

# Prævention med hormoner

## – ikke bare piller

AF **MARIANNE MØLLER FARMACEUT**,  
INSTITUT FOR RATIONEL FARMAKOTERAPI  
FOTO **POLFOTO**

Den mest effektive beskyttelse mod graviditet er i dag at tage hormoner. Men der er også andre gode præventionsmuligheder: Kondom, pessar og spiral. En mere usikker metode er sæddræbende creme.

I denne artikel fortæller vi udelukkende om hormoner, som cirka hver tredje kvinde i Danmark bruger. Tidligere var P-piller den eneste valgmulighed. I dag er der flere forskellige slags prævention med kønshormoner.

### Mange forskellige p-typer

De traditionelle p-piller indeholder både kunstigt østrogen – ethinylestradiol – og gestagen. Der er forskellige gestagener i p-piller, hvilket inddeler medicinen i såkaldte »generationer« fra 1.-4. generation afhængigt af, hvornår de er kommet på markedet. Både 1., 2. og 3. generations gestagener er dannet ud fra det mandlige kønshormon testosteron, mens 4. generations gestagen er forskelligt fra de øvrige gestagener og ofte giver færre bivirkninger som akne, kvalme og humørsvingninger.

Man kan også inddele pillerne efter dosis. Så taler man om lav-

og højdosis p-piller. Lav-dosis p-piller indeholder fra 20-35 mikrogram ethinylestradiol, hvorefter man altid tilstræber at bruge den lavest mulige dosis. Det kan dog være for lidt for nogle kvinder til at forhindre pletblødninger mellem menstruationerne.

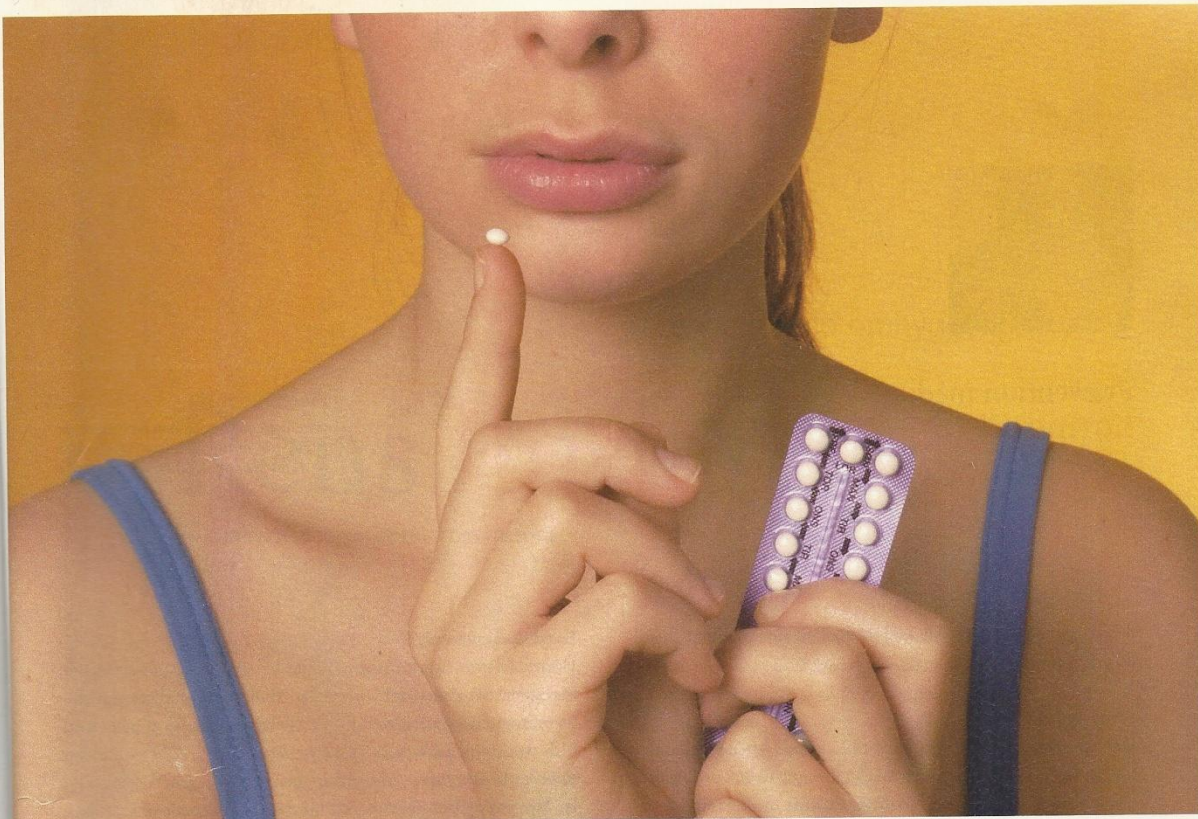
Endelig kan man tale om flerfase- eller sekvens-præparater, hvor p-pillerne indeholder forskelligt hormon til de forskellige perioder i menstruationscyklus. Dette illustreres med farver på pillerne i pakningen.

