

Belangrijk !

- De pil is niet zoals vaak wordt gedacht een (1) pil, maar een serie pillen in een strip.
- De pil voorkomt zwangerschap maar biedt geen bescherming tegen SOI, HIV.
- De pil moet men iedere dag innemen, bij voorkeur op hetzelfde tijdstip.
- Met de pil kun je starten :
 - op de 1^e/m de 5^e dag van de menstruatie
 - 4 tot 6 weken na een bevalling
 - binnen een week na een miskraam/abortus
- Bij een strip van 28 pillen: meteen beginnen met een volgende strip na de laatste pil.
- Volg de aanwijzingen van degene die de pil voorschrijft goed op. Juist gebruik is belangrijk.
- Het is niet verstandig om pillen te lenen van of uit te lenen aan anderen omdat :
 - de kans bestaat dat je te veel pillen inneemt of een tekort aan pillen hebt.
 - niet iedereen precies dezelfde pillen gebruikt.
- Pillen hopen zich **niet** op in het lichaam.
- Van de pil word je **niet** onvruchtbaar.
- De betrouwbaarheid kan beïnvloed worden bij overgeven tot één (1) uur na inname en ook door het gebruik van bepaalde medicijnen; vb antibiotica.
- Bij klachten of vermeende klachten, niet zomaar stoppen met de pil, maar liever Stichting Lobi raadplegen. Als men plotseling stopt kan er ontregeling van de cyclus plaatsvinden.
- Het is aan te bevelen om regelmatig onderzoek naar baarmoederhalskanker en borstonderzoek te doen.

U kunt bij Stichting Lobi ook terecht voor :

Pil, Prikpil, Condoom (mannen en vrouwen)
Spiraal (inbrengen, controle en verwijderen)
Emergency contraceptive (Morning after pill)
Baarmoederhalskanker onderzoek (Papsmeer of VIA)
Borst onderzoek, Prostaat onderzoek
HIV-test + counseling
Familyplanning voor HIV+ koppels
Gonorrhoe en Chlamydia onderzoek en (SOA)
Fluoranalyse (onderzoek naar vaginale afscheiding)
Sperma analyse
Zwangerschapstest
Kinderwens begeleiding
Intra Uterine Inseminatie
Echografie (zwangerschap en spiraal controle)
Bloedsuikertest (Glucose onderzoek)
Cholesterol test, Bloeddrukmeting
Counselingsgesprek
Consult bij de arts
Educatie & training

Er zijn ook andere manieren om veilig te vrijen om zwangerschap en/of SOI of HIV te voorkomen, bv. :

- andere voorbehoedmiddelen (erbij) gebruiken.
- er voor kiezen om (nog) geen omgang te hebben.
- houden aan een (1) partner.

STICHTING LOBI

- Paramaribo : Fajalobistraat # 16 tel.: 400444
- Lelydorp : Fajalobilaan # 103 tel.: 367227
- Nickerie : Bharosstraat # 44 tel.: 231533
- Website : www.lobisuriname.org
- E-mail : lobi@lobi.sr
lobi@lobisuriname.org



Libi wan verantwortu lobi libi

**MEER
OVER
DE PIL**

Gebruik de Pil !

**Voorkom
ongepande zwangerschap**

Wat is de pil ?

De pil is een serie tabletten die hormoonstoffen bevatten. De pil voorkomt zwangerschap, maar beschermt niet tegen HIV/AIDS en andere seksueel overdraagbare infecties (SOI)

Hoe werkt de pil :

Als een vrouw dagelijks een pil inneemt :

- wordt de ovulatie afgeremd; er gaat dan geen eicel rijpen in de eierstokken en kan er geen bevruchting plaatsvinden.
- maakt de pil het moeilijk voor de zaadcellen om naar binnen te dringen door verandering van het slijm in de baarmoederhals.

Advies vooraf

Voordat je met de pil begint, is het raadzaam om eerst een gesprek te hebben met een gezondheidswerker om na te gaan of de pil voor jou geschikt is. In sommige gevallen zoals bv. bij aanleg voor trombose, leverziekte, hoge bloeddruk, is het namelijk te adviseren voor een ander voorbehoedsmiddel te kiezen.

De gezondheidswerker zal enige vragen stellen en onderzoek doen o.a. :

- vragen over welke ziekten je hebt of in het verleden hebt gehad.
- vragen over risico-factoren zoals migraine, trombose en rookgewoonten.
- controle van bloeddruk en gewicht. In principe kan je na dit gesprek al met de pil beginnen, tijdens de (eerstvolgende) menstruatie.

Enkele voordelen

De pil is bij juist gebruik, een zeer betrouwbaar voorbehoedsmiddel.

- De pil kan gebruikt worden door vrouwen die al, of geen kinderen hebben
- Het menstratiepatroon wordt regelmatig.
- Bij gebruik van de pil zullen (hevige) menstratiepijnen milder worden en er zal minder bloedverlies optreden.
- Klachten als buikpijn, hevig bloedverlies en een onregelmatige menstruatie, kunnen door pilgebruik verminderen.
- De pil voorkomt bepaalde aandoeningen b.v. bloedarmoede, baarmoederkanker en kanker van de eierstokken.

Voorbeeld de pil

Microgynon



Pil vergeten ?

Als je de pil **niet** elke dag inneemt (meer dan 12 uren te laat), neemt de betrouwbaarheid af.

- Indien een (1) pil vergeten is, deze binnen 12 uren inhalen en de volgende pil op het gebruikelijke tijdstip innemen.
- Is men meer dan (1) pil vergeten, dan moet men doorgaan en de strip afmaken. Men is dan echter niet meer 100% beschermd en we raden daarom aan om condooms te gebruiken tijdens de omgang en normaal verder te gaan met de rest van de strip.

Mogelijke bijwerkingen :

Het lichaam moet zich de eerste drie (3) maanden aanpassen aan de extra hormonen, waardoor de vrouw in die periode mogelijk last heeft van een aantal bijwerkingen. Deze kunnen o.a. zijn:

- Een lichte gewichtstoename
- Groter worden van de borsten
- Pijnlijke of gespannen borsten
- Een sterker bloedverlies tijdens de menstruatie
- Tussentijdse bloedingen
- Verminderd bloedverlies tijdens de menstruatie of het wegblijven hiervan
- Misselijkheid en/of braken
- Afname of toename van de behoefte aan seks.

Een aantal van de bovengenoemde bijwerkingen kunnen ook na de eerste periode blijven optreden. Als men zich hier bezorgd over maakt, praat er dan met de gezondheidswerker over.

