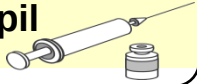


De prikpil



De prikpil

- Een prikpil elke 2 of 3 maanden afhankelijk van het type
- Zeer effectief
- Duurt vaak langer om zwanger te worden na stoppen
- Erg veilig
- Maandelijkse bloeding verandert
- Geen bescherming tegen SOA's of HIV/AIDS

Volgende stap:



Over de langwerkende prikpil:

- DMPA en NET-EN zijn twee typen langwerkende prikpillen.
- Bevatten progesteron maar geen oestrogene hormonen.
- Werken voornamelijk door de ovulatie te stoppen (zie bijl.4 & 5).
- U hoeft geen exemplaren thuis te houden.

- “Zult u op tijd terug kunnen komen voor injectties?”
- “Hoe zult u zichzelf eraan herinneren?”

- **Zeer effectief** mits de cliënt op het juiste tijdstip terugkomt voor de prikpil
- “Zoekt u naar een methode die u gemakkelijk en effectief kunt gebruiken?”

- Nadat u met de prikpil gestopt bent is er een vertraging van enkele maanden voordat de meeste vrouwen zwanger kunnen raken en soms duurt dit zelfs langer. Het maakt vrouwen niet permanent onvruchtbaar.

- Prikpillen zijn niet schadelijk voor de gezondheid. De kwaliteit van de moedermelk wordt niet beïnvloed (voor vrouwen die borstvoeding geven).

- **Vraag of er problemen of vragen zijn:**
“Wat heeft u over de prikpil gehoord?”

- **Leg vaak voorkomende mythen uit.** (Zie ook Bijlage 10.)

- **Bijwerkingen:** zie pagina LI3.

- **Voor SOA/HIV/AIDS bescherming gebruik ook condooms.**



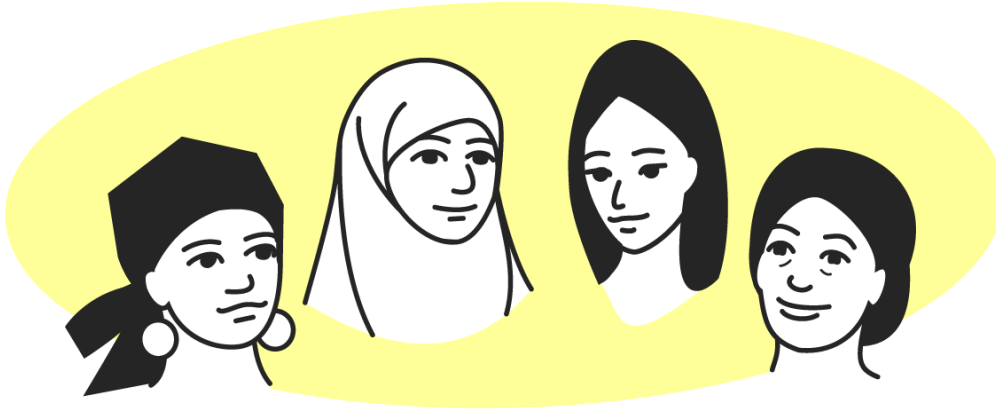
“Wilt u meer weten over de prikpil of wilt u over een andere methode praten?”

Als de cliënt meer wil weten over de prikpil, ga naar de volgende pagina.

Om een andere methode te bespreken, ga naar een nieuwe methode tab of de tab Methode Kiezen.

Wie kan de prikpil wel en niet gebruiken

De meeste vrouwen kunnen de prikpil normaal gebruiken



Een vrouw kan de prikpil niet gebruiken als ze:



- **Erg hoge bloeddruk heeft**



- **6 weken of minder borstvoeding geeft**



- **misschien zwanger is**



- **Andere ernstige gezondheidsklachten heeft**



Wie kan de prikpil wel en niet gebruiken

De meeste vrouwen kunnen de prikpil veilig gebruiken. Niet gebruiken als:

- ze hoge bloeddruk heeft →
- 6 weken of minder borstvoeding geeft →
- misschien zwanger is →
- andere ernstige gezondheidsklachten heeft →

Ze kan de prikpil doorgaans niet gebruiken als ze deze ernstige gezondheidscondities heeft. (Als u twijfelt, raadpleeg het handboek of verwijs de cliënt)

Volgende stap:

De cliënt kan de prikpil wel gebruiken:
ga naar de volgende pagina

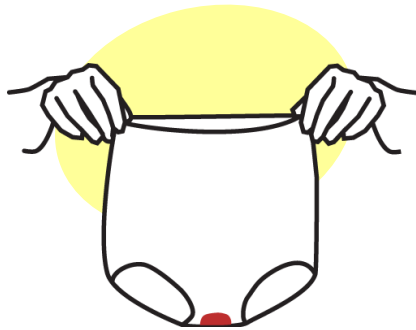
“We kunnen nagaan of u de prikpil veilig kunt gebruiken. Doorgaans moeten vrouwen die één van deze condities hebben een andere methode gebruiken.”