Nyere præventionsformer til kvinder, som for eksempel p-plaster og p-ring, indeholder både østrogen og gestagen, og i samme mængder som i p-piller. Forskellen er, at hormonindholdet ikke skal passere gennem mave-tarm-kanalen, før det når ud i blodet, så der på den måde går hormon »tabt«. De nye hormon-produkter virker ved, at hormonindholdet går via huden eller vagina direkte over i blodbanen. Den dosis, der optages i blodet, og dermed virker forebyggende mod graviditet, er dog den samme.

Der er også midler, der kun indeholder gestagen. Det gælder mini-piller-stav, spiral og injektionsdepot. Endelig er der fortrydelsespiller, som også kun indeholder gestagen – og som kun bør bruges ved »uheld«, hvor man mod sin vilje har risiko for at blive gravid efter et samleje.

### Hvordan virker p-piller?

Østroget i hormonel beskyttelse mod graviditet virker ved at



Den mest effektive form for beskyttelse mod graviditet er at tage hormontilskud, i daglig tale kaldet p-piller. Men p-piller kan i dag både være piller, plaster, p-ringe og p-stave. Læs om virkning, bivirkning og pris af de forskellige midler.

stabilisere slimhinden i livmoderen og på den måde opretholde en regelmæssig cyklus hos kvinden. I langt de fleste slags medicin – på nær de traditionelle mini-piller – er gestagen-indholdet højt nok til at forhindre, at der løsnes et æg til befrugtning. Herudover gør gestagenet slimen i livmoderhalskanalen uigennemtrængelig for sædceller og gør slimhinden i livmoderen uimodtagelig for et befrugtet æg.

#### Hvad er de helbredsmæssige fordele?

Foruden at modvirke graviditet virker p-piller med østrogen og gestagen også ved en række sygdomme, som akne, kraftige smertefulde menstruationer, migræne (uden aura), øget behåring og præmenstruelt syndrom.

Blandt de mere alvorlige sygdomme, mener man, at risikoen for kræft i æggestokkene er en smule lavere, hos de, der bruger p-piller. Risikoen nedsættes selv efter et kortvarigt (3-6 måneders) brug

af p-piller, og holder sig i mange år efter man er stoppet med at bruge medicinen.

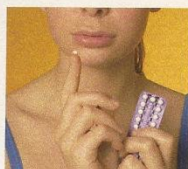
#### Hvad er bivirkningerne?

De mest almindelige bivirkninger er pletblødning, brystspænding, humørforandringer og hovedpine. Overvægtige kvinder (BMI over 27) bør muligvis bruge en større dosis for at få nok hormon til at forebygge graviditet. Bivirkningerne ved de nye former (p-plaster og p-ring) er nogenlunde som for de traditionelle lavdosis p-piller. Dog kan plastret også give hudgener.

