

NOODANTICONCEPTIE

Bij een adviesvraag over noodanticonceptie vraagt de klant in de meeste gevallen om de morning-afterpil. De morning-afterpil hoeft echter niet altijd de juiste keuze te zijn. In sommige gevallen is geen noodanticonceptie nodig omdat er geen verhoogd risico is op een zwangerschap. Soms biedt de morning-afterpil onvoldoende garantie op het voorkomen van zwangerschap en moet een ander noodanticonceptiemiddel worden geadviseerd. Om dit te bepalen is een duidelijk beeld nodig van de menstruatiecyclus, vruchtbaarheid en de werking van (reguliere) anticonceptie.

De menstruatiecyclus

De menstruatiecyclus is een samenspel van verschillende hormonen, waarbij het geheel wordt bestuurd door de hypothalamus en de hypofyse. Tijdens de menstruatie wordt de binnenbekleding van de baarmoeder (= het endometrium) afgestoten. De eerste dag van de menstruatie is de eerste dag van de cyclus.

Vanaf dag 1 van de cyclus geeft de hypofyse FSH (= follikelstimulerend hormoon) af, waardoor in een van de eierstokken (= ovaria) een follikel tot rijping komt. Dit gebeurt willekeurig in de eierstokken en niet beurtelings links of rechts. Tijdens de rijping stijgt de hoeveelheid oestrogenen in het bloed. Deze oestrogenen zorgen ervoor dat het baarmoederslijmvlies zich herstelt en opnieuw groeit.

Na ongeveer 10 dagen is de follikelrijping compleet en is de eicel in de follikel klaar voor de eisprong. Doordat de hoeveelheid oestrogenen in het bloed nu snel stijgt, krijgt de hypofyse het sein LH (= luteïniserend hormoon) af te geven. De eisprong of ovulatie vindt spoedig daarna plaats, rond de 14e dag. De lege follikel wordt dan een corpus luteum (= geel lichaam). Het corpus luteum produceert oestrogeen en progesteron.

Wanneer er geen bevruchting plaatsvindt, dan neemt de werking van het corpus luteum 10-12 dagen na de eisprong (dus ongeveer 24-26 dagen na het begin van de menstruatie) plotseling af en stopt het corpus luteum met het produceren van progesteron. Vooral door de sterke daling van de hoeveelheid progesteron in het bloed wordt het endometrium na 2-3 dagen weer afgestoten, met als gevolg dat de volgende menstruatie begint.

Als het eitje bevrucht wordt

Als de eicel na dag 14 wordt bevrucht, dan nestelt de vrucht zich na 6 dagen in het baarmoederslijmvlies en groeit daar verder. De bevruchte eicel gaat HCG (= humaan chorion-gonadotrofine)-hormoon maken, waardoor het corpus luteum progesteron blijft maken tot de placenta dit overneemt van het corpus luteum. Het corpus luteum verandert dan in een corpus albicans.

Vruchtbaarheidsperiode

Bovengenoemd tijdschema geldt bij een cyclus van 28 dagen; de gemiddelde cycluslengte. De dag waarop bij een bepaalde cycluslengte meestal de ovulatie plaatsvindt, heet de mediane ovulatie dag.

Deze wordt berekend door 14 dagen af te trekken van de totale cycluslengte in dagen, omdat 14 dagen voor de menstruatie de eisprong plaatsvindt. Voorbeeld: bij een cycluslengte van 36 dagen valt de mediane ovulatie dag op dag $(36 - 14 =) 22$.

Er is berekend dat wanneer bij een vrouw met een regelmatige menstruatiecyclus een eenmalige onbeschermdе gemeenschap heeft plaatsgevonden, het risico op zwangerschap het grootst is vanaf de achtste dag voor de mediane ovulatie dag tot de vijfde dag na de ovulatie. Maar ook buiten de genoemde dagen is een zwangerschap niet uitgesloten.

Anticonceptie

Anticonceptie kan gericht zijn op het voorkomen van:

- De ovulatie (anticonceptiepil, -ring of -pleister)
- De bevruchting (condoom)
- De implantatie van een bevruchte eicel (spiraaltje)

De combinatiepil

Als de vrouw de anticonceptiepil gebruikt, is er geen sprake van een menstruatiecyclus en is er ook geen menstruatie. De anticonceptiepil wordt meestal 3 weken achtereen dagelijks geslikt, waarna een stopweek van 7 dagen volgt. In deze stopweek ontstaat een onttrekkingsbloeding. Deze meestal minder hevig dan een menstruatie.

De meeste anticonceptiepillen zijn combinatiepillen, dat wil zeggen dat ze een oestrogeen en een progestageen bevatten. De anticonceptiepil zorgt ervoor dat de follikelgroei wordt geremd en er geen eisprong plaatsvindt. In de baarmoederhals zit een slijmprop. De anticonceptiepil maakt die moeilijk doordringbaar voor zaadcellen. Verder wordt het baarmoederslijmvlies minder geschikt voor het innestelen van een bevruchte eicel. De pil moet (behalve in de stopweek) minstens 7 dagen achter elkaar worden geslikt om de follikelgroei voldoende te remmen en een eisprong te voorkomen.

De pil vergeten

Een vergeten combinatiepil is een pil die de vrouw meer dan 12 uur te laat heeft ingenomen. Een vergeten pil moet altijd zo snel mogelijk alsnog worden ingenomen. Zelfs als dit betekent dat de vrouw 2 pillen tegelijk moet innemen. Hoe riskant het vergeten van de pil is, hangt af van de week van het gebruik. De pil kan langer dan 3 weken achter elkaar worden doorgeslikt. Als er in de weken na de derde week 2 of meer pillen worden vergeten, houd dan het advies aan van de derde week.

Meestal hoeft de morning-afterpil niet te worden geadviseerd als er 1 pil is vergeten. Uitzondering hierop zijn het vergeten van de eerste pil na de stopweek en als de vrouw net gestart is met de pil (de eerste maand) en in de eerste week 1 pil is vergeten. Er is dan risico op zwangerschap als er in de 5 dagen voor het vergeten van de pil of de 7 dagen erna gemeenschap is geweest. Dan kun je de morning-afterpil adviseren. Als de vrouw 1 of meer pillen in de derde week is vergeten, is geen morning-afterpil nodig. Hierna moet de vrouw wel 7 dagen achtereen werkzame tabletten slikken.