- Controleer de bloeddruk (BD) indien mogelijk. Als de systolische BD 160+ is of de diastolische BD is 100+, help haar om een andere methode te kiezen (maar niet de Pil of maandelijkse prikpils).
- Als een bloeddruktest niet mogelijk is, vraag of ze een hoge BD heeft en ga af op haar antwoord.
- Vraag haar om terug te komen als haar baby 6 weken oud is. Stimuleer haar om door te gaan met borstvoeding.
- Als u twijfelt gebruik de zwangerschapschecklist in Bijlage 1 of doe een zwangerschapstest.
- Heeft ze ooit een beroerte of een probleem gehad met hart- of bloedvaten.
- Heeft 2 of meer risicofactoren voor hartziekte zoals hypertensie, diabetes, roken of oudere leeftijd.
- Diabetes langer dan 20 jaren of ernstige schade door diabetes.
- Heeft een bloedstolling in de longen of diep in de benen. Vrouwen met oppervlakkige stollingen (waaronder spataderen) kunnen de prikpils WEL gebruiken.
- Heeft ooit borstkanker gehad.
- Onverklaarde vaginale bloeding: als de bloeding wijst op een ernstige conditie help haar om een methode te kiezen die geen hormonen bevat om te gebruiken totdat de bloeding is onderzocht
- Ernstige leverziekte of geelzucht (gele huid of ogen).

De cliënt kan de prikpil niet gebruiken:
Help haar om een andere methode te kiezen.

Mogelijke bijwerkingen

*Als u deze methode kiest kan het zijn dat u bijwerkingen ervaart.
Ze zijn vaak geen tekens van ziekte.*



- **Erg normaal:**
Verandering in
menstruatie



- **Normaal:**
Gewichtstoename



- **Minder normaal:**
Enkele andere
gezondheidsklachten



*Wilt u deze methode
proberen en kijken of
het u bevalt*



Mogelijke bijwerkingen

Als u deze methode kiest, kan het zijn dat u last krijgt van enkele bijwerkingen. Ze zijn vaak geen tekens van ziekte.

Erg normaal: Verandering in menstruatie

Normaal: Gewichtstoename

Minder normaal: Andere gezondheidsklachten

- “Het kan even duren voordat het lichaam zich heeft aangepast.”
- Verschillende mensen hebben verschillende reacties op methoden.

Bespreek:

- “Wat zou het hebben van deze bijwerkingen voor u betekenen?”
- “Wat zou u doen?”
- Bespreek eventuele **geruchten of problemen**. Zie bijl. 10 over mythen.



Belangrijk om menstruatieverandering te bespreken:

- verwachtbaar en normaal vooral gedurende de eerste paar maanden van gebruik.
- **Onregelmatige menstruatie en bloedvlekken** zijn normaal in het begin.
- **Amenorroe (geen menstruatie)** komt vaak voor na enkele maanden van gebruik. Geen permanente invloed op vruchtbaarheid. Zelden een teken van zwangerschap. Leg uit dat het bloed zich niet ophoopt in het lichaam.
- **Zware bloeding** is zeldzaam.

Ook erg normaal: Sterkte van botmineraal neemt lichtjes af tijdens gebruik van de prikpil maar neemt weer toe nadat men stopt. Het is niet bekend of dit leidt tot een verhoogd risico op botbreuk.

- Gemiddeld 1 tot 2 kg per jaar maar soms meer.

- **Minder normale bijwerkingen:** lichte hoofdpijn, duizeligheid, stemmingsverandering, maagstoornis (misselijkheid), minder sekslust.

- Nodig de cliënt uit om op elk gewenst moment terug te komen voor hulp.
- “Het is okay om op elk gewenst moment van methode te veranderen.”
- Om bijwerkingen te bespreken zie de tab **Terugkerende Cliënt**.

Volgende stap

Begrijpt de cliënt de bijwerkingen? Is ze gereed om een methode te kiezen?

Als ze besloten heeft om de methode te gebruiken, ga naar de volgende pagina.

Indien nee, bespreek verder of overweeg andere methoden.

