botika
Medikamentuei buruzko herritarrentzako informazioa

Osakidetza
EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO
OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

www.osakidetza.euskadi.net/ibotika
2014 • 12 zk.

PILULA HARTZEA AHAZTU ZAIT! ETA ORAIN, ZER?

Egin kasu **beti** erabilera-orrian jartzen duenari.
Eskura ez baduzu, jarraitu gomendio hauei:

Gomendio hauek pilula konbinatuetarako soilik dira; printzipio aktibo bat baino gehiago dituztenez ari gara.

Zenbat pilula ahaztu dituzu?

Bat → Hartu lehenbailehen hartzea ahaztu duzun pilula, nahiz eta horrek bi batera hartzera behartu. Jarraitu gainerakoak ohiko moduan hartzen. **Ez duzu beste hesi-metodo baten beharrik.**

Bi edo gehiago → Hartu lehenbailehen hartzea ahaztu duzun pilula, nahiz eta horrek bi batera hartzera behartu. Jarraitu gainerakoak ohiko moduan hartzen. **Beste hesi-metodo bat (preserbatiboa) erabili beharko duzu 7 egunetan.**

Gogoratu 28 pilulatako ontzietan azkenak –beste kolore bat izaten dute– ez-aktiboak edo eraginik gabekoak direla; horrenbestez, horietakoren bat hartzea ahaztu baduzu, ez du garrantzirik, ez baita efektu antikontzeptiboa galtzen.

ESKERRAK EMATEA: eskerrak eman nahi dizkiegu José Quilez ginekologoari (ESI Bilbao-Basurtu) eta Euskal Antisorgailu Elkarteari (EAE) testua orrazten lagundu, eta ohar eta iradokizun egokiak egin dizkigutelako.

EUSKAL ANTISORGAILU ELKARTEA
SOCIEDAD VASCA DE CONTRACEPCIÓN

Egileak: Iñigo Aizpurua, Alfonso Casi, Isabel Elizondo, Alberto Gartzia, Marta Hidalgo, Olatz Ibarra, Itxasne Lekue, Mª José López, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karmele Pérez, Isabel Porras, Raquel Roca, Mª Teresa Santamarta, Juan Uriarte.

cevime
centro vasco de información de medicamentos
medikamentu informazioko euskal zentroa

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

Hemen bildu den informazioaren helburu bakarra, hain zuzen ere, informazioa ematea da, eta ez zure osasun-profesionalak eman dizkizun gomendioak ordezkatzea. Erabat debekaturik dago dokumentu hau promozio helburuetarako erabiltzea.

ISSN: 2255-3177

i botika
Información ciudadana sobre medicamentos

Osakidetza

EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO
OSASUN SAILA
DEPARTAMENTO DE SALUD

www.osakidetza.euskadi.net/ibotika
Nº 12 • 2014

¡NO HE TOMADO LA PÍLDORA! ¿Y AHORA?

Haz caso **siempre** del prospecto.
Si no lo tienes a mano, sigue estas recomendaciones:

Estas recomendaciones se refieren sólo a las píldoras combinadas, que son las que tienen más de un principio activo.

¿Cuántos comprimidos te has olvidado?

Uno → Toma el comprimido olvidado cuanto antes, aunque eso signifique tomar dos juntos. Sigue tomando el resto de manera habitual. **No es necesario usar un método de barrera adicional.**

Dos o más → Toma el comprimido olvidado cuanto antes, aunque eso signifique tomar dos juntos. Sigue tomando el resto de manera habitual. **Necesitas usar un método de barrera adicional (preservativo) durante 7 días.**

Recuerda que en los envases de 28 comprimidos, los últimos –que suelen ser de otro color– son inactivos, así que si te olvidas de tomar éstos, no tiene importancia ya que no se pierde el efecto anticonceptivo.

¿Cuándo ha sido?

Entre el 1° y el 7° comprimido
↓
Plantéate la anticoncepción de urgencia.

Entre el 8° y el 14° comprimido: no es necesaria la anticoncepción de urgencia.

Entre el 15° y el 21-24° comprimido
↓
Omite el periodo libre de comprimidos o desecha los inactivos y comienza de forma seguida con un nuevo envase.

AGRADECIMIENTOS: agradecemos a José Quilez (ginecólogo, OSI Bilbao-Basurto) y a la Sociedad Vasca de Contracepción (SVC) la revisión del texto así como sus acertados comentarios y sugerencias.

SVC EAE
EUSKAL ANTISORGAILU ELKARTEA
SOCIEDAD VASCA DE CONTRACEPCIÓN

Elaborado por: Iñigo Aizpurua, Alfonso Casi, Isabel Elizondo, Alberto Gartzia, Marta Hidalgo, Olatz Ibarra, Itxasne Lekue, Mª José López, Carmela Mozo, Corpus Peral, Karmele Pérez, Isabel Porras, Raquel Roca, Mª Teresa Santamarta, Juan Uriarte.

cevime
centro vasco de información de medicamentos
medikamentu informazioko euskal zentroa

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

La información aquí contenida tiene únicamente finalidad informativa y en ningún caso sustituye las recomendaciones de tu profesional sanitario.
Queda totalmente prohibido el uso de este documento con fines promocionales.

ISSN: 2255-3185