.

Riski on erityisen suuri, jos unohdat tabletin läpipainoliuskan ensimmäiseltä tai kolmannelta riviltä. Nouda siinä tapauksessa seuraavia ohjeita:



Jos olet unohtanut yhden tabletin päivinä 1–7 (ensimmäinen tablettirivi):

Ota unohtunut tabletti heti, kun muistat, vaikka se tarkoittaisi kahden tabletin ottamista samaan aikaan. Jatka tablettien ottamista tavanomaiseen aikaan ja käytä lisäehkäisyä, esim. kondomia, seuraavien 7 päivän ajan. Jos olet ollut yhdynnässä tabletin unohtamista edeltäneellä viikolla, saatat olla raskaana. Ota tässä tapauksessa yhteyttä terveydenhuollon ammattilaiseen.

Jos olet unohtanut yhden tabletin päivinä 8–14 (toinen tablettirivi):

Ota unohtunut tabletti heti, kun muistat, vaikka se tarkoittaisi kahden tabletin ottamista samaan aikaan. Jatka tablettien ottamista tavanomaiseen aikaan. Ehkäisyteho ei heikenny, jos tabletit on otettu ohjeiden mukaan tabletin unohtamista edeltävien 7 päivän aikana. Lisäehkäisyä ei tarvitse käyttää.

Jos olet unohtanut yhden tabletin päivinä 15–21 (kolmas tablettirivi):

Voit valita jommankumman seuraavista vaihtoehdoista. Lisäehkäisyä ei tarvitse käyttää, jos tabletit on otettu ohjeiden mukaan tabletin unohtamista edeltävien 7 päivän aikana.

1. Ota unohtunut tabletti heti, kun muistat, vaikka se tarkoittaisi kahden tabletin ottamista samaan aikaan. Jatka tablettien ottamista tavanomaiseen aikaan. Vihreiden lumetablettien sijasta aloitetaan valkoisten tablettien ottaminen seuraavasta läpipainoliuskasta. Kuukautiset eivät todennäköisesti tule toisen läpipainopakkauksen lopussa. Toisen läpipainopakkauksen käytön aikana voi kuitenkin esiintyä tiputtelu- tai läpäisyvuotoa.

TAI

2. Voit vaihtoehtoisesti lopettaa valkoisten vaikuttavien tablettien ottamisen käytössä olevasta läpipainoliuskasta heti ja aloittaa vihreiden lumetablettien ottamisen (alkaen siitä päivästä, jona unohdit ottaa tabletin). Siirry lumetablettien jälkeen seuraavan läpipainoliuskan valkoisiin tabletteihin. Jos haluat aloittaa uuden läpipainoliuskan samana päivänä kuin yleensä, lyhennä lumetablettijakson kesto niin, että se on alle 7 päivää.

Jos olet unohtanut ottaa läpipainoliuskan tabletin, eikä tyhjennysvuoto ala ensimmäisen lumeviikon (vihreiden lumetablettien ottojakson) aikana, saatat olla raskaana. Ota yhteys terveydenhuollon ammattilaiseen, ennen kuin aloitat seuraavan läpipainoliuskan.



Jos unohdat useamman kuin yhden tabletin, ota yhteys terveydenhuollon ammattilaiseen.

Mitä muuta pitää huomioida

Jos oksennat 3–4 tunnin kuluessa tabletin ottamisesta tai sinulla on vaikea ripuli, tabletin vaikuttavat aineet eivät välttämättä imeydy kunnolla elimistöön. Tilanne on lähes sama kuin, jos unohtaisit ottaa tabletin. Jos oksennat tai ripuloi, ota uusi tabletti varalla olevasta läpipainoliuskasta mahdollisimman pian.

Jos mahdollista, ota uusi tabletti 12 tunnin sisällä siitä, kun normaalisti otat tabletin. Jos tämä ei ole mahdollista tai aikaa on kulunut jo yli 12 tuntia, noudata ohjeita, jotka on annettu kohdassa ”Unohditko tabletin?”.



Mahdolliset haittavaikutukset

Kuten kaikki ehkäisyvalmisteet, myös **Dienorette®** voi aiheuttaa haittavaikutuksia. Kaikki eivät niitä kuitenkaan saa. Yleisimmät haittavaikutukset ovat päänsärky ja rintojen kipu, epä mukava tunne rinnoissa ja rintojen arkuus. Jos haittavaikutukset jatkuvat pitkään, käänny terveydenhuollon ammattilaisen puoleen.

Yhdistelmäehkäisyvalmisteet ja veritulpariski

Yhdistelmäehkäisyvalmisteiden käyttöön liittyvä veritulpan kokonaisriski on pieni, pienempi kuin esim. raskauden aikana. On erittäin tärkeää, että osaat tunnistaa tilanteet, jolloin veritulpariski saattaa olla tavallista suurempi, ja tiedät, millaisiin oireisiin tulee kiinnittää huomiota ja mitä tulee tehdä oireiden mahdollisesti ilmetessä.

Veritulpan riski on suurimmillaan

- ensimmäisen käyttövuoden aikana tai kun käyttö aloitetaan uudelleen vähintään 4 viikon tauon jälkeen
- jos olet erittäin ylipainoinen
- jos olet yli 35-vuotias ja tupakoit
- jos lähisukulaisellasi on ollut veritulppa suhteellisen nuorella iällä (esim. alle 50-vuotiaana)
- jos olet synnyttänyt lähiviikkojen aikana.

Tarkkaile mahdollisia veritulpan oireita, etenkin jos

- olet juuri ollut leikkauksessa
- olet ollut pitkään vuodelevossa
- matkustat pitkiä aikoja.

Hakeudu välittömästi lääkärin hoitoon, jos huomaat joitakin seuraavista oireista:

- voimakas kipu tai turvotus toisessa jalassa
- äkillinen selittämätön hengenahdistus tai hengityksen tihentyminen, voimakas rinta-kipu tai äkillinen yskä
- rintakipu, joka on usein äkillinen
- kasvojen, ylä- tai alaraajan heikotus tai tunnottomuus (etenkin jos sitä ilmenee vain toisella puolella kehoa), puhumis- tai ymmärtämisvaikeudet, äkillinen sekavuus, näön äkillinen menetys tai sumentuminen, voimakas ja tavallista pahempi päänsärky/migreeni.
- mikäli joudut esim. sairaalahoitoon, muista mainita, että käytät ehkäisytabletteja
- muutokset terveydentilassa, etenkin muutokset, jotka on mainittu pakkausselosteen kohdassa ”Älä ota Dienorette®-valmistetta”
- kyhmy rinnassa
- poikkeava, runsas verenvuoto emättimestä kuukautisten välillä
- käytät myös muita lääkkeitä
- olet unohtanut ottaa tabletteja viikolla 1 ja olet ollut yhdynnässä edeltävien 7 päivän aikana
- kuukautiset ovat jääneet tulematta kahdesti peräkkäin, vaikka olet ottanut tabletit säännöllisesti, ja epäilet olevasi raskaana.

Lisää mahdollisista haittavaikutuksista pakkausselosteessa.

Viitteet:

Dienorette®-valmisteyhteenveto

Dienorette®-pakkausseloste



Vnr-numeron avulla
saat lisätietoa
tuotteesta osoitteessa:
**[www.exeltis.fi/tuotteet/
Dienorette](http://www.exeltis.fi/tuotteet/Dienorette)**

Voit myös skannata
QR-koodin puhelimesi
kameralla ja syöttää
pakkauksen Vnr-numeron.

