

## **Merkblatt: Beratung bei Ovulationshemmer (Pille)**

### **Einnahmefehler von Pillen mit verspäteter Einnahme von mehr als 12 Stunden**

#### **Fragen an Patientin:**

- Wann haben Sie die letzte Pille eingenommen?
- Welche Pille/n der Packung wurde vergessen?
- Hatten Sie trotzdem ungeschützten Geschlechtsverkehr?
- Wann hatten Sie Geschlechtsverkehr?

#### **7-Tage Regel: vergessene Pille sofort einnehmen und wie folgt verhüten:**

- Verlängerung der Pillenpause oder vergessen von einer oder mehreren der ersten 7 Pillen:
  - wenn nötig postkoitale Verhütung, zusätzlich Kondom für 7 Tage
  - direkt nach Postkoitalpillen reguläre Einnahmeschema weiter
- Vergessen von einer bis 2 der mittleren Pillen:
  - postkoitale Verhütung nicht nötig, Kondom für 7 Tage. Gewohntes Einnahmeschema weiter
- Vergessen einer oder mehreren der letzten 7 Pillen:
  - angebrochene Packung weglegen und nächste Packung sofort ohne Pause anschliessen (Abbruchblutung bleibt aus). Keine zusätzliche Verhütung nötig
  - falls nur eine oder 2 Pillen vergessen und auf Abbruchblutung nicht verzichtet werden will: Verkürzung der Pillenpause um 3 Tage, keine zusätzliche Verhütung

#### **14-Tage Regel: als mögliche Alternative:**

- vergessene Pille sofort einnehmen, in den folgenden 14 Tagen zusätzlich mit Kondom verhüten, auch in der Pillenpause und während der Abbruchblutung.

### **Pilleneinnahme beim Reisen**

#### **Flugrichtung West-Ost**

- Europa - Bangkok: **plus 6 Stunden**
- Pilleneinnahme zur gewohnten Zeit (Einnahmeintervall wird verkürzt).

#### **Flugrichtung Ost-West**

- Europa – New York: **minus 6 Stunden**
- Tag: Einnahme 3 Stunden später (Intervall 27 Stunden)
- Tag: Einnahme wiederum 3 Stunden später (zur gewohnten „Europa-Tageszeit“).

Beispiel: Einnahme in Europa abends 21.00 Uhr (entspricht Ortszeit New York 15.00 Uhr). 1. Tag in New York Einnahme um 18.00 Uhr, 2. Tag in New York um 21.00 Uhr. (Intervallverlängerung in 2 Schritten, also 2 x 3 Stunden).

### **Flugrichtung Ost-West**

- Europa – San Francisco: minus 9 Stunden
- Einnahme einer zusätzlichen Pille.

Beispiel: Einnahme am Vorabend um 21.00 Uhr. Am Abreisetag vor Abflug um 13.00 Uhr nochmals eine Pille. Nach Ankunft in San Francisco (20.00 Uhr Ortszeit) gewohnte Einnahme um 21.00 Uhr (Intervallverkürzung).

### **Verschieben der Abbruchblutung**

#### **Hinausschieben der Abbruchblutung**

- Bei Monophasenpräparaten: Zusätzliche Pilleneinnahme aus Reservepackung
- Bei Sequentialpräparaten: Zusätzliche Einnahme von Pillen der letzten Stufe aus der Reservepackung

#### **Vorverlegung der Abbruchblutung**

- Weniger empfehlenswert. Es sollten nicht mehr als 7 Pillen weggelassen werden. Pillenfreies Intervall dann um 3 Tage verkürzen.

### **Medikamenteninteraktionen**

Kontrazeptive Wirkung der Pille wird vermindert durch:

- Antiepileptika (Phenobarbital, Phenytoin, Primidon, Carbamazepin, Ethosuximid)
- Tranquilizer / Neuroleptika (Diazepam, Chlordiazepoxid, Clorazepat, Meprobamat, Promethazin, Chlorpromazin)
- Johanniskraut-Präparate
- Tuberculostatika (Rifampicin)
- Antimykotica (Griseofulvin)
- Analgetika (Phenazetin, Phenazon, Phenylbutazon)
- Orale Antidiabetika (Tolbutamid, Carbutamid)
- Breitspektrumantibiotika (Tetrazyklin, Ampizillin, Cephalosporin) -> zusätzlich 14 Tage Kondom, dann ist Pillensicherheit wieder vorhanden.
- Haschisch

Verstärkte Wirkung der Pille durch Medikamente:

- Erythromycin
- Ketoconazol

Verminderung der Medikamentenwirkung durch die Pille:

- Antikoagulantien (Cumarin-Derivate)

Verstärkte Medikamentenwirkung durch die Pille:

- Cyclosporin
- Imipramin
- Cortison / Prednison