In de tweede week loopt de vrouw nog niet meteen risico bij het vergeten van 1, 2, of 3 pillen, omdat de follikelgroei dan al voldoende is geremd. De vergeten pil kan alsnog worden ingenomen en de morning-afterpil is niet nodig. De pil is meteen weer veilig. Bij het vergeten van meer dan 3 pillen in de tweede week is de morning-afterpil niet nodig, maar is de pil nog niet meteen veilig en moeten er gedurende een week condooms worden gebruikt bij gemeenschap. (Als er na het vergeten van de pil gemeenschap is geweest is geweest zonder condoom, dan is de morning-afterpil uiteraard wel nodig.

Als de vrouw 1 of meer pillen in de derde week is vergeten, is geen morning- afterpil nodig. De vrouw kan dan de stopweek overslaan en dus minstens 7 dagen achtereen werkzame tabletten slikken. Ook al is het einde van de pilstrip bereikt. In plaats van 7 dagen doorslikken kan ook gekozen worden voor het inlassen van een stopweek. Deze stopweek is inclusief de dagen dat de pillen zijn vergeten. Na 7 dagen moet de vrouw met een nieuwe strip beginnen.

Bij het vergeten van meer dan 2 of meer pillen in de derde week van de pilstrip is er wel weer risico vanwege de naderende stopweek. Daarom moet de pil na het vergeten minstens 7 dagen achtereen worden geslikt of moet de stopweek meteen worden ingelast, te beginnen met de vergeten pil. Deze laatste optie kan ook worden geadviseerd bij het vergeten van meer dan 2 pillen in de derde week.

De minipil

Behalve de besproken combinatiepillen, bestaat er ook een minipil. Deze wordt ook wel oestrogeenvrije pil genoemd. Deze pil bevat dus geen oestrogeen, maar alleen een progestageen. De minipil wordt continu geslikt; er is geen stopweek. Voor de minipil is het advies bij vergeten anders dan bij de combinatiepillen: bij het vergeten van 1 pil moeten condooms worden gebruikt bij gemeenschap, tot de pil weer 7 dagen achtereen is geslikt. De morning-afterpil is alleen nodig als de vrouw na het vergeten van de pil gemeenschap heeft gehad zonder condoom. En als de vrouw net gestart is met de minipil (de eerste maand) en er in de 5 dagen voor het vergeten van de pil of de 7 dagen erna gemeenschap is geweest.

De anticonceptiering

Er is een anticonceptiering die gedurende 3 weken een oestrogeen en een progestageen afgeeft. Deze ring wordt door de vrouw zelf in de vagina ingebracht en blijft daar 3 weken. Daarna volgt er een ringvrije periode van maximaal een week, waarin de vrouw een onttrekkingsbloeding heeft. Daarna brengt de vrouw de volgende ring in, steeds op hetzelfde tijdstip. Het kan gebeuren dat de ring per ongeluk uit de vagina raakt of dat de vrouw de ring niet op tijd vervangt.

Als de nieuwe ring meer dan 3 uur niet op zijn plek heeft en er is in de periode vanaf 5 dagen ervoor tot en met de week erna gemeenschap geweest, is er risico op zwangerschap en kan de morning-afterpil worden geadviseerd.

Ook als de ring langer dan 3 uur uit de vagina is geweest (afgezien van de stopweek), kan de werking van de ring zijn verminderd. Als dit in de eerste week van het gebruik gebeurt en de vrouw heeft in de 5 dagen ervoor tot en met 7 dagen erna gemeenschap gehad, is er risico op zwangerschap. Dan kun je de morning-afterpil adviseren.

Als de ring in de tweede week van het gebruik langer dan 3 uur uit de vagina is geweest, moeten condooms worden gebruikt bij gemeenschap, totdat de ring weer 7 dagen op zijn plaats heeft gezeten. Als er nadat de ring van zijn plaats is geweest, toch gemeenschap is geweest zonder condoom, is er wel risico op zwangerschap en kan de morning-afterpil worden geadviseerd.

Als de ring in de derde week van het gebruik langer dan 3 uur uit de vagina is geweest, kan worden aangeraden om direct met een nieuwe ring te beginnen of om direct de stopweek in te lassen. Als de vrouw de ring te lang in de vagina heeft laten zitten, is de werking niet verminderd als de ring maximaal 4 weken in de vagina heeft gezeten. Dan kan er gewoon ringvrije periode van maximaal 7 dagen worden genomen en vervolgens een nieuwe ring worden ingebracht. Als de ring maximaal 5 weken in de vagina is geweest, kan de vrouw de dagen na de eerste 4 weken beschouwen als onderdeel van de ringvrije periode van 7 dagen. Daarna moet er weer een nieuwe ring worden ingebracht. Bijvoorbeeld: als de ring 4 weken en 2 dagen in de vagina is geweest, moet de vrouw uiterlijk 5 dagen daarna weer een nieuwe ring inbrengen om beschermd te zijn tegen zwangerschap (ringvrije periode is 2+5 dagen).

Als de ring meer dan 5 weken in de vagina is geweest, is er risico op zwangerschap als de vrouw na week 4 gemeenschap heeft gehad. Dan kun je de morning-afterpil adviseren. Ook moeten er condooms worden gebruikt bij gemeenschap, totdat de ring weer 7 dagen achtereen op zijn plaats heeft gezeten.

De anticonceptiepleister

Er is een anticonceptiepleister die gedurende een week een oestrogeen en een progestageen afgeeft. Gedurende 3 weken plakt de gebruikster elke week op dezelfde dag een pleister op de huid die 7 dagen blijft zitten. Daarna volgt er een pleistervrije periode van maximaal een week, waarin de

vrouw een onttrekkingsbloeding heeft. Daarna wordt de volgende pleister aangebracht. Het kan gebeuren dat de pleister losraakt of dat de pleister niet op tijd wordt vervangen.

Als de pleister los is geraakt en meer dan 24 uur van de huid af is geweest, of als deze na de stopweek meer dan 12 uur te laat is geplakt, kan de werking zijn verminderd. Hetzelfde geldt als de eerste pleister meer dan 48 uur te laat is vervangen door de tweede pleister. Er moeten condooms worden gebruikt bij gemeenschap, totdat de pleister weer 7 dagen achtereen op zijn plaats heeft gezeten. Als de pleister gedurende de eerste week van het gebruik meer dan 24 uur van de huid af is geweest, en de vrouw heeft in de periode vanaf 5 dagen ervoor tot en met een week erna gemeenschap, is er risico op zwangerschap. Dan kun je de morning-afterpil adviseren. Hetzelfde geldt als de vrouw te laat is begonnen met een nieuwe pleister, en de pleistervrije periode meer dan 7 dagen heeft geduurd.

