



Både p-stav og p-piller?

Spørsmål: Jeg har nettopp begynt på p-stav og vet at de første 14 dagene er man ikke beskyttet mot graviditet. Hjelper det om man bruker p-piller i de dagene? Eller er det ikke lurt å kombinere to prevensjonsmidler?

Svar: P-staven (Nexplanon) er en bøyelig plaststav som virker ved å hemme eggøsningene og påvirke sekretet i livmorhalsen slik at det blir mindre gjennomtrengelig for spermier. Nexplanon er tilsatt et kvinnelig kjønnshormon, er 4 centimeter lang og 2 millimeter tykk og blir plassert inn under huden på overarmen. Det er anbefalt at den innsettes mellom 1. og 5. dag av menstruasjon. Da er man beskyttet mot å bli gravid fra innsettingsidspunktet. Hvis den settes inn senere i menstruasjonssyklus, må man bruke annen prevensjon i tillegg de etterfølgende syv dagene. P-piller er ikke egnet som tilleggsprevensjon ettersom også de må brukes i syv dager før du er beskyttet mot å bli gravid. Den beste løsningen er derfor å velge kondom.