

Till dig som fått Qlaira förskrivet



Qlaira® används för att förhindra graviditet och för behandling av rikliga menstruationsblödningar.

Den här broschyren ersätter inte bipacksedeln i förpackningen. Ta även noga del av informationen som finns i bipacksedeln som medföljer förpackningen.

Om du har fler frågor kan du prata med din barnmorska eller läkare.

P-piller

Du har valt att använda p-piller som preventivmedel. P-piller är ett av de säkraste sätten att skydda sig mot oönskad graviditet, förutsatt att du använder dem på rätt sätt. Som hjälp har vi sammanställt denna broschyr som tar upp det viktigaste du bör veta om Qlaira® och p-piller samt hur de påverkar din kropp.

Har du frågor kan du vända dig till din barnmorska eller läkare.

P-piller har använts i drygt 50 år men tidigare var hormondoserna betydligt högre än de är idag. De hormoner som ingår i kombinerade p-piller är östrogen och gestagen (syntetiskt gulkroppshormon). Dessa hormoner styr din normala menstruationscykel (läs mer under Hormonerna som styr din mens , sid 4). Under åren har dessa hormoner utvecklats och förbättrats så att de ska ge så få biverkningar som möjligt och ge ett säkert graviditetsskydd.

Har Qlaira® några biverkningar?

Liksom alla andra p-piller kan Qlaira® ge biverkningar men alla användare behöver inte få dem. Vanliga biverkningar är förändringar i blödningsmönstret, spända eller ömma bröst, mensvärk, acne, illamående, viktökning och huvudvärk. Försvinner inte besvären kontakta barnmorska eller läkare.

Alla kombinerade preventivmedel medför en något ökad risk för blodpropp. Risken för blodpropp är dock mycket låg och betydligt lägre än om du blir gravid.

Qlaira® – p-pillret som ger naturligt östrogen

Qlaira® innehåller östradiolvalerat och gestagenet dienogest. Östradiolvalerat bryts ned i tarmen och omvandlas till naturligt östrogen, östradiol.

Under en menstruationscykel varierar mängden könshormoner. Dessa variationer har man försökt efterlikna i Qlaira®. För att samtidigt uppnå en god blödningskontroll har forskningen lett fram till den dynamiska dosering som består av 26 olika färgade hormontabletter och 2 vita, hormonfria tabletter.

Hormonerna som styr din mens

För att förstå hur Qlaira® kommer att påverka din kropp är det bra att veta lite om din kropp och om menstruationscykeln. Redan under fostertiden anläggs i äggstockarna de så kallade ägganlagen. Under puberteten mognar dessa och varje månad därefter lossnar vanligtvis ett ägg, som kan bli befruktat av en spermie. I äggstockarna bildas också de kvinnliga könshormonerna östrogen och progesteron (naturligt gulkroppshormon). Hormonerna får slemhinnan i livmodern att växa till och göra sig förberedd på att ta emot ett befruktat ägg. Om ingen befruktning sker stöts en del av slemhinnan ut och en menstruationsblödning uppstår. På detta sätt pågår äggmognad, ägglossning och menstruation varje månad, cykliskt. Det är därför det heter menstruationscykel. Varje kvinna har sin individuella menstruationscykel och blödningslängden varierar från kvinna till kvinna.

Hur skyddar Qlaira® mot oönskad graviditet?

Qlaira® skyddar dig på tre olika sätt:

1. Ägglossningen uteblir.
2. Slemhinnan i livmodern förblir tunn, så att ett eventuellt befruktat ägg inte kan fastna.
3. Det slem/sekret som finns i livmoderhalsen blir tjockt och svårgenomträngligt för spermier.

Qlaira® vid rikliga menstruations- blödningar

Qlaira® används vid behandling av riklig menstruationsblödning (som inte beror på någon sjukdom i livmodern) hos kvinnor som vill använda p-piller.

Mellanblödningar kan förekomma i behandlingsstarten men blir successivt bättre. Om du fortfarande har mellanblödningar efter sex månaders användning ska du kontakta din förskrivare.

När du ska börja använda Qlaira®

Qlaira® skyddar mot graviditet från första dagen, men bara om du tar första tabletten på mensens första dag. Följ därför anvisningarna nedan.

Om du inte tagit p-piller den senaste månaden:

Börja ta Qlaira® på menstruationens första dag, det vill säga första blödningsdagen. Om första blödningsdagen till exempel är en fredag, fäst remsan som har fredag som startdag högst upp på tablettkartan och ta det första pillret. Fortsätt sedan ta tabletterna i pilens riktning.

Om du ska byta från ett annat p-piller till Qlaira®:

Fortsätt med din nuvarande p-pillerkarta tills alla aktiva tabletter är slut. Om du tidigare använt en 21-karta, starta med Qlaira® dagen efter att den sista aktiva tabletten i din förra p-pillerkarta tagits. Om du använt en 28-karta, hoppa över de sista 4 eller 7 hormonfria tabletterna och börja med Qlaira® direkt efter sista aktiva tabletten.