Als de vrouw de pleister van week 2 of 3 tot 48 uur te laat plakt, is zij nog wel beschermd tegen zwangerschap. Als de pleister meer dan 48 uur te laat wordt opgeplakt, moet zij condooms gebruiken bij gemeenschap, totdat de pleister weer 7 dagen achtereen op zijn plaats heeft gezeten.

WHAM-VRAGEN

W Voor wie is het advies bedoeld?

- Staat de klant zelf voor de balie? Zo niet, kan zij worden gebeld?
- Heeft de klant onbeschermd gemeenschap gehad en zo ja hoelang geleden?
- Gebruikt de klant de anticonceptiepil of een andere vorm van langdurige anticonceptie, zo ja, welke? Is het de eerste maand van gebruik?
- Is de klant de eerste pil na de stopweek vergeten? Of is de klant 2 of meer pillen vergeten (= meer dan 12 uur te laat ingenomen)? Zo ja, hoeveel pillen en in welke week zijn deze vergeten?
- Is het mogelijk dat de klant al zwanger is door een eerdere onbeschermd gemeenschap?
- Kwam de laatste menstruatie van de klant op het verwachte tijdstip en was deze even zwaar als normaal?
- Heeft de klant eerder de morning-afterpil gebruikt? Zo ja, hoe vaak? Recent?
- Heeft de klant ooit ernstige problemen gehad met hormonale anticonceptie, behalve misselijkheid?
- Heeft de klant een ernstige leverfunctiestoornis of ernstige maagdarmproblemen?
- Geeft de klant borstvoeding?

H Hoelang heeft de klant al klachten?

- Hoe lang is het geleden dat de klant onbeschermd gemeenschap had?

A Welke actie heeft de klant al ondernomen?

- Is een vergeten pil alsnog ingenomen? Zo ja, was dit binnen 12 uur?

M Welke medicatie gebruikt de klant nog meer?

- Gebruikt de klant medicatie die een interactie geeft met levonorgestrel en/of ulipristal?

Toelichting op de WHAM-vragen

W: Voor wie is het advies bedoeld?

Staat de klant zelf voor de balie? Zo niet, kan zij worden gebeld?

Het is het beste degene voor wie het advies bedoeld is, persoonlijk te spreken. Er is vrij veel specifieke informatie van de klant nodig om een goed advies te kunnen geven. Zorg hierbij voor voldoende privacy door het gesprek event in de spreekkamer te voeren.

Je hoeft niet naar de leeftijd te vragen; er is geen leeftijdsondergrens voor gebruik van de morning-afterpil. Als een tiener om de morning-afterpil vraagt, mag je deze dus gewoon afleveren. Een advies over anticonceptie is bij deze leeftijdsgroep wel extra belangrijk. Je kunt daar zelf voorlichting over geven en/of de tiener verwijzen naar de huisarts.

Heeft de klant onbeschermdde gemeenschap gehad? Zo ja, hoelang geleden?

We spreken van onbeschermdde gemeenschap als er geen voorbehoedmiddel is gebruikt of als dit heeft gefaald, bijvoorbeeld dat het condoom is gescheurd of de pil is vergeten in een bepaalde week van de cyclus. Hoelang is het geleden dat de klant onbeschermdde gemeenschap had? De morning-afterpil moet zo snel mogelijk na de gemeenschap worden ingenomen om het risico op zwangerschap zo klein mogelijk te maken. De morning-afterpil met levonorgestrel moet in elk geval binnen 72 uur worden ingenomen, ulipristal binnen 5 dagen.

Gebruikt de klant de anticonceptiepil of een andere vorm van langdurige anticonceptie? Zo ja, welke?

Als de klant onbeschermdde gemeenschap heeft gehad en geen anticonceptiepil of een andere vorm van langdurige anticonceptie gebruikt, is er in principe op alle dagen van de maand risico op zwangerschap. Hoe groot dat risico is, is afhankelijk van het moment in haar cyclus. Een eventuele berekening van vruchtbare dagen heeft een zeker (zwangerschaps)risico. Zeker als de klant een onregelmatige cyclus heeft of niet goed op de hoogte is van haar eigen cyclus, is zo'n berekening niet aan te raden. Houd er verder rekening mee dat ook een normaal gesproken regelmatige cyclus kan worden verstoord, bijvoorbeeld door koorts. Als de klant helemaal geen risico wil nemen, is het aan te bevelen altijd de morning-afterpil te adviseren.

Als de klant een erg regelmatige cyclus heeft en wel een klein risico wil aanvaarden, of als er bezwaren zijn tegen de morning-afterpil, kan de volgende cyclusberekening worden gemaakt: wanneer bij een vrouw met een regelmatige cyclus een eenmalige onbeschermdde gemeenschap heeft plaatsgevonden, is het risico op zwangerschap het grootst vanaf de achtste dag voor de mediane ovulatie dag tot de vijfde dag na de ovulatie (de mediane ovulatie dag is 14 dagen voor de volgende menstruatie). In dit geval altijd de morning-afterpil adviseren. Maar ook buiten de genoemde dagen is een zwangerschap niet uitgesloten, dus ook dan kan de morning-afterpil worden overwogen om het zwangerschapsrisico te minimaliseren.

Als er een combinatiepil wordt gebruikt, kun je bij een vergeten pil gebruik maken van onderstaand advies. Als de klant de minipil of de anticonceptivering of -pleister gebruikt, zie dan De minipil, De anticonceptivering, of De anticonceptiepleister (eerder in dit hoofdstuk) en ga daarna verder met de WHAM-vragen vanaf 'Is het mogelijk dat u al zwanger bent?'. Als de klant de prikpil, een (hormoonafgevend) spiraaltje, of een hormoonafgevend staafje gebruikt, waarbij zij vermoedt dat er iets is misgegaan (bijvoorbeeld: vergeten op tijd te vervangen, uitstoting van het spiraaltje), verwijs haar dan naar de huisarts voor advies.