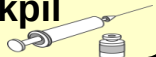


U kunt misschien vandaag beginnen

- U kunt op elke gewenste dag van de menstruatiecyclus beginnen als u zeker weet dat u niet zwanger bent



Wilt u nu beginnen?



U kunt misschien vandaag beginnen

- U kunt op elke gewenste dag van de menstruatie beginnen als we zeker zijn dat u niet zwanger bent



Als de menstruatie begonnen is in de afgelopen 7 dagen:

- Ze kan NU beginnen. Geen extra bescherming nodig.

Als de menstruatiebloeding langer dan 7 dagen geleden is begonnen of als er sprake is van amenorroe (geen menstruatieperiodes):

- Ze kan NU beginnen als ze redelijk zeker is dat ze niet zwanger is (gebruik de zwangerschapchecklist in Bijlage 1). Ze hoeft niet te wachten op de volgende menstruatieperiode om met de prikpil te beginnen.
- Ze moet seks vermijden of condooms gebruiken gedurende 7 dagen na de eerste prikpil.

Na de geboorte als ze borstvoeding geeft:

- Als ze volledig (of bijna volledig) borstvoeding geeft, kan ze vanaf 6 weken na de geboorte beginnen. Geen extra bescherming nodig als ze tussen 6 weken en 6 maanden is na de geboorte en als haar menstruatie niet terug is.
- Als ze gedeeltelijk borstvoeding geeft is het het beste om 6 weken na de geboorte te starten. Langer wachten vergroot het risico op zwangerschap.

Na de geboorte als ze GEEN borstvoeding geeft:

- Ze kan direct beginnen na de geboorte. Als ze in de eerste 4 weken na de geboorte begint, heeft ze geen extra bescherming nodig..

Na miskraam of abortus:

- Ze kan direct na een abortus beginnen. Als ze binnen 7 dagen na een abortus begint, heeft ze geen extra bescherming nodig.
- Als ze verandert van pillen of implantaten is NU de beste tijd om te beginnen.
- Als ze tot nu toe de maandelijkse prikpil gebruikte, moet ze beginnen op het tijdstip waarop ze normaal haar volgende prikpil zou krijgen.
- Als ze tot nu toe het spiraaltje gebruikte en de menstruatie begon langer dan 7 dagen geleden, kan ze met de prikpil beginnen maar het spiraaltje erin laten tot de volgende menstruatie.

Volgende stap:



Indien ja, maak voorbereidingen om de eerste prikpil te geven.

Is de cliënt gereed om nu te beginnen?

Indien nee maak afspraak voor een volgende bezoek (tijdens de volgende menstruatieperiode zou het beste tijdstip zijn). Geef condooms om intussen te gebruiken. Leg het gebruik van condooms uit.

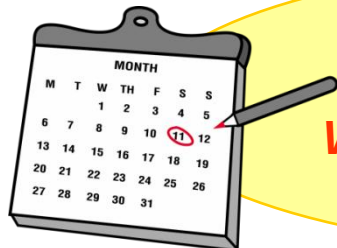
De prikpil krijgen

Uw prikpil:

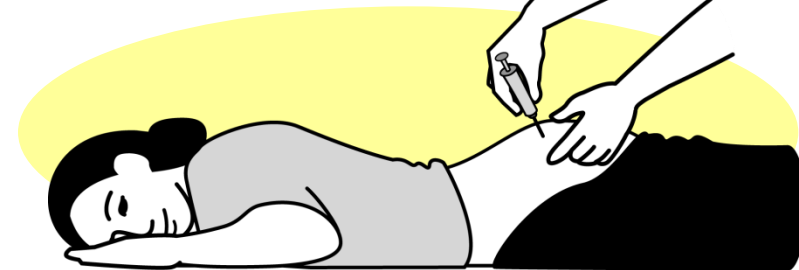
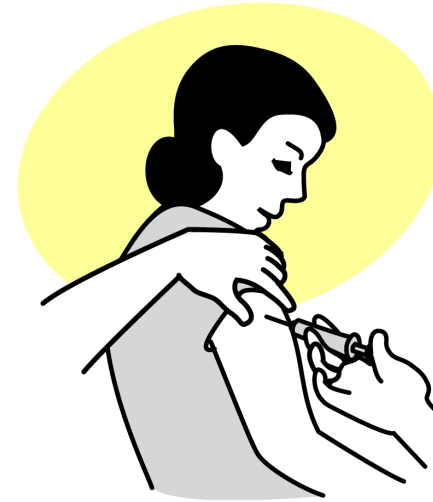
- Kan in uw arm of in uw billen
- Wrijf daarna niet op de plek van het prikje

