EVR-Jun22-FI-20553:1

Evra®

TÄRKEÄÄ TIETÄÄ EVRASTA®

EVRA® - LUOTETTAVA SUOJA RASKAUDEN EHKÄISYYN

Evra® on oikein käytettynä yhtä luotettava kuin ehkäisypillerit. Tämä esite sisältää tärkeitä tietoja, lue se huolellisesti ennen aloittamista. Lisätietoja löydät myös Evra®-pakkauksessa olevasta pakkausselosteesta.

Eri ehkäisymenetelmät soveltuvat erilaisille naisille. Voit harkita toista vaihtoehtoa, jos tunnet ettei Evra® sovellu sinulle. Keskustele lääkärin tai hoitajan kanssa, jos sinulla on kysyttävää.

TÄMÄ ON EVRA®

Evra® on ohut, ihonvärinen, taipuisa, neliönmuotoinen iholle kiinnitettävä laastari raskauden ehkäisyyn. Evra®-pakkauksessa on 3 tai 9 erikseen pakattua laastaria. Jokainen laastari sisältää sisältää 6 mg norelgestromiini (NGMN) progestiinia ja 600 mikrogrammaa etinyyliestradioli (EE) estrogeenia.

Näin Evra® ehkäisee raskauden

Oikein käytettynä Evran® ehkäisyteho on sama kuin ehkäisypillereillä, 99 %. Raskauden mahdollisuus kasvaa, jos käyttöohjeita ei noudateta - aivan kuten muitakin ehkäisymenetelmiä käytettäessä.

Normaalin kuukautiskierron aikana (noin 28 vrk) aivolisäke tuottaa hormoneja, jotka antavat munasarjoille käskyn kypsyttää yksi siellä oleva muonasoluista. Kypsynyt munasolu irtoaa ja kulkeutuu munanjohtimeen, jossa hedelmöittyminen voi tapahtua.

Evra® sisältää samoja hormoneja kuin yhdistelmäehkäisypilleritkin: progestiinia (norelgestromiini) ja estrogeenia (etinyylistradioli).

Iholle kiinnitetty laastari vapauttaa verenkiertoon näitä hormoneja, jotka ehkäisevät raskautta kahdella tavalla:
- munasolun irtoaminen estyy
- sperman pääsy kohtuun estyy kohdunkaulan eritteen sitkistymisen ja paksuuntumisen vuoksi.

HUOMIOITAVAA ENNEN EVRAN® KÄYTÖN ALOITUSTA

1. Et saa olla raskaana aloittaessasi Evra® -ehkäisylaastarin käytön. Tee raskaustesti tai keskustele lääkärin tai sairaanhoitajan kanssa, jos olet epävarma.

2. Kerro lääkärille tai hoitajalle, jos:
- sinulla on, tai on ollut, maksa- tai munuaissairaus, veritulppa (tai sukulaisillasi on ollut veritulppa), rinta-tai sukupuolielinten syöpä, korkea verenpaine, diabetes, vuotoja tai migreeni, johon liittyy näköhäiriöitä
- tupakoit ja olet yli 35-vuotias
- olet yliherkkä tai allerginen jollekin
- käytät muita lääkkeitä tai rohdosvalmisteita samanaikaisesti.

3. Lisätietoja pakkausselosteessa. Lue se huolellisesti.

KÄYTÄ EVRAA® NÄIN

YKSI LAASTARI VIIKOSSA RIITTÄÄ

Yhtä laastaria käytetään viikon ajan, 7 vuorokautta. Sitten se poistetaan ja vaihdetaan uuteen. Tämä tehdään kolmena peräkkäisenä viikkona.

ALOITUS KUUKAUTISTEN 1. PÄIVÄNÄ

VAIHTOPÄIVÄ VIIKON VÄLEIN (7 VRK)

VAIHTO AINA SAMANA VIIKONPÄIVÄNÄ

1. Ensimmäisen viikon laastari kiinnitetään kuukautisten ensimmäisenä vuotopäivänä. Ehkäisyteho alkaa heti, lisäehkäisyä ei tarvita. HUOMIOI! Jos kiinnität laastarin kuukautistesi alkamispäivän jälkeen, käytä ei-hormonaalista ehkäisymenetelmää vaihtopäivään saakka.

2.-3. Toisen ja kolmannen viikon laastarit käytetään peräkkäisinä viikkoina ensimmäisen jälkeen.

4. Neljäs viikko on laastariton taukoviikko: kolmannen viikon laastari poistetaan, mutta uutta laastaria ei kiinnitetä. Kuukautisvuoto alkaa tauon aikana.