Is het mogelijk dat de klant al zwanger is door een eerdere onbeschermdde gemeenschap?

Als de klant al zwanger is, bijvoorbeeld doordat ze eerder die maand in de eerste week al meer dan 1 pil vergeten heeft of als ze eerder onbeschermdde gemeenschap heeft gehad, dan is de morning-afterpil niet werkzaam. Je kunt de klant dan het beste naar de huisarts verwijzen.

Kwam de laatste menstruatie van de klant op het verwachte tijdstip en was deze even zwaar als normaal?

Een verlate of minder heftige menstruatie kan een aanwijzing zijn voor een reeds bestaande zwangerschap.

Heeft de klant eerder de morning-afterpil gebruikt? Zo ja, hoe vaak? Recent?

Gebruik van de morning-afterpil eerder in dezelfde cyclus kan deze tijdelijk maar ingrijpend verstoren. De morning-afterpil kan worden geadviseerd, maar het is beter als de klant ook een andere vorm van anticonceptie overweegt. Daarvoor kun je de klant naar de huisarts verwijzen

Heeft de klant ooit ernstige problemen gehad met hormonale anticonceptie, behalve misselijkheid?

Dit kan wijzen op een overgevoeligheid voor progestagenen. Je kunt de klant dan het beste verwijzen naar de huisarts.

Heeft de klant een ernstige leverfunctiestoornis of ernstige maagdarmproblemen?

Bij een ernstige leverfunctiestoornis wordt gebruik van de morning-afterpil met levonorgestrel afgeraden, omdat levonorgestrel wordt afgebroken in de lever. Het is niet bekend of ulipristal dan veilig kan worden gebruikt. Je kunt de klant het beste verwijzen naar de huisarts.

Als de klant ernstige maagdarmproblemen heeft die de opname van medicijnen in het lichaam kunnen belemmeren (zoals ernstige diarree of braken of de ziekte van Crohn), bestaat het risico dat de morning- afterpil niet goed wordt opgenomen. Verwijs de klant dan naar de huisarts. De huisarts kan het morning- afterspiraaltje voorschrijven.

Geeft de klant borstvoeding?

Levonorgestrel gaat over in de moedermelk. Daarom kun je het beste adviseren de tabletten direct na een voeding in te nemen en gedurende ten minste 8 uur daarna de borstvoeding over te slaan. Ook ulipristal gaat over in de moedermelk. Hierbij wordt geadviseerd na het innemen ten minste 1 week geen borstvoeding te geven.

Verwijs de klant naar de huisarts als ze denkt dat dit niet mogelijk is.

A: Welke actie heeft de klant al ondernomen?

Heeft de klant de vergeten pil alsnog ingenomen? Zo ja, was dit binnen 12 uur?

Als de pil binnen 12 uur na het gebruikelijke tijdstip alsnog wordt ingenomen, dan biedt de pil nog steeds voldoende bescherming tegen een zwangerschap.

Een zwangerschapstest heeft nog geen nut op het moment dat iemand voor de morning-afterpil komt.

De test geeft pas een betrouwbaar resultaat vanaf 4 dagen voor de verwachte menstruatie (en een extra gevoelige zwangerschapstest vanaf 6 dagen voor de verwachte menstruatie). Een zwangerschapstest is namelijk gebaseerd op het meten van het zwangerschapshormoon humaan chorion-gonadotrofine (HCG). Dit wordt pas aangemaakt als innesteling van de bevruchte eicel heeft plaatsgevonden.

M Welke medicatie gebruikt de klant nog meer?

Antacida, H2-antagonisten en protonpompremmers kunnen de opname van ulipristal verminderen. Het advies is een andere noodanticonceptiemethode te gebruiken of ulipristal ten minste 2 uur voor of 4 uur na het antacidum, 12 uur na de H2-antagonist of 24 uur na de protonpompremmer in te nemen. Inductoren (carbamazepine, efavirenz, etravirine, enzalutamide, fenobarbital, fenytoïne, griseofulvine, hypericum, mitotaan, nevirapine, oxcarbazepine, primidon, rifabutine en rifampicine)

induceren het metabolisme van levonorgestrel en ulipristal en kunnen zo de werking verminderen. Als de klant een inductor gebruikt of deze in de afgelopen 4 weken heeft gebruikt, wordt geadviseerd een andere nood- anticonceptiemethode te kiezen (het morning-afterspiraaltje). Als de klant dit niet wil of kan, kan de dosis levonorgestrel worden verdubbeld. Dit geldt niet voor rifampicine. Bij ulipristal heeft verdubbeling van de dosering geen zin, omdat de ulipristalconcentratie teveel afneemt.

WANNEER NAAR DE HUISARTS VERWIJZEN?

- Als de onbeschermdede gemeenschap langer dan 5 dagen geleden heeft plaatsgevonden.
- Bij acute porfyrie, ernstige leverfunctiestoornis, ziekte van Crohn of een ander ernstig maagdarmprobleem.
- Bij overgevoeligheid voor progestagenen.
- Als de klant mogelijk een SOA heeft opgelopen.
- Bij ongewenst seksueel contact.
- Als de klant in korte tijd meerdere keren de morning-afterpil heeft gebruikt. De morning-afterpil kan dan in principe nog wel worden gebruikt, maar het is beter ook tot langdurige anticonceptie over te gaan als dit nog niet werd gebruikt, of tot een andere vorm van anticonceptie als de therapietrouw een probleem is.
- Als de klant al zwanger kan zijn doordat ze eerder in de cyclus een of meer pillen vergeten is of onbeschermdede gemeenschap heeft gehad.
- Als de klant de voorkeur geeft aan een andere vorm van noodanticonceptie, zoals het morning-afterspiraaltje.

Keuzehulp bij noodanticonceptie

Welke vorm van noodanticonceptie

Als is vastgesteld dat noodanticonceptie nodig is, leg de klant dan de verschillende mogelijkheden voor. Deze zijn: de morning-afterpil met levonorgestrel, de morning-afterpil met ulipristal of een verwijzing naar de huisarts voor het morning-afterspiraaltje

	levonorgestrel	ulipristal	koperspiraaltje
Betrouwbaarheid binnen 12 uur*	++	++	++
Betrouwbaarheid binnen 3 dagen**	+	+	++
Betrouwbaarheid na 3-5 dagen***	--	+	++

* Het risico op zwangerschap binnen 12 uur is bij levonorgestrel ongeveer 0,5%, bij ulipristal naar verwachting ook. Het morning- afterspiraaltje (koperspiraaltje) is altijd het betrouwbaarst (100%).