Om du ska byta från mini-piller:

Du kan sluta med mini-piller vilken dag som helst och börja med Qlaira®. Du bör använda ytterligare en preventivmetod, till exempel kondom, under de första nio dagarna.

Efter att du tagit akut-p-piller:

Starta med Qlaira® på samma dag som du tagit akut-p-piller. Du bör använda ytterligare en preventivmetod, till exempel kondom, under de första nio dagarna.

Efter graviditet, missfall eller abort:

Du bör följa barnmorskans/läkarens rekommendationer.

När du använder Qlaira®

Varje tablettkarta innehåller 26 aktiva hormontabletter och 2 vita hormonfria tabletter. Till varje tablettkarta hör en etikett med veckodagsmarkeringar. Varje etikett innehåller sju remsor som visar veckodagarna. Välj den remsa som börjar med den veckodag du ska ta den första tabletten. Fäst remsan högst upp på tablettkartan.

- Ta en tablett varje dag tills kartan är tom, därefter börjar du direkt på nästa karta. Du gör inget uppehåll. En mensliknande blödning kommer i regel under de två sista tablett-dagarna eller i början på nästkommande karta.
- Nästa karta påbörjar du samma veckodag som föregående karta, oavsett om du slutat blöda eller inte. Började du till exempel den första kartan på en fredag så börjar du fortsättningsvis alla kartor på fredagar.

Qlaira® skyddar mot graviditet från första dagen om du tar tabletterna på rätt sätt. Du är skyddad mot graviditet även då du äter de vita hormonfria tabletterna.



Qlaira®

Qlaira® är det enda kombinerade p-pillret med 26 aktiva tabletter och 2 placebotabletter. Andra kombinerade p-piller har 21 eller 24 aktiva tabletter per karta. Qlaira® innehåller gestagenet dienogest som har en antiandrogen egenskap (som kan minska produktionen i talgkörtlarna).

Några vanliga frågor och svar om p-piller och Qlaira®

Hur förskjuter jag menstruationen?

Du kan förskjuta din blödning genom att hoppa över de fyra sista tabletterna i kartan (två mörkröda och två vita) och sedan hoppa över de sju första tabletterna (två gula och fem ljusröda) i nästkommande karta och börja på kartans ljusgula dag-åtta-tablett. Fortsätt sedan att ta tabletter varje dag som vanligt tills kartan är slut. Efter det får du troligtvis en blödning inom de närmaste dagarna. Det är de ljusgula tabletterna (tablett 8-24) som du använder för att förskjuta din menstruation. Ibland kan det komma en mindre blödning under förskjutningen.

Vad händer om jag blir magsjuk?

Kräks du eller får svår diarré inom 3-4 timmar efter det att du tagit någon av de aktiva hormontabletterna, finns risk för att Qlaira® inte ger dig skydd mot graviditet. Du bör då ta en ny tablett från en reservtablettkarta så snart du kan, helst inom 12 timmar. Om det gått mer än 12 timmar (mer än 36 timmar mellan tabletterna) ska du följa råden under avsnittet "Vad händer om jag glömmer en eller flera tabletter Qlaira®".

Vad händer om jag glömmer en eller flera tabletter Qlaira®?

En förutsättning för att Qlaira® ska vara en säker preventivmetod är att du tar dina piller regelbundet, till exempel varje morgon eller kväll. Om du trots allt glömt en eller flera tabletter ska du ta tablettens så fort du kan och därefter ta tabletterna på vanlig tid. En enkel regel är att alltid skydda sig extra med kondom under nio dagar vid glömd tablett.

Om du glömt att ta tabletter och inte får din blödning som förväntat kan du ha blivit gravid. Kontakta barnmorska eller läkare innan du påbörjar nästa tablettkarta.

- Om det gått mindre än 12 timmar sedan du skulle tagit din tablett – ta tablettens så snart du kommer ihåg det, du är fortfarande skyddad mot graviditet. Ta nästa tablett på vanlig tid.
- Om det gått mer än 12 timmar sedan du skulle tagit din tablett (mer än 36 timmar mellan tabletterna) kan du vara oskyddad mot graviditet. Ta tablettens så snart du kommer ihåg det – även om det innebär att du tar två tabletter vid samma tidpunkt. Därefter tas tabletterna på ordinarie tidpunkt. Använd kondom som extra skydd under de kommande nio dagarna.
- Om mer än en tablett i tablettkartan glömts, kontakta barnmorska eller läkare för råd.

Kan jag kombinera Qlaira® med andra läkemedel?

Vissa mediciner kan försämra p-pillrets effekt och öka risken för att bli gravid. Exempel på sådana läkemedel är antibiotika, epilepsi- och tuberkulosmediciner samt Johannesört. Tala om för din barnmorska eller läkare om du använder andra mediciner. Om du söker läkare i något annat sammanhang bör du alltid tala om att du använder p-piller.

Om jag får oregelbundna blödningar?

Under de första månaderna då du använder p-piller kan det hända att du kan få lite småblödningar. Detta brukar upphöra med tiden, men skulle blödningarna fortsätta ska du kontakta barnmorska eller läkare. Fortsätt alltid att ta tabletterna regelbundet.

