

## VIKTIG INFORMASJON OM KOMBINERT HORMONELL PREVENSJON OG RISIKO FOR BLODPROPP

All hormonell prevensjon som inneholder en kombinasjon av et østrogen og et progestogen (kombinasjons-p-piller, p-plaster eller p-ring) øker risikoen for å få blodpropp. Risikoen for blodpropp er liten (5-12 tilfeller per 10 000 kvinner per år), men blodpropper kan være alvorlige og i svært sjeldne tilfeller kan de være dødelige.

Det er viktig at du er klar over hva som kan gi deg en økt risiko for å få blodpropp, hvilke tegn og symptomer du skal være på vakt overfor og hva du bør gjøre.

### I hvilke situasjoner er risikoen for blodpropp økt?

- Det første året du bruker et hormonelt kombinasjonspreparat (også hvis du starter opp igjen etter en pause på 4 uker eller mer)
- Dersom du er overvektig (kroppsmasseindeks, BMI, over 30 kg/m<sup>2</sup>)
- Dersom du er eldre enn 35 år
- Dersom du har et nært familiemedlem som har hatt blodpropp i relativt ung alder (f.eks. under 50 år)
- Dersom du har født i løpet av de siste ukene

Dersom du røyker og er eldre enn 35 år, anbefales det på det sterkeste at du slutter å røyke eller at du bruker en annen prevensjonsmetode enn et kombinert hormonelt prevensjonsmiddel.

### Ta umiddelbart kontakt med lege eller sykehus dersom du får noen av symptomene nevnt under:

- Smerte eller hevelse i ett ben eller én arm, eventuelt sammen med ømhet, varme eller endret hudfarge (blek, rød eller blå). Dette kan være tegn på **blodpropp i en av årene i ben eller arm**. (dyp venetrombose).
- Plutselig tungpustethet eller rask pust; sterk smerte i brystet som ofte forverres når du puster dypt; plutselig, kraftig hoste uten en klar årsak (eventuelt at du hoster opp blod). Dette kan være tegn på **blodpropp i lungene** (lungeemboli). Blodpropp i lungene må behandles så raskt som mulig.
- Brystsmerter i form klemmende smerter, ubehag, trykkfølelse, , som kan stråle ut til ryggen, kjeve, hals, mage eller arm. Du kan også få kvelningsfølelse, kaldsvette, kvalme, oppkast eller svimmelhet. Dette kan være tegn på **hjerteinfarkt**.
- Svakhet eller nummenhet i ansikt, arm eller ben, gjerne bare på en side av kroppen, vanskeligheter med å snakke eller å forstå; plutselig forvirring; plutselig tap av syn eller uklart syn; sterk hodepine/migrene som er verre enn normalt. Dette kan være tegn på **hjerneslag**.

### Vær oppmerksom på symptomer på blodpropp, spesielt dersom du:

- Nettopp har gjennomgått en operasjon
- Har vært sengeliggende i lang tid (f.eks. på grunn av skade eller sykdom, eller hvis du har et gipset ben)
- Er på langvarig reise (flytur på mer enn 4 timer)

**Husk alltid å si fra til lege, sykepleier eller kirurg at du bruker et kombinert hormonelt prevensjonsmiddel dersom du:**

- Skal ha eller nylig har hatt en operasjon
- Blir spurt av helsepersonell om du bruker noen legemidler
- Ved all kontakt med lege/helsevesenet.

For ytterligere informasjon, les alltid pakningsvedlegget som følger med i pakningen og gå inn på hjemmesidene til Direktoratet for medisinske produkter (DMP):

[www.dmp.no/p-piller](http://www.dmp.no/p-piller)

Hvis du tror du har fått en bivirkning som skyldes prevensjonen du bruker, bør du kontakte helsepersonell (lege/sykepleier).

Du kan også melde fra om bivirkninger direkte via [www.dmp.no/pasientmelding](http://www.dmp.no/pasientmelding)