** Binnen 72 uur (3 dagen) is dit risico bij levonorgestrel en ulipristal 1- 2% en bij ulipristal 1,4%. Bij ulipristal is dit cijfer gebaseerd op minder data, levonorgestrel wordt al veel langer toegepast. Er is wel aangetoond dat ulipristal minstens even betrouwbaar is als levonorgestrel.

*** Na 72-120 uur (3-5 dagen) is levonorgestrel niet meer betrouwbaar, ulipristal nog wel (2,1% risico op zwangerschap).

**** Het morning-afterspiraaltje (koperspiraaltje) moet worden ingebracht door de huisarts, wat pijnlijk kan zijn. Het kan vervolgens desgewenst tot 5 jaar blijven zitten.

Advies bij noodanticonceptie

- De morning-afterpil moet zo snel mogelijk na de gemeenschap worden ingenomen: levonorgestrel in elk geval binnen 72 uur, ulipristal binnen 5 dagen. Hoe eerder de morning-afterpil wordt ingenomen, hoe kleiner het risico op zwangerschap.

Bij de morning-afterpil met levonorgestrel is het risico op zwangerschap 1-2% bij innemen binnen 72 uur.

Bij ulipristal is dit 1,4% bij innemen binnen 72 uur en 2,1% bij innemen na 48-120 uur.

Bij vrouwen met een BMI boven de 30 zou het risico op zwangerschap na innemen van de morning-afterpil groter kunnen zijn. Uit onderzoek zijn aanwijzingen gekomen dat de morning-afterpil met levonorgestrel minder betrouwbaar is bij vrouwen met ernstig overgewicht (BMI boven de 30), maar er zijn onvoldoende data om dit te bewijzen. De registratieautoriteiten vinden de morning-afterpil daarom geschikt voor alle vrouwen, ongeacht het lichaamsgewicht.

- De morning-afterpil is alleen bedoeld voor noodanticonceptie. De morning-afterpil is minder betrouwbaar dan gebruikelijke vormen van anticonceptie, zoals de anticonceptiepil. Adviseer de vrouw altijd te controleren of haar volgende menstruatie normaal is en bij langer dan 2 weken uitblijven hiervan of in geval van twijfel een zwangerschapstest te doen. Bij levonorgestrel kan de menstruatie enkele dagen eerder of later komen, bij ulipristal is de menstruatie bij 18,5% meer dan een week later. Bij een negatieve uitkomst van de zwangerschapstest en verder uitblijven van de menstruatie of onttrekkingsbloeding de vrouw naar de huisarts verwijzen.

- In geval van braken of waterdunne diarree binnen 3 uur na het innemen van de morning-afterpil, wordt aanbevolen direct een volledige nieuwe dosis in te nemen.

- Omdat de ovulatie wordt uitgesteld, moet de klant na gebruik van de morning-afterpil extra voorzichtig zijn bij gemeenschap.

Gebruikers van de anticonceptiepil dienen gewoon door te gaan met het pilgebruik. De pil is na gebruik van de morning-afterpil nog niet meteen weer veilig. Er moet dus de eerste tijd bij gemeenschap een condoom worden gebruikt. Bij zowel levonorgestrel als ulipristal wordt geadviseerd tot de volgende menstruatie bij gemeenschap een condoom te gebruiken.

Ook vrouwen die geen anticonceptiepil gebruiken, moeten er rekening mee houden dat zij vruchtbaar zijn in de periode na het nemen van de morning-afterpil. Ook zij dienen tot de volgende menstruatie bij gemeenschap een condoom te gebruiken.

- De morning-afterpil beschermt niet tegen SOA's. Mocht de klant hier meer informatie over willen, dan kun je haar verwijzen naar de huisarts of de GGD.

- Herhaald gebruik van de morning-afterpil binnen een cyclus is niet aan te bevelen. Voor een andere methode van anticonceptie kan worden verwezen naar de huisarts.

MEDICAMENTEUS ADVIES

EERSTEKEUZEMIDDELEN

Levonorgestrel

Het werkingsmechanisme als morning-afterpil is niet geheel bekend; waarschijnlijk stelt het de ovulatie uit.

- Niet gebruiken: bij overgevoeligheid, acute porfyrie, ziekte van Crohn of andere ernstige malabsorptiesyndromen, ernstige leverfunctiestoornis.

- Dosering: 1,5 mg in 1 keer innemen, bij voorkeur binnen 12 uur na de onbeschermdede gemeenschap, in elk geval binnen 72 uur, bij gebruik van een inductor (uitgezonderd rifampicine) 3 mg in 1 keer.

- Interacties: relevante interacties met inductoren (carbamazepine, efavirenz, etravirine, enzalutamide, fenobarbital, fenytoïne, griseofulvine, hypericum, mitotaan, nevirapine, oxcarbazepine, primidon, rifabutine en rifampicine); als de klant een inductor gebruikt of deze in de afgelopen 4 weken heeft gebruikt, wordt geadviseerd een andere noodanticonceptiemethode te

kiezen (het morning-afterspiraaltje), of de dosis levonorgestrel aan te passen (zie Dosering). Dit geldt niet voor rifampicine.

- Aanvang/duur van de werking: de plasmaconcentratie van levonorgestrel is maximaal binnen 3 uur.
- Zwangerschap: er zijn geen aanwijzingen voor schadelijke effecten op het ongeboren kind. Wanneer er ondanks de behandeling een zwangerschap optreedt, hoeft die niet om die reden te worden afgebroken.
- Borstvoeding: levonorgestrel gaat over in de moedermelk. Adviseer daarom de tabletten direct na een voeding in te nemen en gedurende ten minste 8 uur daarna de borstvoeding over te slaan.
- Bijwerkingen: bij 10-30%: misselijkheid en buikpijn, hoofdpijn, vermoeidheid, duizeligheid, gevoelige borsten, menstratiepijn, doorbraakbloedingen en onregelmatige bloedingen. Bij 1-10% braken en diarree.

EERSTEKEUZEMIDDELEN (vervolg)

Ulipristal

Remt de ovulatie of stelt deze uit door onderdrukking van de LH-stijging.