Seuraavan laastarijakson ensimmäinen viikko alkaa jälleen samana vaihtopäivänä. **Laastariton tauko ei saa kestää enemmän kuin 7 päivää!**

ESIMERKKI: *Ensimmäinen vuotopäivä on maanantai: kiinnitä ensimmäinen laastari. Poista seuraavana maanantaina käytetty laastari ja kiinnitä toinen laastari. Viikon kuluttua maanantaina poista käytetty laastari ja kiinnitä kolmas laastari. Seuraavana maanantaina poista laastari ja pidä laastariton taukoviikko, jolloin kuukautisvuodon tulisi alkaa. Aloita seuraavan viikon maanantaina uusi jakso kiinnittämällä ensimmäinen laastari.*

Laastarin vaihtopäivän vaihtaminen

- Jatka meneillään olevat kolme laastariviikkoa loppuun.
- Kiinnitä laastarittomalla viikolla uusi laastari haluamanasi viikonpäivänä. Tästä päivästä tulee uusi viikoittainen vaihtopäiväsi.
- Älä koskaan ole ilman laastaria enemmän kuin 7 päivää peräkkäin.

Muistutustarrat

Laastaripussissa on neljä muistutustarraa, jotka voit liimata kalenteriisi vaihtopäivän kohdalle.

Voit myös laittaa itse kännykkääsi muistutuksen vaihtopäivästä.

VAIHTO TOISESTA EHKÄISYMENETELMÄSTÄ EVRAAN®

Vaihto yhdistelmäehkäisypilleristä tai -renkaasta

Jatka käyttämääsi ehkäisyä kuurin loppuun. Aloita Evra® kuukautisvuodon ensimmäisenä päivänä.

Vaihto minipillereistä

Minä päivänä tahansa. Kiinnitä Evra®-laastari ensimmäisenä päivänä minipillereiden lopettamisen jälkeen. Käytä ei-hormonaalista ehkäisyä (esim. kondomia) 7 päivän ajan seuraavan laastarin vaihtoon saakka.

LAASTARIN KIINNITYS

Huomioitavaa!

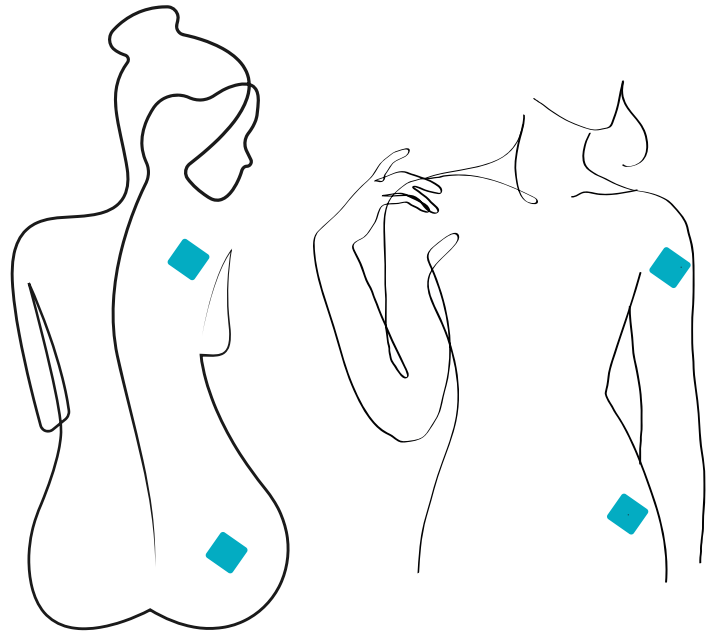
- Vain yksi laastari kerrallaan! Poista vanha laastari ennen uuden kiinnittämistä.
- Älä levitä kiinnityskohtaan tai sen lähelle ihovoidetta, kosteusemulsiota talkkia tai meikkiä.
- Kiinnitä se aina puhtaalle, kuivalle iholle.
- Varmista, että laastari kiinnittyy kunnolla.

