

KOBBERSPIRAL

- som nødprævention

En kobberspiral er et lille plastikskelet med kobbertråd viklet omkring. Kobberspiralen påvirker livmoren, så et evt. befrugtet æg ikke kan sætte sig fast og vokse. Metoden er meget effektiv, og der er ca. 98 % sikkerhed for ikke at blive gravid.

Spiralen lægges op i livmoren så hurtigt som muligt – og senest fem døgn efter samlejet. Kun en læge kan lægge en spiral op.

FORDELE OG ULEMPER

- + Når du har kobberspiral, er der ca. 98 % sikkerhed for, at du ikke bliver gravid.
- + Kobberspiralen påvirker ikke din cyklus.
- + Spiralen kan blive liggende og bruges som fast prævention.
- Spiralen kan glide ud.
- Spiralen giver næsten altid kraftigere menstruation. Der kommer også af og til smerter ved menstruation.
- Spiralen giver lidt større risiko for underlivsbetændelse (øget udflåd og smerter).
- Spiral beskytter ikke mod seksygdomme som f.eks. hiv og klamydia.
- Oplægning af spiral kræver et lægebesøg.

HVIS NØDPRÆVENTIONEN SVIGTER ...

Hvis du har brugt nødprævention, men alligevel er blevet gravid, må du tage stilling til, om du vil gennemføre graviditeten eller have en abort. Har du taget prævention i håndkøb, vil pillen ikke skade fostret. Hvis du har fået en spiral, har den heller ikke skadet fostret. Spiralen skal dog straks tages ud, hvis du vælger at gennemføre graviditeten - ellers er der risiko for en ufrivillig abort senere.

SEX
SAMFUND

Læs også
"Klar Besked" om:

PRÆVENTION
PESSAR
P-STAV/SPIRAL
P-RING/P-PLASTER
KONDOM/FEMIDOM
P-PILLER/MINIPILLER
STERILISATION

Du kan læse mere på:

www.sexogsamfund.dk/prævention

www.sexogsamfund.dk/abort

www.sexogsamfund.dk/seksygdomme

Du kan få vejledning om nødprævention hos
Sexlinien for Unge tlf. 70 20 22 66 eller på
www.sexlinien.dk

Er du mellem 10 - 15 år, kan du få vejledning
hos Privatsnak tlf: 70 20 22 81 eller på
www.privatsnak.dk

Sex & Samfund (2018), 2. udg 2020.

Sex & Samfund • Lergravsvej 63, 2. tv
2300 Kbh. S • Tlf: 33 93 10 10

Sex & Samfund kæmper for alles ret til
at bestemme over egen krop og mulighed
for at træffe frie valg om seksualitet,
prævention og abort.



PurePrint® by KLS

Produceret bionedbrydeligt
af KLS PurePrint A/S

Klar besked om
NØDPRÆVENTION



SEX
SAMFUND

NØDPRÆVENTION

Nødprævention er en metode, der bruges til at forhindre graviditet efter et ubeskyttet samleje eller et samleje, hvor beskyttelsen er fejlet – det kan fx være, hvis kondomet er sprunget, røget af eller sprunget under samlejet, eller hvis man har misset en eller flere p-piller.

Du har tre muligheder for at undgå graviditet efter et ubeskyttet samleje eller et samleje, hvor beskyttelsen er fejlet:

1. Nødpræventionspille, der tages senest 72 timer (tre døgn) efter samlejet. Den type indeholder hormonet gestagen.
2. Nødpræventionspille, der kan tages op til 120 timer (fem døgn) efter samlejet. Den type indeholder stoffet ulipristalacetat.
3. Kobbervindespiral, der lægges op ind til fem døgn efter samlejet.

HVOR KAN DU FÅ NØDPRÆVENTIONSPILLER ELLER SPIRAL?

- På apoteket kan du købe nødpræventionspille i håndkøb uden recept. En pille koster mellem 100 og 180 kroner afhængig af type.
- Spiralen køber du hos din praktiserende læge. Den koster ca 300 kr.
- På præventionsklinikker kan du købe både nødpræventionspille og spiral. Klinikkerne findes i hele landet. Find dem på www.sexogsamfund.dk/viden/praevention

NØDPRÆVENTIONSPILLER

Der findes to typer nødpræventionspiller. Begge fås i håndkøb og består af en pille. Den ene type, der indeholder hormonet gestagen, skal tages inden 72 timer, og den anden, der indeholder stoffet ulipristalacetat, skal tages inden for 120 timer. Du må ikke tage begge typer samtidig, da det kan nedsætte virkningen af begge.