Herudover kan hormonerne give en minimal risiko for nogle mere alvorlige bivirkninger. Generelt er risikoen lavest ved lave doser:

#### Forhøjet blodtryk

Hvis man er over 25 år, bør man få tjekket blodtrykket, når man starter med p-piller. Alle bør få tjekket blodtrykket efter tre måne- ➔



## Prævention med hormoner

- ikke bare piller

netdoktor.dk

Læs mere om prævention på Netdoktor.  
Findes via linket 'alle emner' på forsiden  
af Netdoktor og derefter 'sex og samliv'.

- der. Et højt blodtryk er ikke i sig selv nok til at stoppe en behandling med p-piller.

### Blodpropper

Der kan være en lille øget risiko for blodprop i hjernen, hjertet, lunger og ben i størrelsesordenen 2-4 flere pr. 10.000 p-pille brugere i forhold til, hvis man ikke brugte denne medicin. Blodpropper ses dog især hos kvinder, der i forvejen har forhøjet blodtryk, sukkersyge, eller er storrygere.

### Brystkræft

Kvinder, der i forvejen har arveligt betinget brystkræft i familien, frarådes at bruge p-piller.

### Livmoderhalskræft

Risikoen er formentligt en smule højere hos p-pille brugere efter 5 års brug, men denne forskel kan dog også skyldes andre forhold, som man ikke kender i dag.

### Interaktioner med anden medicin.

Medicin mod epilepsi, naturmedicin med perikum og flere andre slags medicin kan ophæve virkningen af p-piller. Tjek indlæggssedlerne, før du bruger forskellig medicin samtidigt.

### P-piller til helt unge

Fra statistikker ved vi, at også helt unge piger nogle gange bruger p-piller. Da den seksuelle lavalder er 15 år, er behandlingen generelt ikke anbefalet.

### Prisen svinger meget

Medicin til forebyggelse af graviditet koster fra ca. 20-96 kr. om måneden. De traditionelle lavdosis mini-piller er blandt de billigste midler, mens de nyere produkter kan være op til tre gange dyrere pr. måned. Der er ikke tilskud til medicinen.

### Hvad skal man vælge?

Hormonel prævention bruges til raske kvinder, så det er især vigtigt at begrænse risikoen for bivirkninger. Midlerne forebygger graviditet omtrent lige godt, men det mest effektive middel er p-piller med både østrogen og gestagen. Til gengæld har disse produkter lidt flere alvorlige bivirkninger end medicin med rent gestagen, fx mini-piller. Nye præventionsformer med hormon er velegnede til kvinder, der har problemer med at tage piller eller som har uacceptable bivirkninger. De er også velegnede til kvinder, der gerne vil prøve de nye former, og som kan acceptere en højere pris. Hvis du er i tvivl, så tjek med din læge eller med dit apotek.

Læs mere på [www.medicinmedfornuft.dk](http://www.medicinmedfornuft.dk)

### HVEM BØR IKKE BRUGE HORMONEL BESKYTTELSE MOD GRAVIDITET:

- Kvinder med meget højt blodtryk eller kvinder der tidligere har haft blodprop.
- Kvinder der har arveligt betinget brystkræft i familien.
- Kvinder som er svært overvægtige (BMI - body mass index - over 30).
- Kvinder med diabetes, som ikke er velregulerede. Diabetikere skal desuden tage nogle forholdsregler i forbindelse med den anden medicin, de bruger.
- Kvinder med epilepsi skal tage nogle forholdsregler i forbindelse med brug af p-piller.
- Kvinder med migræne (uden aura), da risikoen for blodprop i hjernen i forvejen er højere hos disse kvinder.
- Kvinder, der bruger naturmedicin med perikon (grønne lykkepiller) bør undgå naturmedicinen, mens de bruger p-piller. Perikon har interaktioner med p-piller, så deres virkning som graviditetsforebyggelse mindskes.