Pussin avaaminen

- Repäise suojapussi auki sivusta yläreunaa pitkin. Älä käytä saksia!
- Laastarin päällä on kirkas muovikelmu, jota ei saa irrottaa pussia avatessa.
- Tartu laastarin kulmaan ja irrota se varovasti muovikelmuineen pussista.
- **Säästä avattu pussi laastarin hävitystä varten!**

Laastarin sijoittaminen

- Laastarin voi kiinnittää pakaraan, vatsaan olkavarren ulkosyrjään tai yläselkään.
- **Älä koskaan kiinnitä laastaria rintoihisi.**
- Laastari kiinnitetään kohtaan, jossa tiukka vaatetus ei hankaa sitä.
- Kiinnityskohta voi vaihdella viikoittain. Jo kiinnitetyn laastarin paikkaa ei kuitenkaan saa vaihtaa.
- Laastarin voi kiinnittää myös samalle alueelle, mutta ei samaan kohtaan. Esimerkiksi kiinnitä vatsan alueella seuraava laastari vastakkaiselle puolelle vatsaa.
- Älä kiinnitä laastaria punoittavalle, ärtyneelle tai haavaiselle iholle.



Kiinnittäminen

- Vedä puolet laastarin muovikelmusta irti. Älä koske liimapintaan ettei laastarin kiinnitys heikkene.
- Paina avaamasi liimapinta puhdistetulle ja kuivalle iholle. Vedä sitten loput muovikelmusta irti.
- Paina laastaria kämmenellä 10 sekunnin ajan.
- Varmista sen jälkeen sormilla reunojen kiinnitys.
- Tarkista päivittäin, että laastari on kunnolla kiinni.

Käytetyn laastarin irrottaminen

Irrottaminen on helppoa: tartu laastarin kulmaan ja repäise se irti. Jos ihoon jää liimaa, se irtoaa hieromalla kohtaa öljyllä tai ihovoiteella.

Hävitä käytetty laastari oikein

- Avaa etiketti nuolen kohdalta. Aseta käytetty laastari aukkoon liimapinta alaspäin.
- Poista etiketin suojapaperi ja liimaa pussi tarralla kiinni.

- Jos sinulla ei ole pussia, taita käytetyn laastarin liimapinnat vastakkain.
- Suojele ympäristöä. Älä heitä viemäriin tai talousjätteiden joukkoon! Kysy apteekista, kuinka laastari hävitetään.

TÄRKEÄÄ HUOMIOITAVAA!

- Käytä Evraa® aina ohjeiden mukaisesti. Käyttövirheet lisäävät raskauden riskiä.
- Kerro aina lääkärin tai sairaanhoitajan tavatessasi kaikista käyttämistäsi lääkkeistä. Jotkin niistä voivat heikentää Evran® tehoa
- Käytä aina kondomia uudessa seksisuhteessa. Evra® ei suojaa sukupuolitaudeilta (kuten herpes, klamydia, kondylooma, tippuri tai hiv).
- Evra® on lääkevalmiste – pidä se aina lasten ulottumattomissa.
- Älä koskaan anna Evra®-laastareitasi muiden käyttöön.
- Käytä laastaria säännöllisesti, vaikka yhdyntöjä ei olisikaan usein.

EVRA®- USEIN KYSYTTYÄ

Ohessa vastauksia yleisimpiin Evran® käyttöön liittyviin kysymyksiin. Keskustele lääkärin tai sairaanhoitajan kanssa, jos haluat tietää lisää tai ehkäisylaastarisi ei tunnu miellyttävältä.

Soveltuuko Evra® kaikille?

On tärkeää, että ehkäisylaastarien käyttö on miellyttävää ja että voit hyvin niitä käyttäessäsi. Kuten kaikki ehkäisyvalmisteet, myös Evra® voi aiheuttaa sivuvaikutuksia kuten päänsärkyä, pahoinvointia, kuukautishäiriöitä, mielialan vaihteluita ja kipuja rinnoissa. Osa sivuvaikutuksista voi hävitä ajan kuluessa. Osa käyttäjistä ei saa mitään sivuvaikutuksia.

Aiheuttaako Evra® painonnousua?

Ei ole tutkimuksia, joiden mukaan naisten paino yleisesti nousisi Evran® tai muiden ehkäisyvalmisteiden vaikutuksesta. Joidenkin naisten paino voi kuitenkin nousta. Joidenkin paino voi myös laskea, mutta se ei ole tavallista.

Miten toimia, jos Evran® vaihto unohtuu?

Unohdus ensimmäisellä viikolla. Jos uuden jakson ensimmäisen laastarin kiinnitys viivästyy vuorokaudella (yli 24 tuntia), sinun on käytettävä lisäehkäisyä 7 vuorokautta. Kiinnitä uuden jakson ensimmäinen laastari heti muistaessasi. Tämä päivä on uusi vaihtopäiväsi.