- Niet gebruiken: bij overgevoeligheid of acute porfyrie.
- Dosering: 30 mg eenmalig, zo spoedig mogelijk na de onbeschermd geslachtsgemeenschap, in elk geval binnen 5 dagen.
- Interacties: relevante interacties met antacida, H₂-antagonisten, protonpompremmers en inductoren (carbamazepine, efavirenz, etravirine, enzalutamide, fenobarbital, fenytoïne, griseofulvine, hypericum, mitotaan, nevirapine, oxcarbazepine, primidon, rifabutine en rifampicine); als de klant een inductor gebruikt of deze in de afgelopen 4 weken heeft gebruikt, wordt geadviseerd een andere noodanticonceptiemethode te kiezen (het morning-afterspiraaltje).
- Aanvang/duur van de werking: de plasmaconcentratie van ulipristal is maximaal na 1 uur.
- Zwangerschap: er zijn onvoldoende gegevens over gebruik bij zwangerschap bij de mens. Wanneer er ondanks de behandeling een zwangerschap optreedt, hoeft die niet om die reden te worden afgebroken.
- Borstvoeding: ulipristal gaat over in de moedermelk. De fabrikant adviseert na het innemen gedurende ten minste 1 week geen borstvoeding te geven.
- Bijwerkingen: bij 1-10% van de gebruiksters misselijkheid, buikpijn, braken, hoofdpijn, duizeligheid, vermoeidheid, stemmingsstoornissen, rugpijn, spierpijn, bekkenpijn, pijn bij de menstruatie en gevoelige borsten. Soms treedt 'spotting' op, dit duurt meestal 2-3 dagen. Bij gebruik van ulipristal bij vleesbomen (myomen) zijn gevallen van leverschade gemeld. Bij gebruik van ulipristal als noodanticonceptie speelt dit probleem niet.

MEDICIJNEN OP RECEPT

Het morning-afterspiraaltje

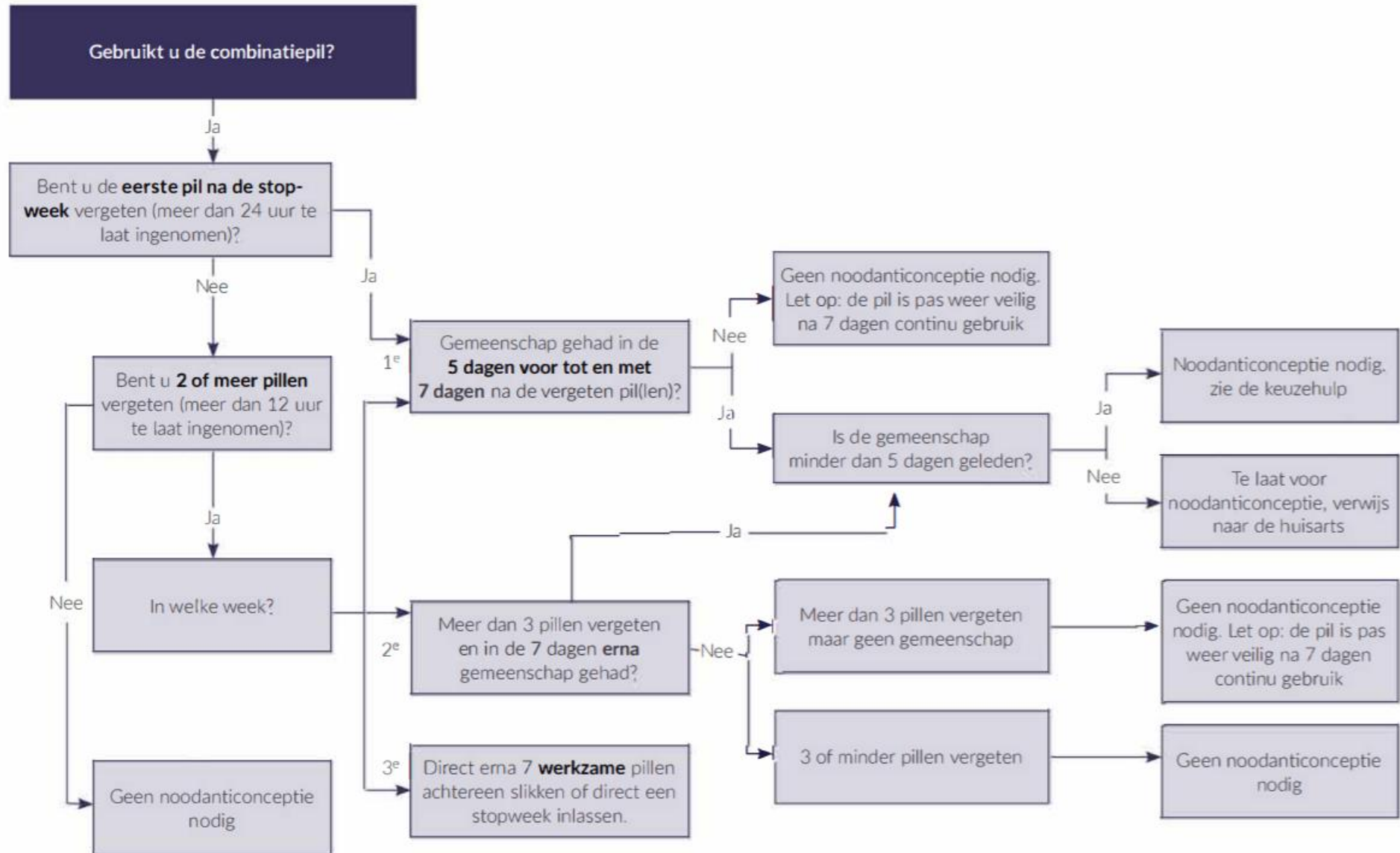
Zoals genoemd bij 'anticonceptie' is het koperhoudend (morning-after)spiraaltje gericht op het voorkomen van het innestelen van de bevruchte eicel in het endometrium. De bevruchte eicel komt 6 dagen na de bevruchting in de baarmoeder aan. Het spiraaltje tast het endometrium aan, waardoor een bevruchte eicel zich niet kan innestelen. Het spiraaltje kan tot 5 dagen na de onbeschermd gemeenschap nog worden geplaatst. Het risico op zwangerschap is dan kleiner dan 1%. Het morning-afterspiraaltje is dus effectiever dan de morning-afterpil maar minder gebruiksvriendelijk. Er is een risico op opstijgen van bestaande infecties bij de plaatsing, daarom worden er soms antibiotica bij gegeven. Het spiraaltje kan indien gewenst tot 5 jaar blijven zitten en als anticonceptiemethode gebruikt worden. Het spiraaltje wordt door een (huis)arts geplaatst. Het inbrengen kan pijnlijk zijn.

