

Ohje ehkäisykapselin käyttäjälle

Yleistä

Ehkäisykapselista vapautuu verenkiertoon tasaisesti keltarauhashormonia eli progesteriiniä. Ehkäisyteho perustuu ensisijaisesti ovulaation estymiseen. Lisäksi kohdunkaulan eritteessä tapahtuu muutoksia, mikä vaikeuttaa siittiöiden pääsyä kohtuun. Kapseli on valmistettu elimistöön liukenemattomasta muovista ja se voidaan tarvittaessa paikantaa röntgenkuvalla.

Aina uuden seksisuhteen alussa molempien osapuolien täytyy käydä seksitautitesteissä, ennen kuin kondomin käyttö lopetetaan. Lähetteen testeihin saat terveydenhuollosta. Seksitautitestit ja raskaudenehkäisyyn liittyvät käynnit ovat maksuttomia julkisessa terveydenhuollossa. Lue lisää seksitaudeista www.terveyskirjasto.fi -> hakusana "seksitaudit".

Kapselin asettaminen

Asettamisen jälkeen varmistaa, että tunnet kapselin ihon alla. Voit poistaa painesiteen yhden vuorokauden kuluttua ja harsotaitoksen 3-5 päivän päästä. Kapselin asettamisen jälkeen asetuskohdassa voi esiintyä mustelmia, kipua, turvotusta, kutinaa tai tunnottomuutta. Harvoissa tapauksissa asetuskohta voi tulehtua, jolloin sinun pitää ottaa yhteyttä terveydenhuoltoon. Implantaatin ulostyöntyminen tai liikkuminen asetuskohtasta on mahdollista, mutta erittäin epätodennäköistä. Jos olet epävarma siitä, onko kapseli paikallaan, aloita kondomin käyttö lisäehkäisyä ja ota yhteys terveydenhuoltoon. Siinä erittäin harvinaisessa tapauksessa, että kapseli asetetaan virheellisesti, asettamiseen tai poistamiseen voi liittyä pieni verisuoni- tai hermovaurion riski.

Kapselin poistaminen

Ehkäisykapseli pitää itse muistaa poistaa. Nexplanonin ehkäisyteho säilyy kolme vuotta ja Jadellen viisi vuotta. Poiston yhteydessä voidaan asettaa samalla uusi kapseli.

Hyödyt

Ehkäisykapseli voi vähentää kuukautisvuodon määrää ja kuukautiskipuja. On myös mahdollista, että kuukautisvuodot loppuvat kokonaan, eikä siitä ole terveyshaittaa. Raskauden mahdollisuus pitää poissulkea raskaustestillä, jos kuukautiset jäävät kokonaan pois. Ehkäisykapseli sopii myös naisille, jotka eivät voi käyttää estrogeenia sisältäviä ehkäisyvalmisteita. Käyttö ei lisää laskimo- tai valtimotukosvaaraa. Kuukautisiin liittyvä päänsärkytaipumus voi vähentyä. Ehkäisykapselin käyttö ei lisää painoa.

Sivuoireet

Sivuoireiden esiintyminen on yksilöllistä ja valtaosalle käyttäjistä niitä ei tule lainkaan tai ne ovat lieviä. Tavallisimpia sivuoireita ovat epäsäännöllinen tiputteluvuoto, rintojen arkuus, päänsärky ja ihon rasvoittuminen. Ehkäisykapselin käyttö voi vaikuttaa mielialaan. Tutkimuksissa ei ole osoitettu painonnousua. On tavallista, että aloitukseen liittyvät oireet väistyvät ensimmäisten käyttökuukausien aikana, mutta tiputteluvuotoa voi esiintyä pidempäänkin. Epäsäännöllinen vuoto voi olla kiusallista, mutta ei ole merkki siitä, että ehkäisyteho olisi heikentynyt. Käyttöä kannattaa tiputteluvuodosta huolimatta jatkaa vähintään kolme kuukautta.

Muista huolehtia kapselin poistattamisesta tai vaihdattamisesta itse!

Asetuspäivä: _____

Poisto tai vaihto viimeistään: _____

Käsivarsi: OIKEA / VASEN