Om jag inte får en blödning under den hormonfria perioden, kan jag då vara gravid?

Om du vet med dig att du tagit dina tabletter enligt instruktion och du inte får någon blödning under de hormonfria tabletterna (eller i början av nästa karta) behöver du inte vara orolig.

I kliniska studier med Qlaira® har det visat sig att det inte är ovanligt att menstruationen uteblir (ca 15% av menstruationscyklerna uteblev). Skulle den mensliknande blödningen utebli under tiden du tar de hormonfria tabletterna (eller i början av nästa karta) och du dessutom vet med dig att du glömt en tablett eller varit magsjuk, ska du kontakta barnmorska eller läkare för en graviditetstest. Om du är gravid ska du avbryta behandlingen med Qlaira®.

Hur gör jag om jag vill bli gravid?

När du planerar att bli gravid ska du äta klart den tablettkarta du påbörjat.

Att tänka på när du planerar graviditet

Livsmedelsverket rekommenderar ett intag av 400 µg folsyra varje dag från en månad innan befruktning och under åtminstone de 12 första graviditetsveckorna. Detta för att förebygga att barnet får ryggmärgsbråck. Tillräcklig mängd folsyra är fortsatt viktig under hela graviditeten, främst för mammans blodbildning och fostrets utveckling (Livsmedelsverket 2020).

Vad ska jag tänka på innan jag använder Qlaira®?

Inga långtidsstudier finns på effekterna av p-piller innehållande östradiol/östradiolvalerat. Följande försiktighetsuppsmaningar kommer från kliniska och epidemiologiska data för kombinerade p-piller som innehåller etinylöstradiol. Om dessa försiktighetsuppsmaningar även gäller för Qlaira® är inte känt.

Diskutera alltid med din barnmorska eller läkare innan du börjar använda Qlaira® om:

- du har haft en blodpropp eller vet att du har anlag för blodpropp (dvs om dina föräldrar eller syskon har drabbats av blodpropp)
- du har en lever- eller njursjukdom
- du har allvarlig blodtrycksförhöjning
- du har diabetes med komplikationer
- du har underlivsblödning som inte är utredd
- du har migrän med synstörning/synbortfall
- du röker och är över 35 år

När ska jag kontakta min barnmorska eller läkare?

Det är mycket ovanligt att p-piller ger några allvarliga eller långvariga biverkningar. Men du bör genast kontakta din barnmorska eller läkare om du ändå skulle uppleva något av nedanstående symtom:

- Plötslig svullnad eller värk i vad (eller i ett underben)
- Upprepad migränliknande huvudvärk som du inte haft tidigare
- Plötsliga synstörningar/synbortfall
- Håll i bröstet eller svårigheter att andas
- Kraftig klåda
- Yrsel
- Om du drabbas av gulsot
- Om du tror att du kan vara gravid

VIKTIGT!

- Berätta alltid att du använder p-piller vid läkarbesök.
- Förvara dina p-piller oåtkomligt för barn.
- P-piller är personliga. Överlåt dem inte till någon annan.

P-piller skyddar inte mot HIV-infektion eller andra sexuellt överförbara sjukdomar, så var rädd om dig och ha alltid kondomer till hands.

Qlaira® är ett receptbelagt läkemedel och skall endast användas efter förskrivning av barnmorska eller läkare.

Qlaira®, tabletter, estradiolvalerat/dienogest.

Indikation: Preventivmedel. EF. Behandling av riklig menstruationsblödning hos kvinnor utan organisk patologi som önskar oral antikonception. F. Subventioneras inte för antikonception. Qlaira subventioneras för kvinnor med rikliga menstruationsblödningar där andra kombinerade p-piller inte ger tillräcklig blödningsreduktion, och där spiral med levonorgestrel inte är ett alternativ. **Biverkningar:** Förändringar i blödningsmönstret, spända eller ömma bröst, mensvärk, acne, viktökning och huvudvärk. Besvären är ofta lindriga och försvinner efter några månaders användning

Varningar/försiktighet: Begränsade epidemiologiska data tyder på att risken för VTE vid behandling med Qlaira är ungefär densamma som risken för andra kombinerade hormonella preventivmedel inklusive kombinerade hormonella preventivmedel som innehåller levonorgestrel. Antalet VTE-händelser per år med kombinerade hormonella preventivmedel med låg dos är färre än det antal händelser som förväntas hos kvinnor under graviditet eller under postpartumperioden. Vissa kvinnor som använder hormonella preventivmedel har rapporterat depression eller nedstämdhet. Vid humörförändringar ska du kontakta barnmorska eller läkare. Ta noga del av bipacksedeln.

Bayer är världsmarknadsledare inom området preventivmedel för kvinnor. Mer än 50 miljoner kvinnor runtom i världen använder idag våra preventivmedel. Preventivmedlen är ett resultat av 85 års forskning. Vårt mål är att erbjuda kvinnor pålitliga, bekväma och reversibla preventivmedel.



Bayer AB, Box 606, 169 26 Solna, tel 08-580 223 00