AANVULLENDE INFORMATIE

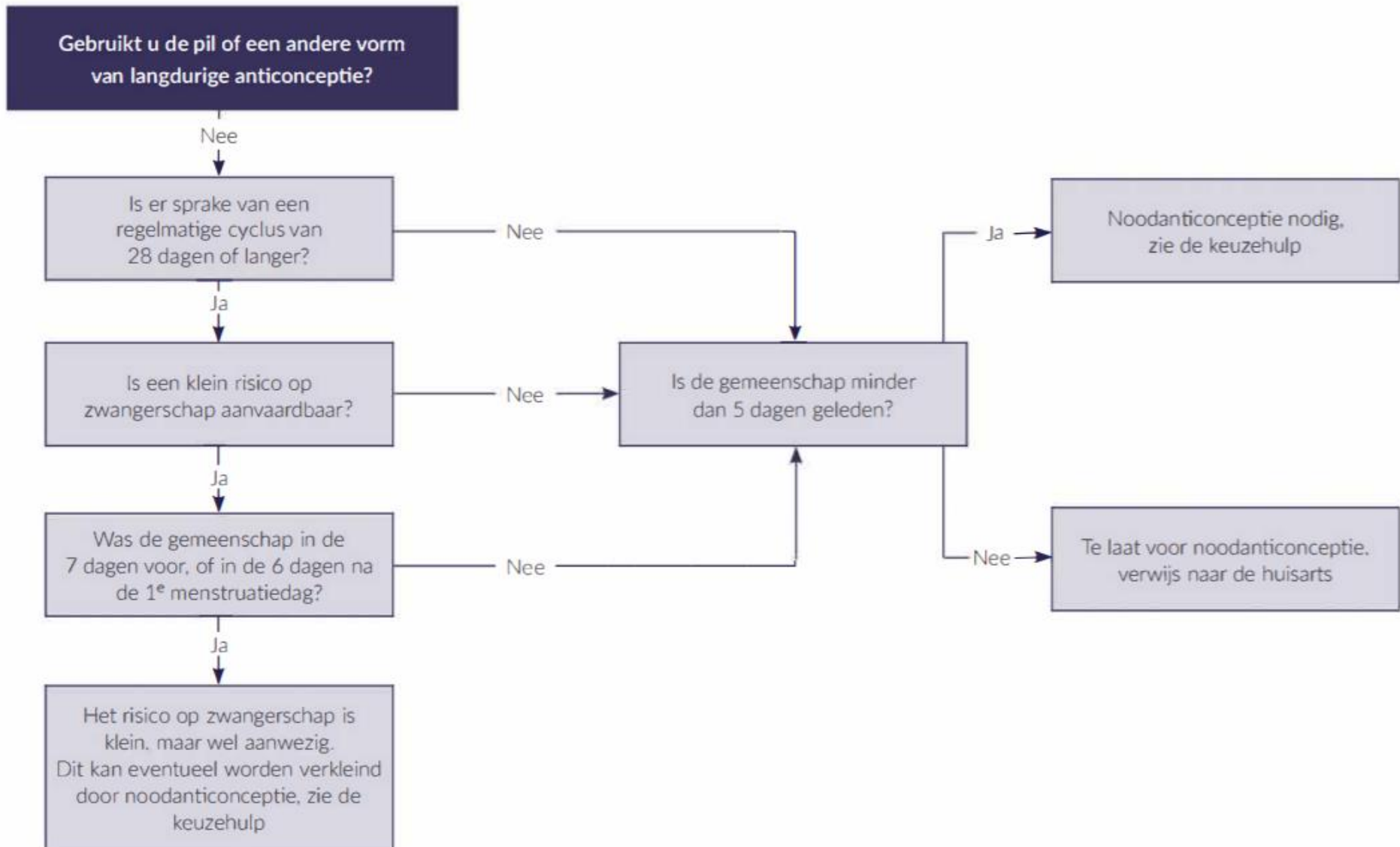
- Stroomschema's Noodanticonceptie (zie volgende pagina's)
- Publieksfolder Morning-afterpil
- Apotheek.nl
- KennisTest Noodanticonceptie
- Thuisarts.nl

Zie ook de bronvermeldingen achterin dit boek.

