

Pil vergeten?

Eén anticonceptiepil vergeten:

Als je de pil één keer vergeet, neem die pil dan alsnog in. Neem de volgende pil op het normale tijdstip en maak de strip af. Zolang je de vergeten pil inneemt binnen twaalf uur na het vaste tijdstip voor slikken van de volgende pil, ben je tegen zwangerschap beschermd. Aanvullende maatregelen zoals de morning-afterpil of een condoom zijn dan niet nodig.

Twée pillen vergeten:

Ook als je twee pillen hebt vergeten, hoeft dit niet erg te zijn als je het op tijd merkt: Zolang je beide pillen alsnog inneemt *binnen twaalf uur* na vaste het tijdstip waarop je de tweede pil had moeten slikken, ben je tegen zwangerschap beschermd. Als je twee pillen hebt vergeten en dit te laat merkt, namelijk *meer dan twaalf uur* nadat je de tweede pil had moeten nemen, dan is de werking niet betrouwbaar. Wat je dan moet doen hangt af van de week waarin je de pillen hebt vergeten.

Twée (of meer) pillen vergeten in de **eerste** week van de pilstrip:

Neem de laatst vergeten pil alsnog in. Heb je in de afgelopen drie dagen (72 uur) onbeschermd seks gehad? Neem dan ook de morning-afterpil om zwangerschap te voorkomen. Neem de volgende anticonceptiepil weer op het normale tijdstip en maak de pilstrip af. Gebruik de eerste zeven dagen een aanvullend voorbehoedmiddel (condoom) als je wilt vrijen. Dan ben je weer tegen zwangerschap beschermd. Heb je onbeschermd seks gehad in de afgelopen zes dagen en ben je te laat voor de morning-afterpil? Dan kun je eventueel een spiraaltje laten plaatsen om een zwangerschap alsnog te voorkomen. Bel dan naar de praktijk om te overleggen of dat nodig is.

Twée of drie pillen vergeten in de **tweede** week van de pilstrip:

Neem de laatst vergeten pil alsnog in. Maak de strip af. Een aanvullend voorbehoedmiddel is niet nodig.

Vier of meer pillen vergeten in de **tweede** week van de pilstrip:

Neem de laatst vergeten pil alsnog in. Maak de strip af. Gebruik de eerste 7 dagen een aanvullend voorbehoedmiddel (condoom) als je wil vrijen. Dan blijf je tegen zwangerschap beschermd.

Twee of drie pillen vergeten in de **derde** week van de pilstrip:

Dan heb je twee mogelijkheden:

Neem de laatst vergeten pil alsnog in. Maak de strip af. Sla de stopweek over en ga direct door met de nieuwe strip (doorslikken).

Een andere mogelijkheid is een vervroegde stopweek in te lassen. De dag waarop je de eerste pil vergeten bent telt dan als eerste dag van de stopweek. Op dag 8 begin je met je nieuwe pilstrip. Kies een van deze mogelijkheden. Een aanvullend voorbehoedmiddel is dan niet nodig.

Als je door vergeten of stoppen van de pil zwanger bent geraakt, zal je baby geen schade van de pil ondervinden.

Ziekte en medicijngebruik

Als je binnen vier uur na het innemen van de pil moet braken of waterdunne diarree hebt, dan is de pil niet betrouwbaar. Je kunt dan het beste een extra pil innemen. Lukt dat niet, neem dan dezelfde maatregelen als bij het vergeten van de pil.

Wanneer een arts andere medicijnen wil voorschrijven, vertel dan dat je de pil gebruikt. Sommige medicijnen kunnen de werkzaamheid van de pil verminderen. Ook het middel Hypericum (Sint-janskruid) dat zonder recept te koop is, kan de werking van de pil verminderen.