

# MORNING- AFTERPIL

- WAT IS DE MORNING-AFTERPIL •
- WANNEER NEEM JE DE MORNING-AFTERPIL
- WAT KAN DE APOTHEKER VOOR JE DOEN
- WANNEER KUNT JE BETER NAAR DE HUISARTS GAAN • NA GEBRUIK VAN DE MORNING-AFTERPIL • MEER INFORMATIE



# M O R N I N G - A F T E R P I L

Heb je seks en wil je niet zwanger worden? Gebruik dan een anticonceptiemiddel, zoals de anticonceptiepil of een condoom. Maar er kan iets misgaan. Je vergeet bijvoorbeeld de pil in te nemen, of het condoom is gescheurd. In zulke noodgevallen kan de morning-afterpil uitkomst bieden. Bekijk wel eerst goed of het in jouw geval mogelijk en nodig is deze te gebruiken. De apotheek kan je adviseren.

## **WAT IS DE MORNING-AFTERPIL**

De morning-afterpil kan voorkomen dat je zwanger wordt, nadat je seks hebt gehad. De morning-afterpil is minder betrouwbaar dan de anticonceptiepil en is alleen voor noodgevallen. De werkzame stof in de morning-afterpil is levonorgestrel of ulipristal. Hoe het middel precies werkt, is niet bekend. Men vermoedt dat het de eisprong uitstelt of blokkeert. De morning-afterpil kan bijwerkingen hebben: misselijkheid, braken, buikpijn, hoofdpijn, vermoeidheid en duizeligheid. Deze komen weinig voor en verdwijnen meestal binnen 2 dagen. Andere bijwerkingen, zoals gevoelige borsten, doorbraakbloedingen en onregelmatige bloedingen, verdwijnen meestal bij de volgende menstruatie.

## **WANNEER WEL EN WANNEER GEEN MORNING-AFTERPIL**

Wil je de morning-afterpil nemen? Doe dat zo snel mogelijk na de onbeschermd seks: bij voorkeur binnen 12 uur. Hoe eerder je de morning-afterpil neemt, hoe minder kans op zwangerschap.

De morning-afterpil met levonorgestrel moet je in elk geval binnen 72 uur (3 dagen) innemen en de morning-afterpil met ulipristal binnen 120 uur (5 dagen).

Of het in jouw geval nodig is de morning-afterpil te nemen,

hangt van verschillende factoren af. Als je bijvoorbeeld de anticonceptiepil gebruikt en deze bent vergeten, hangt het af van het moment waarop je de pil vergat en het tijdstip dat je onbeschermd seks had. Als je geen anticonceptie gebruikt, kun je in principe op elk tijdstip in de maand kans zwanger worden.

## **WAT KAN DE APOTHEKER VOOR JE DOEN**

Het is best lastig te bepalen of het nodig is de morning-afterpil te nemen. De apotheker kan je hierbij adviseren. Als je dat prettig vindt, kan dat in een aparte spreekkamer in plaats van aan de balie.

Om er achter te komen of de morning-afterpil nodig is, heeft de apotheker informatie nodig. Over je menstruatie, de anticonceptie die je eventueel gebruikt, en het tijdstip dat je seks hebt gehad. Als het nodig is, zal hij de morning-afterpil adviseren. Soms is de morning-afterpil niet nodig, maar moet je wel andere maatregelen nemen. Bijvoorbeeld tijdelijk een condoom gebruiken. In sommige gevallen (bijvoorbeeld als het te laat is voor de morning-afterpil) zal de apotheker je verwijzen naar de huisarts.

In de volgende situaties is het verstandig om de apotheker advies te vragen over de morning-afterpil:

### **JE HEBT NIETS GEBRUIKT OF HET CONDOOM IS GESCHEURD**

Hoe groot de kans op zwangerschap precies is, hangt ervan af. Hoe ver ben je in je menstruatiecyclus, ben je rond je vruchtbare periode? Ook als je niet precies in je vruchtbare periode bent, kun je zwanger worden, maar dan is de kans veel kleiner (als je een regelmatige cyclus hebt). Als je niets hebt gebruikt, is het dus altijd verstandig om advies te vragen.

## **JE GEBRUIKT DE ANTICONCEPTIEPIL (COMBINATIEPIL)**

Vraag de apotheker om advies als

- je meer dan 36 uur te laat bent begonnen met een nieuwe strip;
- je in de eerste week van de pilstrip meer dan 1 pil bent vergeten (meer dan 12 uur te laat ingenomen);
- je in de tweede of derde week van de pilstrip meer dan 3 pillen bent vergeten (meer dan 12 uur te laat ingenomen).

## **JE GEBRUIKT DE MINIPIL**

Vraag de apotheker om advies als

- je de minipil meer dan 12 uur te laat hebt ingenomen.

## **JE GEBRUIKT DE ANTICONCEPTIERING**

Vraag de apotheker om advies als

- je te laat bent begonnen met een nieuwe ring (dus als de stopweek langer was dan 7 dagen);
- de ring meer dan 3 uur uit de vagina is geweest;
- je meer dan een week te laat de ring hebt verwijderd.

