

Zu beachten

- Blutungen können vorkommen, wenn die Pille vergessen wurde.
- Bedenken Sie, dass die Pille sowie andere Verhütungsmethoden keinen Schutz vor sexuell ansteckenden Krankheiten bieten. Sie schützen auch nicht vor dem HI-Virus. Schutz gibt Ihnen nur das zusätzliche Anwenden des Kondoms.

**Haben Sie Fragen?
Telefonieren Sie uns, Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt!**

Die Pille (Östrogen+ Progesteron) die ohne Unterbruch eingenommen wird

In jeder Pille sind zwei synthetische Hormone: Östrogen (schwach dosiert) und Progesteron. Die Pille wird jeden Tag ohne Unterbruch eingenommen, auch während der Menstruation (Periode).

Wie schützt die Pille?

- Sie verhindert den Eisprung.
- Sie verdickt den Zervixschleim und verändert die Gebärmutter schleimhaut.
- Eine eventuelle Einnistung einer Eizelle wird dadurch verunmöglicht.

Wie nehme ich die Pille?

Jede Packung hat 28 Pillen:

24 Pillen enthalten Hormone (gelbe Pillen)

4 Pillen sind Placebos (weisse Pillen).

Beginn mit der ersten Packung:

- Die 1. Pille am **ersten Tag der Menstruation** (Periode) **einnehmen. Die Pille schützt sofort.**
- Jeden Tag eine Pille zur gleichen Zeit einnehmen. Vergessen ohne Risiko: **Maximum 12 Stunden.**
- Die Menstruation beginnt meistens am Ende der Pillenpackung (weisse Pillen). Die Blutungen sind oft weniger stark und weniger schmerzhaft.
- Nach der letzten Pille sofort die neue Packung beginnen.

Wenn Sie?

... *Blutungen* haben während der Pilleneinnahme: Pille weiter nehmen. Sie schützt trotzdem gut. Die Blutungen *sind nicht gefährlich*. Falls die Blutungen in den nächsten 3 Monaten nicht aufhören, sprechen Sie mit ihrer Ärztin.

... *erbrechen oder starken Durchfall* haben: Sind seit der Einnahme der letzten gelben Pille nicht mehr als 4 Stunden vergangen, muss eine *zusätzliche gelbe Pille* (gleiche Farbe) geschluckt werden. (Reservepackung brauchen).

... *Medikamente* nehmen wie

Antibiotika

Schlafmittel

Beruhigungsmittel

Überprüfen Sie mit Ihrem Arzt, ob die Pille noch schützt!

Fahren Sie mit der Pille weiter und schützen Sie sich zusätzlich mit dem Kondom.

... *die sexuelle Beziehung mit dem Partner unterbrechen* oder beenden, sollte die *angefangene Pillenpackung zu Ende* genommen werden. *Kondome* für alle Fälle nicht vergessen!

... *keine Menstruation* am Ende der Packung haben und

- keine Pille vergessen haben
- nicht erbrechen mussten
- keinen Durchfall hatten
- keine Medikamente einnahmen...

beginnen Sie nach der letzten weißen Pille *mit der neuen Packung*. Informieren Sie sich bei der Familienplanungsstelle oder Ihrer Ärztin.

Vergessen einer Pille

Wird die Pille nicht mehr als **12 Stunden vergessen**, besteht kein Risiko.

Sobald die gewöhnliche Einnahmezeit **mehr als 12 Stunden** überschritten wird, besteht kein sicherer Schutz mehr.

Was tun?

- Nehmen Sie die vergessene Pille so schnell als möglich ein! Ist dies nicht möglich, die vergessene Pille mit der nächsten Pille einnehmen (2 Pillen zusammen).
- Wenn Sie am Tag der vergessenen Pille sowie in den 7 Tagen davor **keinen Geschlechtsverkehr hatten**, fahren Sie mit der Einnahme der Pille weiter. Schützen Sie sich zusätzlich während 7 Tagen mit einem Kondom.

Nach jedem Vergessen der Pille müssen Sie mindestens 7 gelbe Pillen einnehmen, bevor Sie wieder geschützt sind.

Wenn Sie am Ende der Packung sind und es bleiben Ihnen nicht mehr 7 gelbe Pillen übrig, **beginnen Sie mit einer neuen Pillenpackung**. Die weißen Pillen (Placebos) lassen Sie aus.

- **Wenn Sie am Tag des Vergessens und / oder in den 7 Tagen vorher Geschlechtsverkehr hatten**, telefonieren Sie der Familienplanungsstelle oder Ihrer Ärztin. Vielleicht brauchen Sie eine «**Pille danach**». Diese muss innerhalb von 72 Stunden eingenommen werden.
- Fahren Sie auf alle Fälle mit der Pille weiter. **Schützen Sie sich zusätzlich mit einem Kondom.**
- Das Vergessen einer weißen Pille hat keinen Einfluss auf die Sicherheit.