

Запомните,  
противозачаточные  
таблетки **не защищают**  
**от инфекций**  
**передающихся**  
**половым путем**  
**(ИППП) и ВИЧ.**  
Чтобы защитить себя,  
всегда используйте  
презервативы!



## КАК ДЕЙСТВУЮТ ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЕ ТАБЛЕТКИ?

- Противозачаточные таблетки содержат гормоны, которые вырабатываются организмом. Эти гормоны останавливают созревание яйцеклеток. Без яйцеклетки вы не сможете забеременеть.
- Ни одно противозачаточное средство не дает 100% гарантии. Если вы не забываете принимать противозачаточные таблетки вовремя, их эффективность составляет 99%. Если вы пропустили прием таблетки, эффективность падает до 91%.

## КОГДА НАЧИНАТЬ ПРИНИМАТЬ ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЕ ТАБЛЕТКИ?

- Существует 2 способа начала приема противозачаточных таблеток:
  - **Быстрый старт:** начните прием таблеток в любой день.
  - **В начале менструации:** начните прием таблеток в начале 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 ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫЕ ТАБЛЕТКИ?

- 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.
- **Я забыла принять ДВЕ и более таблетки:** Примите таблетку как можно быстрее. Примите следующую таблетку 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 ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ ТАБЛЕТОК, 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 ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ ТАБЛЕТОК

- Противозачаточные таблетки являются безопасным и эффективным средством контрацепции.
- Менструации становятся более регулярными и менее обильными, а их продолжительность сокращается. Кроме того, кожа становится чище.
- Прием противозачаточных таблеток снижает риск заболевания раком матки и яичников.
- Противозачаточные таблетки **никак не влияют** на способность забеременеть в будущем после окончания их приема.

## КАК Я БУДУ СЕБЯ ЧУВСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ПРИЕМА ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ ТАБЛЕТОК?

- Ваше самочувствие никак не изменится. В течение первых 2-3 месяцев может отмечаться тошнота, кровянистые выделения в промежутках между менструациями, изменение массы тела и/или болезненные ощущения в груди. Все эти симптомы исчезают через 2-3 месяца.

## ИМЕЮТСЯ ЛИ У ПРОТИВОЗАЧАТОЧНЫХ ТАБЛЕТОК ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ?

- Противозачаточные таблетки являются абсолютно безопасным средством. Побочные эффекты отмечаются редко. Если вы заметили у себя какие-либо из нижеуказанных симптомов, проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом.
  - Боли в ногах, отечность и покраснение кожи
  - Сильная головная боль
  - Слабость или онемение какой-либо стороны тела
  - Проблемы со зрением
  - Боли в груди
- Ваш лечащий врач сможет определить, являются ли эти симптомы признаками серьезной проблемы.