## **JE GEBRUIKT DE ANTICONCEPTIEPLEISTER**

Je vraag de apotheker om advies als

- je in de eerste week te laat bent begonnen met een nieuwe pleister (dus als de stopweek langer was dan 7 dagen);
- je in de tweede of derde week meer dan 48 uur te laat bent begonnen met een nieuwe pleister;
- de pleister meer dan 24 uur achter elkaar niet op hebt gehad.

## **JE GEBRUIKT BEPAALDE MEDICIJNEN**

Sommige medicijnen verminderen de werking van de morning-afterpil. Bijvoorbeeld sint-janskruid, maagzuurremmers, en middelen tegen epilepsie of tegen hiv.

Als je andere medicijnen gebruikt, vertel dit dan aan je apotheker.

### **JE GEEFT BORSTVOEDING**

Geef je borstvoeding? Neem levonorgestrel dan na het voeden en wacht dan 8 uur met de volgende voeding (of gooi de melk weg in de 8 uur erna). Het hormoon kan namelijk in de moedermelk terechtkomen. Ulipristal kun je beter niet gebruiken als je borstvoeding geeft.

### **WANNEER KUN JE BETER NAAR DE HUISARTS GAAN**

In de volgende gevallen kunt je het beste de huisarts raadplegen.

- Als het al langer dan 120 uur (5 dagen) geleden is dat je onbeschermd seks had.
- Als je in korte tijd verschillende keren de morning-afterpil hebt gebruikt. Je kunt de morning-afterpil met levonorgestrel dan nog wel gebruiken, maar het is beter een andere vorm van langdurige anticonceptie te kiezen. Bijvoorbeeld de anticonceptiepil, die veel betrouwbaarder is dan de morning-afterpil.
- Als je al zwanger kunt zijn.
- Als je de aandoening acute porfyrie hebt, of een matige of ernstige leverfunctiestoornis. De morning-afterpil zal dan meer bijwerkingen geven.
- Als je de ziekte van Crohn hebt, of een andere ernstige maagdarmziekte. De morning-afterpil zal dan minder goed werken.

### **NA GEBRUIK VAN DE MORNING-AFTERPIL**

Als je de morning-afterpil hebt ingenomen, let dan op het volgende.

## **BIJ OVERGEVEN**

Moet je overgeven binnen 3 uur na het innemen van de morning-afterpil? Neem dan zo snel mogelijk een nieuwe dosis. 's Avonds of 's nachts kunt je een nieuwe verpakking halen in de dienstdoende apotheek.

## **CONTROLEER OF JE ONGESTELD WORDT**

Controleer of je menstruatie na gebruik van de morning-afterpil hetzelfde is als normaal. Na het nemen van de morning-afterpil komt de menstruatie meestal op dezelfde dag als verwacht, maar soms ook een paar dagen eerder of later. Als de menstruatie lichter is of uitblijft, doe dan een zwangerschapstest. Is de zwangerschapstest negatief en word je nog steeds niet ongesteld, herhaal de test dan na 1 week.

## **ALS JE DE PIL GEBRUIKT**

Als je de anticonceptiepil gebruikt, blijf deze dan gebruiken tot de strip op is. Maar de pil is niet direct betrouwbaar. Gebruik je de morning-afterpil met levonorgestrel? Dan moet je gedurende 7 dagen een condoom gebruiken als je seks hebt. Gebruik je de morning-afterpil met ulipristal? Dan moet je tot de eerstvolgende menstruatie een condoom gebruiken als je seks hebt.

## **ALS JE DE PIL NIET GEBRUIKT**

Gebruik je geen anticonceptie? Dan kun je na gebruik van de morning-afterpil weer zwanger worden. Gebruik dus een condoom tijdens de seks.

## **MEER INFORMATIE**

Uitgebreide informatie kun je ook vinden op de website van de Nederlandse apothekers, [Apotheek.nl](https://www.apotheek.nl).

## BELANGRIJK

- De morning-afterpil is alleen bestemd voor noodgevallen. Bijvoorbeeld als je onbeschermd seks hebt gehad of de pil bent vergeten. Hij is minder betrouwbaar dan de gewone pil.
- Vraag gerust om advies bij je apotheek als je niet zeker weet of je de morning-afterpil nodig hebt.
- De morning-afterpil gebruik je bij voorkeur binnen 12 uur na de onbeschermd seks, en uiterlijk binnen 72 uur bij levonorgestrel en binnen 120 uur bij ulipristal. Naarmate je langer wacht, is de kans op zwangerschap groter.
- Controleer na gebruik of je menstruatie hetzelfde is als normaal. Als de menstruatie lichter is of uitblijft, doe dan een zwangerschapstest.
- De morning-afterpil beschermt niet tegen soa's (seksueel overdraagbare aandoeningen).

## LET OP!

In deze folder wordt alleen de naam van de werkzame stof genoemd en geen merknaam, omdat de voorlichting in deze folder onafhankelijk is.

In de apotheek kunnen ze je precies vertellen welke merknaam bij de werkzame stof hoort en kun je de prijs van dit medicijn navragen.

**Vraag over je medicijnen? Apotheek.nl**

Herzien juli 2018.