Unohdus viikolla 2 tai 3. Jos laastarin kiinnitys myöhästyy 1-2 vrk (alle 48 tuntia), vaihda käytetty laastari uuteen välittömästi. Vaihda seuraava laastari normaalisti vaihtopäivänäsi. Lisäehkäisyä ei tarvita.

Jos laastarin kiinnitys myöhästyy 2 vrk (yli 48 tuntia), laastari on vaihdettava uuteen mahdollisimman pian, ja aloitettava neljän viikon jakso alusta uudestaan. Tämä päivä on myös vaihtopäiväsi uusille viikkojen 2 ja 3 laastareille. Käytä lisäehkäisyä 7 vuorokauden ajan.

Unohdus viikolla 4. Irrota laastari heti kun muistat. Aloita seuraava jakso normaalisti vaihtopäivänä. Lisäehkäisyä ei tarvita.

Pidä aina ei-hormonaalista ehkäisyä saatavilla mahdollisten käyttövirheiden varalta (kuten kondomeja, ehkäisyvaahtoa tai ehkäisysieniä).

Miten toimia, jos Evra® irtoaa osittain tai kokonaan?

Evra® kiinnittyy erinomaisesti. 70 000 kpl:n laastaritutkimuksessa alle 3 % irtosi osittain ja alle 2 % kokonaan. Jos laastari irtoaa osittain tai kokonaan ennen vaihtopäivää, toimi seuraavasti:

Osittain tai kokonaan irti alle 24 tuntia. Vaihda laastari uuteen. Lisäehkäisyä ei tarvita eikä vaihtopäivä muutu.

Osittain tai kokonaan irti yli 24 tuntia, tai jos olet epävarma kuluneesta ajasta. Vaihda laastari uuteen. Raskauden ehkäisemiseksi aloita kyseinen jakso alusta. Tästä tulee myös uusi vaihtopäiväsi. Lisäehkäisyä on käytettävä 7 vuorokautta laasta-rin kiinnittämispäivästä. Samalla taukoviikkosi siirtyy eteenpäin.

Rajoittaako Evran® käyttö normaalia elämää?

Voit käydä kylvyssä, suihkussa tai uimassa sekä harrastaa liikuntaa aivan kuten ennenkin. Evran® pysyvyys on testattu näissä olosuhteissa.

Saanko kuukautiset joka kuukausi?

Käyttäessäsi Evraa® oikein, kuukautisvuotosi tulisi alkaa laastarittoman viikon aikana (viikko 4). Jatka laastarin käyttöä seuraavan jakson ajan, jos yhdet kuukautiset jäävät väliin laastarin oikeasta käytöstä huolimatta.

Voit olla raskaana, jos et ole käyttänyt laastaria ohjeiden mukaisesti etkä ole saanut kuukautisia yhteen tai kahteen kertaan. Ota yhteys lääkäriin, hoitajaan tai tee raskaustesti. Lopeta laastarin käyttö, jos raskaustesti on positiivinen.

Miten siirrän kuukautisiani?

Voit siirtää kuukautisiasi jättämällä taukoviikon väliin ja kiinnittämällä uusi laastari normaalina vaihtopäivänä. 1 lisäviikko siirtää kuukautisiasi viikolla eteenpäin, 2 lisäviikkoa 2 viikkoa eteenpäin. Voit käyttää yhteensä 6 laastaria peräkkäin eli siirtää kuukautisiasi enintään kolme viikkoa eteenpäin. Pidä tämän jälkeen taukoviikko, jolloin kuukautisvuoto alkaa. Kuukautisten siirtäminen saattaa aiheuttaa tiputtelu- tai läpäisyvuotoa.

Soveltuuko tupakointi Evran® käyttäjille?

Tupakointi lisää haittavaikutusten riskiä erityisesti yli 35-vuotiailla.

Suojaako Evra® sukupuolitaudeilta?

Ehkäisylaastari ei suojaa HIV-tartunnalta eikä muilta sukupuolitaudeilta. Käytä kondomia lisäehkäisynä sukupuolitaudeilta suojautumiseen.

Suojaako Evra® huonommin raskaudelta, jos oksennan tai saan ripulin??

Evra® suojaa normaalisti taudista huolimatta, koska hormonit imeytyvät laastarista ihon kautta.

Miten toimia, jos haluan tulla raskaaksi?

Lopeta Evran® käyttö laastarittomaan viikkoon, kun et enää tarvitse ehkäisyä tai haluat tulla raskaaksi. Lopettamisen jälkeen kuukautisesi voivat olla aluksi epäsäännölliset, varsinkin, jos kuukautisesi ovat olleet epasäännolliset jo ennen Evran® käyttöä.

