## Nødprevensjon

Hvis kondomet sprekker eller glir av, kan nødprevensjon (også kalt angrepille) hindre graviditet. Det kan også være nødvending med nødprevensjon hvis man har brukt prevensjon feil eller ikke har brukt prevensjon.

**Nødprevensjon i pilleform**

Nødprevensjon gir mindre sjanse for graviditet. Pillen må tas så tidlig som mulig, helst med én gang etter samleiet og senest innen 120 timer (eller 5 døgn).

*Ellaone* fås kjøpt uten resept på apotek. Det er ingen aldersgrense på apoteket. Noen butikker og bensinstasjoner selger også nødprevensjon, og utenom apotek er det satt en 18-årsgrense på kjøp. Følg bruksanvisningen som følger med i esken.

Det finnes også en nødprevensjon som kan virke innen 72 timer (eller 3 døgn). Denne heter *Norlevo* eller *Postinor* fås også kjøpt uten resept. Ellaone har litt bedre effekt enn Norlevo og Postinor.

Den vanligste bivirkningen er kvalme. Ved å ta pillen sammen med mat kan du unngå kvalme. Hvis du kaster opp innen 2 timer etter at pillen er tatt, må du ta ny pille.

Andre bivirkninger av tablettene kan være hodepine, svimmelhet og ømme bryst.

Neste menstruasjon kan komme litt tidligere eller litt senere enn forventet. Det er også vanlig å få blødningsforstyrrelser etter bruk av nødprevensjon.

Nødprevensjon forhindrer ikke alltid svangerskap, så vi anbefaler at du tar en graviditetstest når det har gått minst 2 uker.

Hvis du bruker kondom som eneste beskyttelse mot graviditet, anbefaler vi at du har nødprevensjon liggende tilgjengelig hjemme i tilfelle det skjer en feil ved bruk av kondom.

Hvis det er svært viktig å ikke bli gravid er det også mulig å sette inn en *kobberspiral* i livmoren som nødprevensjon. Kobberspiral kan settes inn innen 120 timer (eller 5 døgn) etter samleiet og har tilnærmet 100 % effekt mot graviditet. Om du ønsker å beholde spiralen har du dessuten prevensjon som varer i 5 år. Lege, helsesøster eller jordmor kan sette inn kobberspiral.

**Bruk av annen prevensjon etter nødprevensjon**

Hvis du vanligvis bruker prevensjon med hormoner, og har tatt nødprevensjon, må du bruke kondom de første dagene etterpå for å være sikker mot graviditet. Du må også bruke kondom i noen dager hvis du skal starte med ny prevensjon etter å ha tatt nødprevensjon. Du bør også ta en graviditetstest (kan tas tidligst 2 uker etter samleiet).

*Etter Norlevo og Postinor*Hvis du skal starte opp med, eller fortsette med, p-piller, p-plaster eller p-ring etter å ha tatt Norlevo eller Postinor:

Fortsett å bruke hormonell prevensjon som vanlig.

Bruk kondom i tillegg i 7 dager.

Unntaket er p-pillen Qlaira. Tar du denne, må du bruke kondom i tillegg i 9 dager.

Hvis du skal starte opp med, eller fortsette med, gestagen p-piller (Cerazette eller Azalia) etter å ha tatt Norlevo eller Postinor:

Fortsett å bruke hormonell prevensjon som vanlig.

Bruk kondom i tillegg i 2 dager.

*Etter Ellaone*Hvis du skal starte opp med, eller fortsette med, p-piller, p-plaster eller p-ring etter å ha tatt Ellaone:

Fortsett å bruke hormonell prevensjon som vanlig.

Bruk kondom i tillegg i 14 dager.

Unntaket er p-pillen Qlaira. Tar du denne, må du bruke kondom i tillegg i 16 dager.

Hvis du skal starte opp med, eller fortsette med, gestagen p-piller (Cerazette eller Azalia) etter å ha tatt Ellaone:

Fortsett å bruke hormonell prevensjon som vanlig.

Bruk kondom i tillegg i 9 dager.

Ved oppstart av ny prevensjon er det viktig å informere den som skal skrive ut prevensjon til deg at du nylig har tatt nødprevensjon.

**Har du spørsmål?
Ring oss på telefon 22 99 39 00 eller chat med oss på www.sexogsamfunn.no**