

## Akuta preventivmetoder

Om du har haft samlag utan preventivmedel eller misslyckats med din preventivmetod, t ex glömt att ta dina p-piller eller att kondomen gått sönder, kan risken för en oönskad graviditet minskas med hjälp av någon av de akuta preventivmetoderna.

### Kopparspiral

Den mest effektiva metoden är kopparspiral. Kopparjonerna påverkar miljön i livmodern så att befruktning förhindras eller ett befruktat ägg inte kan få fäste i livmoderslemhinnan. Kopparspiral kan förhindra graviditet till nästan 99 % om den sätts in inom 5 dagar efter oskyddat samlag.

Om du önskar kan du fortsätta använda kopparspiralen som preventivmetod upp till 5 år. Därefter bör den bytas. Om du inte trivs med kopparspiral kan du, när graviditet uteslutits efter ca 3-4 veckor, byta till annan metod.

### Akut p-piller

Akut p-piller verkar genom att skjuta fram eller hämma ägglossningen och bör tas så snabbt som möjligt efter oskyddat samlag. De kan köpas receptfritt på apotek. Du som är under 20 år kan få dem gratis på Ungdomsmottagningen.

Det finns två typer av akut p piller:

- **ellaOne®** innehåller hormonet ulipristalacetat. Det rekommenderas i första hand då det har bäst effekt och kan ge skydd även om ägglossningen är nära.
- **Norlevo®, Postinor®, Levodonna®** innehåller hormonet levonorgestrel. Det rekommenderas i första hand till dig som redan använder ett hormonellt preventivmedel och till exempel har glömt att ta ditt p piller. Du fortsätter sedan som vanligt med ditt preventivmedel.

Om ägglossning redan skett eller är mycket nära har akut p-piller ingen effekt. De kan inte framkalla abort. Eftersom akut p piller skjuter fram ägglossningen kan du bli gravid om du har ytterligare oskyddade samlag. **Undvik därför oskyddade samlag de närmaste två veckorna.**

### Börja med p piller?

Om du har tagit ellaOne® bör du vänta 5 dagar innan du börjar med p-piller, p-stav eller annan hormonell metod eftersom dessa preventivmedel kan minska effekten av ellaOne®.

### Graviditetstest

Ingen akut preventivmetod ger fullständigt skydd. Det är därför viktigt att ta reda på om graviditet ändå uppkommit. Du måste göra ett graviditetstest 3-4 veckor efter insättning av kopparspiral eller intag av akut p-piller.

Kontakta din barnmorska på Ungdomsmottagningen eller Barnmorskemottagningen för hjälp med detta och för ytterligare information eller svar på dina frågor.