Miten Evraa® säilytetään?

Säilytä laastarit suojapussissa huoneenlämmössä (+1–25 °C). Älä säilytä kylmässä tai lämpimässä. Laastarin pysyvyys heikkenee näissä lämpötiloissa. Matkustaessasi pidä laastarit käsimatkatavaroissasi!

Voinko käyttää muita lääkevalmisteita samanaikaisesti Evran® kanssa?

Kerro sairaanhoitajalle tai lääkärille, jos käytät muita lääkevalmisteita, myös reseptivapaita tai rohdoksia. Jotkut lääkevalmisteet voivat heikentää raskauden suojaa tai aiheuttaa odottamattomia vuotoja. Tämä koskee muun muassa valmisteita, joita käytetään epilepsian, tuberkuloosin, korkean verenpaineen ja HIV-infektion hoitoon sekä antibiootteja muita infektioita vastaan ja mäkikuismaa sisältäviä rohdoksia.

TÄRKEÄÄ! Kerro aina sairaanhoitajalle tai lääkärille, että käytät Evraa®!

Evra® voi heikentää joidenkin lääkkeiden tehoa

Tällaisia lääkkeitä voivat olla

- siklosporiinia sisältävät lääkevalmisteet
- lamotrigiini epilepsian hoitoon (tämä voi lisätä kouristuskohtausten riskiä)

Voinko tulla raskaaksi heti lopetettuani Evran® käytön?

Kyllä. Voit tulla raskaaksi jo ensimmäisen kuukauden aikana Evran® lopettamisesta.

Voinko aloittaa Evran® käytön heti jälkiehkäisypillerin ottamisen jälkeen?

Eri jälkiehkäisyvalmisteet vaikuttavat eri tavalla. ellaOne® jälkiehkäisytabletti tulee ottaa 120 tunnin (5 päivän) kuluessa suojaamattomasta yhdynnästä tai kun jokin ehkäisymenetelmä on epäonnistunut. Otettuasi ellaOne®-tabletin, odota 5 päivää ennen kuin aloitat Evra®-hoidon tai muun hormonaalisen menetelmän, koska ne voivat heikentää ellaOnen® vaikutusta. Sinun tulee käyttää kondomia tai muuta suojausta 2 viikon ajan ellaOne®-jälkiehkäisypillerin ottamisen jälkeen.

NorLevo® tai Postinor® -jälkiehkäisytabletti tulee ottaa 72 tunnin (3 päivän) kuluessa suojaamattomasta yhdynnästä, tai jos jokin ehkäisymenetelmä on epäonnistunut. Otettuasi NorLevo® tai Postinor® -jälkiehkäisytabletin voit välittömästi jatkaa, tai aloittaa, Evran® tai muun hormonaalisen menetelmän käytön. Sinun tulee käyttää kondomia tai muuta suojausta viikon ajan NorLevo® tai Postinor® -jälkiehkäisytabletin ottamisen jälkeen.

Milloin voin aloittaa Evran® raskauden, abortin tai keskenmenon jälkeen?

Seuraa sairaanhoitajan tai lääkärin suositusta.

Milloin on hakeuduttava välittömästi lääkärin hoitoon?

- jos saat veritulpan oireita. Näitä voivat olla: kipu tai turvotus jalassa, selittämätön rintakipu, hengenahdistus tai epätavallinen yskä. Tarkka luettelo oireista pakkausselosteessa
- jos saat maksaoireita. Näitä voivat olla: yhtäkkinen voimakas vatsakipu tai ihon keltaisuus
- jos koet äkillistä voimakasta kipua alavatsassa, löydät kyhmyn rinnastasi, saat voimakkaita vuotoja tai kärsit voimakkaasta kutinasta tai huimauksesta
- ota yhteys lääkäriin, jos epäilet olevasi raskaana tai jos sinulle suunnitellaan leikkausta.

TÄRKEÄÄ! Varaa heti aika muualta, jos et pääse oman sairaanhoitajasi tai lääkärisi hoitoon.

Haluatko tietää enemmän ehkäisylaastaristasi?

Lue pakkauksessa oleva pakkausseloste tai vieraile www. laakeinfo.fi, klikkaa ”Nimihaku” ja kirjoita ”Evra”.

Tämä teksti perustuu elokuussa 2021 päivättyyn Evra valmisteyhteenvetoon.

GEDEON RICHTER

Barnhusgatan 22, 111 23 Tukholma, Ruotsi
P. +46 8 611 24 00