

De morning-afterpil

Als je twee keer achter elkaar de anticonceptiepil hebt vergeten, als het condoom is gescheurd of je hebt onbeschermd gevrijd, dan heb je kans dat je ongewild zwanger raakt. Je kan dan de morning-afterpil nemen om het ontstaan van een zwangerschap alsnog te voorkomen. Neem de morning-afterpil zo snel mogelijk na het onbeschermd vrijen. In ieder geval binnen drie dagen.

Hoe werkt de morning-afterpil?

De morning-afterpil bevat een hormoon (levonorgestrel) dat het innestelen van een bevruchte eicel in de baarmoeder voorkomt. Hoe eerder je de morning-afterpil neemt hoe beter, uiterlijk binnen 72 uur na het onbeschermd vrijen

Je kunt van de morning-afterpil misselijk worden. Sommige vrouwen moeten overgeven of krijgen tijdelijk last van hoofdpijn of gespannen borsten. Deze bijwerkingen verdwijnen na twee dagen.

De morning-afterpil beschermt niet tegen seksueel overdraagbare aandoeningen (soa). Alleen het condoom beschermt tegen de meeste soa.

Onbeschermd gevrijd?

Ook als je regelmatig menstrueert, weet je nooit zeker wanneer de eisprong plaatsvindt. Een eitje kan ineens vroeger of later dan 'normaal' vrijkomen. Het is dus moeilijk in te schatten hoeveel risico je neemt als je zonder voorbehoedmiddel seks hebt gehad of als het condoom is gescheurd. Je kunt je tegen zwangerschap beschermen door *binnen drie dagen* (72 uur) na het onbeschermd vrijen de morning-afterpil in te nemen. De kans op zwangerschap is dan nog maar 2 procent. Hoe eerder je de morning-afterpil neemt, hoe beter. Neem je de morning-afterpil binnen 12 uur na het onbeschermd vrijen dan is de kans op zwangerschap 0,5%.

Ben je te laat voor de morning-afterpil en heb je de afgelopen zes dagen onbeschermd seks gehad? Dan kun je eventueel een spiraaltje laten plaatsen om een zwangerschap alsnog te voorkomen. Bel naar de praktijk om te overleggen of dat nodig is.

Na de morning-afterpil:

De morning-afterpil beschermt niet tegen een volgende keer dat je seks hebt. Als het een keer mis is gegaan, is dat een extra reden om voor een goed voorbehoedmiddel te kiezen of het gekozen voorbehoedmiddel zorgvuldiger te gebruiken. Gebruik een voorbehoedmiddel als je weer wilt vrijen en zeker wilt zijn dat je niet zwanger wordt.

Als je de anticonceptiepil gebruikte, volg dan de adviezen onder het kopje 'Anticonceptiepil vergeten?'.

Hoe gaat het verder?

Na de morning-afterpil kan je volgende menstruatie op een andere dag beginnen dan je gewend bent. De bloeding kan wat heviger zijn dan normaal. Laat een zwangerschapstest doen:

- wanneer je meer dan zeven dagen over tijd bent, of
- wanneer de bloeding veel minder is dan normaal
- als je om andere redenen toch een zwangerschap vermoedt.

Ben je zwanger, maak dan een afspraak op het spreekuur.

Wanneer contact opnemen?

De morning-afterpil kan je zonder recept bij de apotheek of drogist kopen. Bel naar de praktijk of apotheek als je nog vragen hebt. Neem contact op als je binnen vier uur na het innemen van de morning-afterpil moet overgeven of waterdunne diarree hebt. De werking is dan niet betrouwbaar. Het is dan verstandig een extra morning-afterpil in te nemen, plus een medicijn (zetpil) om het braken te voorkomen. Bel ook de praktijk als je denkt dat je te laat bent voor het nemen van de morning-afterpil.

Maak een afspraak als je zonder condoom hebt gevreeën en je partner misschien een seksueel overdraagbare ziekte heeft (soa). Zijn er redenen waardoor je misschien onverwacht of ongewenst seksueel contact hebt gehad, probeer dit dan te bespreken. Op de praktijk kan je altijd terecht voor een vertrouwelijk gesprek, advies en ondersteuning.