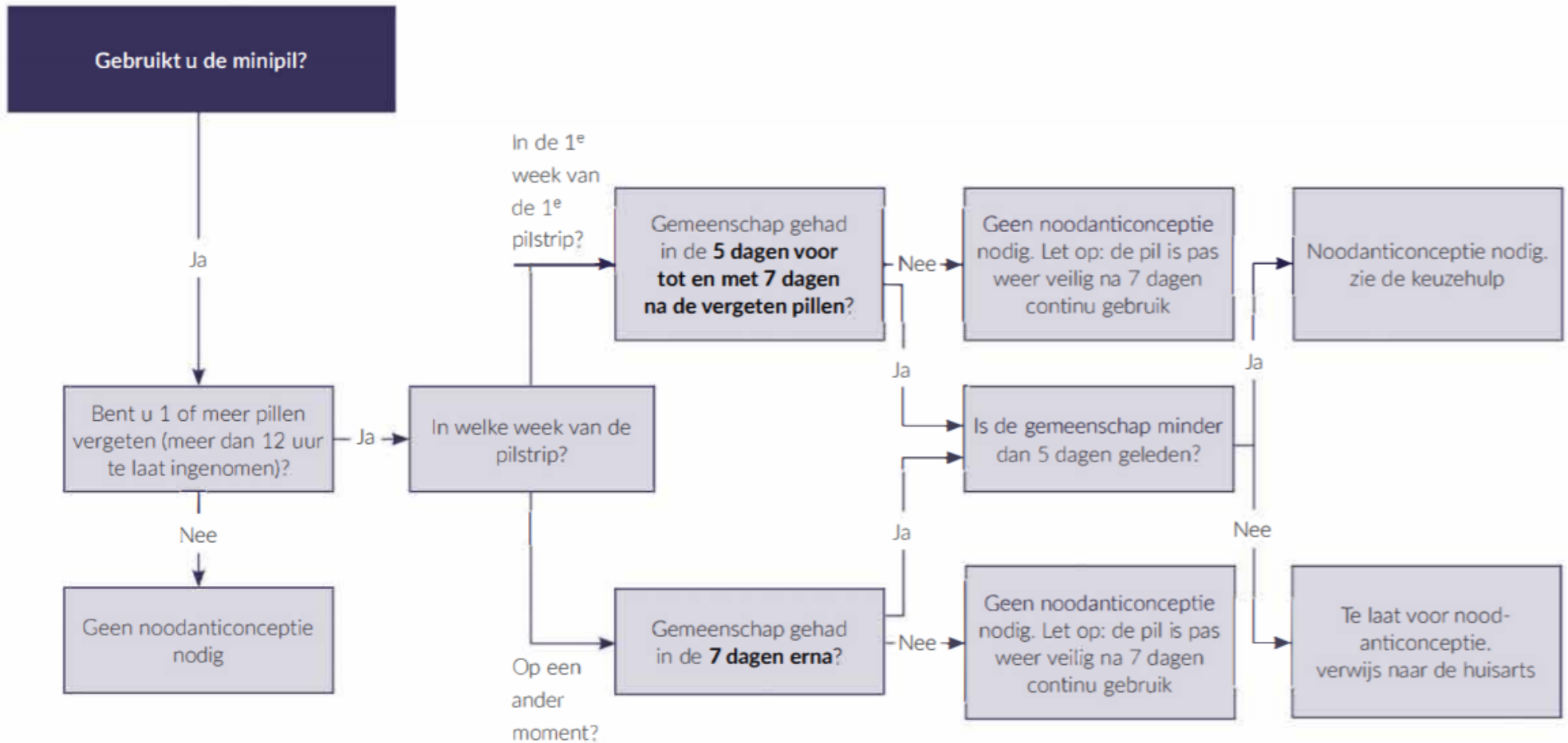
Schema 1: De combinatiepil (geldig vanaf de 2e maand van gebruik en niet voor Seasonique, Qlaira, Yaz en Zoely)



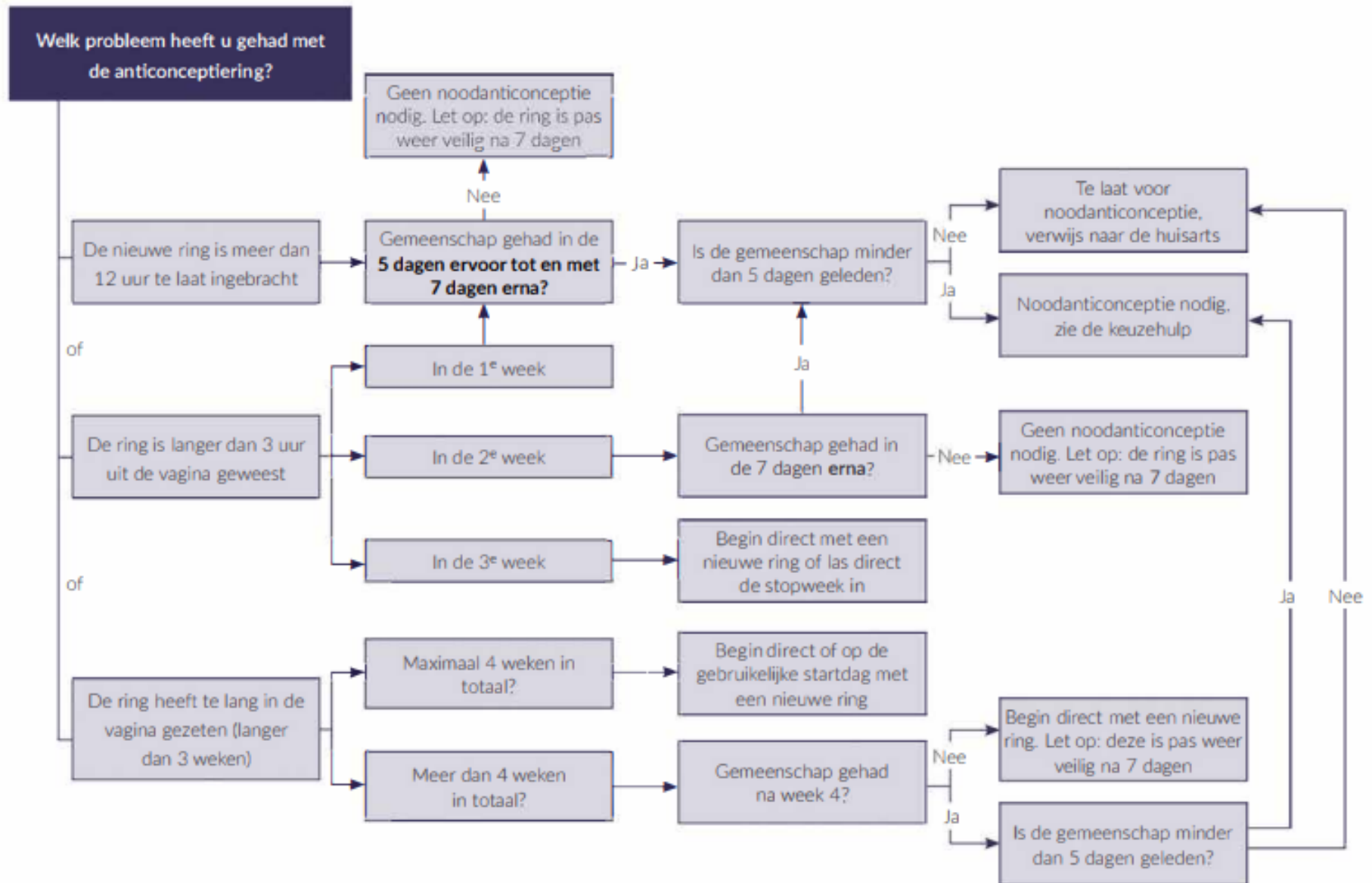
Schema 2: Geen anticonceptie



Schema 3: De minipil



Schema 4: De anticonceptiering



Schema 5: De anticonceptiepleister