Pillerne forårsager ikke en abort. De sikrer derimod, at ægget ikke bliver befrugtet. Det sker ved at udskyde eller hindre ægløsningen, så man undgår befrugtning. De påvirker også slimhinden i livmoren, så et befrugtet æg ikke kan sætte sig fast.

SÅDAN BRUGER DU NØDPRÆVENTIONSPILLEN

Du får udleveret en pille og gør følgende:

- Læs brugsanvisningen meget grundigt igennem.
- Tag pillen hurtigst muligt efter ubeskyttet samleje eller samleje, hvor beskyttelsen er fejlet.

Gestagen-pillen skal tages hurtigst muligt og senest 72 timer efter samlejet. Jo hurtigere pillen tages efter samlejet, desto bedre er effekten.

Ulipristalacetat-pillen skal tages hurtigst muligt og senest 120 timer (fem døgn) efter samlejet.

Effektiviteten af ulipristalacetat-pillen og gestagen-pillen er ikke ens. Ulipristalacetat-pillen har en større effektivitet i samtlige af de første 72 timer efter samlejet (85 %) frem for gestagen-pillen (69 %). Kaster du op inden for tre timer, bør du straks tage en ny pille.

Husk: Når du har brug for nødprævention, kan du også være blevet smittet med en seks sygdom som f.eks. klamydia. Derfor er det en god idé at blive testet tre uger efter.

Hvis du anvender gestagen-pillen (72 timer), skal du være opmærksom på, at effekten kan være påvirket af andre former for medicin, du har brugt inden for de sidste fire uger. Du kan spørge apoteket om dette før, du køber nødpræventionen.

Hvis du anvender ulipristalacetat-pillen (120 timer) kan det nedsætte virkningen af din prævention, hvis du bruger hormonbaseret prævention. Du skal derfor anvende kondom ved alle samlejer frem til, du begynder på en ny cyklus. En ny cyklus begynder, når du begynder på et nyt ark p-piller eller minipiller, tager det første p-plaster på i en ny tre-ugers cyklus eller sætter den første p-ring op efter den ringfri pause.

HVORNÅR VED DU, OM DU ER GRAVID?

Du kan ikke med det samme vide, om pillen har virket. Din næste menstruation kan komme før eller efter det forventede tidspunkt – afhængig af hvor i cyklus du var, da du tog pillen. Hvis din næste menstruation er mere end 1-2 uger forsinket, bør du tage en graviditetstest. Du kan købe en test på apoteket eller i supermarkeder, eller du kan tage til din læge og få lavet en test.

HVOR TIT MÅ MAN BRUGE NØDPRÆVENTIONSPILLER?

Nødpræventionspiller skal ikke bruges som prævention. Præventionsmetoder som f.eks. kondom, p-piller, p-plaster, p-ring og spiral er langt mere effektive – og har ingen eller kun få bivirkninger.

Begge typer af nødpræventionspiller bør som hovedregel højst bruges en gang mellem hver menstruation. Men får du brug for det, er det bedre at tage nødprævention mere end en gang end at blive uønsket gravid. Hvis den tages flere gange, er risikoen for uregelmæssige blødninger stor.

Du kan få information om de forskellige præventionsmetoder hos lægen og på præventionsklinikker. Du kan også få oplysninger på www.sexlinien.dk eller www.sexogsamfund.dk/viden/praevention.

FORDELE OG ULEMPER

- + Nødprævention kan købes i håndkøb.
- + Nødprævention kan bruges som en ekstra sikkerhed mod graviditet – f.eks. hvis kondomet revner.
- + Nødprævention kan købes på forhånd, så du altid har en pakke liggende.
- Nødprævention skal tages hurtigst muligt for at være mest effektivt.
- Du må ikke tage begge typer nødprævention samtidigt.
- Nødprævention inden for 120 timer kan nedsætte virkningen af andre slags hormonbaseret prævention, så du skal anvende kondom frem til efter næste menstruation.
- Nødprævention (begge typer) beskytter ikke mod seks sygdomme.
- Nødprævention (begge typer) kan forårsage blødningsforstyrrelser, og din næste menstruation kan komme tidligere eller senere, end den plejer.
- Nogle få kvinder kan opleve kvalme og opkastning, brystspænding, svimmelhed og hovedpine. Bivirkningerne forsvinder som regel inden for 48 timer.