

Запомните,
мини-пили **не**
защищают от
инфекций
передающихся
половым путем
(ИППП) и ВИЧ.

Чтобы защитить себя,
всегда используйте
презервативы!



Как действуют мини-пили?

- Мини-пили содержат гормон, подобный тому, который вырабатывается в организме. Этот гормон повышает вязкость слизи шейки матки, и сперматозоид не может пройти через нее. Если сперматозоид не попадает в яйцеклетку, беременность не наступает.
- Ни одно противозачаточное средство не дает 100% гарантии. Если вы не забываете принимать мини-пили вовремя, их эффективность составляет 99%. Если вы пропустили прием мини-пилей, эффективность падает до 91%.

Когда начинать принимать мини-пили?

- Существует 2 способа начала приема мини-пилей:
 - **Быстрый старт:** начните прием таблеток в любой день.
 - **В начале менструации:** начните прием таблеток в первые дни ближайшей менструации.
- Если вы приняли первую таблетку *в течение 5 дней после начала менструации*, вы **уже** защитили себя от нежелательной беременности.
- Если вы приняли первую таблетку *через 5 дней после начала менструации*, чтобы предупредить нежелательную беременность, необходимо **в течение первых 7 дней использовать презервативы в качестве дополнительного средства контрацепции.**

Как принимать мини-пили?

- **Принимайте по 1 таблетке в день в одно и то же время.**
- Если упаковка препарата закончилась, на следующий день начните прием препарата из новой упаковки. **НИКАКИХ ПЕРЕРЫВОВ** не должно быть.

Что мне делать, если я забыла принять таблетку?

- **Я забыла принять ОДНУ таблетку:** Примите таблетку как можно быстрее. Если вы опоздали с приемом таблетки на 3 часа и более, **в течение следующих 7 дней необходимо использовать презервативы в качестве дополнительного средства контрацепции.**
- **Я забыла принять ДВЕ и более таблетки:** Примите таблетку как можно быстрее. Следующую таблетку необходимо принять в обычное время. **В течение следующих 7 дней необходимо использовать презервативы в качестве дополнительного средства контрацепции. Если у вас был незащищенный половой акт, примите препарат экстренной контрацепции (ЭК).**

Что мне делать, если я прекратила прием мини-пилей, и у меня произошел незащищенный половой акт?

- **Незамедлительно** примите препарат экстренной контрацепции (ЭК). Прием препарата экстренной контрацепции может предотвратить наступление беременности в срок до 5 дней после незащищенного полового акта. Чем раньше вы примете препарат экстренной контрацепции, тем меньше вероятность наступления беременности.

Положительный эффект мини-пилей

- Мини-пили являются безопасным и эффективным средством контрацепции. Мини-пили не противопоказаны в период лактации.
- Мини-пили **никак не влияют** на способность забеременеть в будущем после окончания их приема.

Как я буду себя чувствовать во время приема мини-пилей?

- Ваше самочувствие никак не изменится. Большинство женщин отмечают изменение менструаций. Возможно появление скудных выделений или полное отсутствие менструации. Это нормально. Иногда отмечается тошнота, скудные выделения, изменение массы тела и/или болезненные ощущения в груди. Все эти симптомы исчезают через 2-3 месяца.

Имеются ли у мини-пилей побочные эффекты?

- Мини-пили абсолютно безопасны.