Wanneer moet u terugkomen:

- Voor DMPA, elke 3 maanden
- Voor NET-EN, elke 2 maanden
- Kom terug zelfs als u laat bent



*Kunt u een kalender
bijhouden?
Wat zal u nog meer helpen
om niet te vergeten?*





De prikpil krijgen

Uw prikpil:



- Kan in uw arm of in uw billen
- Wrijf niet op de injectieplek

Wanneer moet u terugkomen:

- Voor DMPA, elke 3 maanden
- Voor NET-EN, elke 2 maanden
- Kom terug zelfs als u laat bent

Volgende stap:



1. Geef het prikje in een schone, aangewezen plaats of kamer.
2. Was uw handen met zeep en water. Als de huid van de cliënt zichtbaar vuil is, was de plek waar het prikje gegeven zal worden.
3. Indien beschikbaar gebruik elke keer **wegwerpverband en een prikpilsput** uit een nieuw, gesloten pak (niet beschadigd en binnen de vervaldatum). Gebruik wegwerpverband, en prikpilnaalden nooit opnieuw. Als wegwerpverband en prikpil NIET beschikbaar zijn, gebruik alleen verband en prikpillen die **gesteriliseerd zijn met de juiste instrumenten en technieken**. Gooi ze weg of steriliseer naalden die in aanraking zijn gekomen met handen, oppervlakken of niet-steriele voorwerpen.
4. Indien mogelijk gebruik één-dosis ampullen. Controleer de vervaldatum. Schud voorzichtig. Als u een multi-dosis ampul gebruikt controleer wanneer het is geopend. Doorprik het met een STERIELE naald. U hoeft de bovenkant niet af te vegen. Laat de naalden niet in de septum.
5. Spuit de steriele naald diep in de bovenarm of in de bovenbillen.
6. Masseer de plek van het prikje niet. Vertel de cliënt om niet te wrijven.
7. **Gooi naalden en prikpilsputten op de juiste wijze weg.** Na de injectie moet u de naalden niet hersluiten. Plaats deze direkt in de daarvoor bestemde huls na gebruik.

Zie het handboek of medische richtlijnen voor meer informatie.

- “Denkt u dat u zult onthouden wanneer u terug moet komen? Wat zal u eraan helpen denken”
- **Zowel de DMPA en NET-EN herhaalprikpil kunnen tot 2 weken vroeg of laat gegeven worden.** Geen extra bescherming nodig.
- **Indien langer dan 2 weken laat:** ze moet condooms gebruiken of seks vermijden tot ze een prikpil kan krijgen. Ze kan misschien nog steeds een prikpil krijgen. Pagina TC8 van de tab terugkerende cliënt vertelt wat u moet doen als een cliënt laat is.

Bevestig dat de cliënt begrijpt **hoe vaak ze moet terugkomen** en **wat ze moet doen als ze laat is**. Indien niet, bespreek verder.





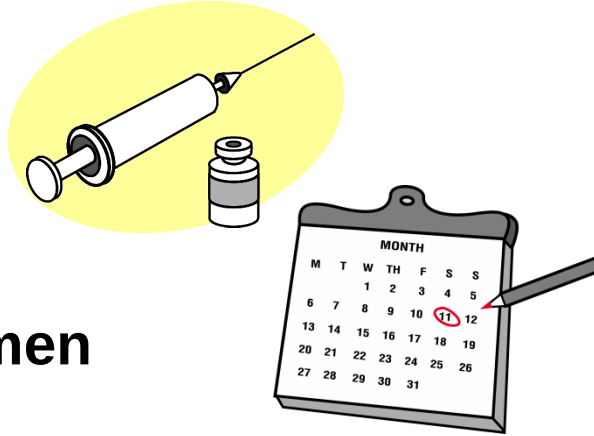
Wat u niet moet vergeten

- Naam van de prikpil:

- Wanneer u terug moet komen voor het volgende prikje:

- Verandering van menstruatie en gewichtstoename zijn normaal. Kom terug als u te veel last heeft.

*Nog iets dat ik kan herhalen of uitleggen?
Nog andere vragen?*



Bezoek een arts of verpleegster als u:

- Een heldere vlek ziet voor uw ogen samen met erge hoofdpijn



Ongewone zware menstruatie of periode duurt erg lang



- Gele huid en ogen



Wat u niet moet vergeten

- Naam van de prikpil
- Wanneer u voor het volgende prikje terug moet komen
- Veranderingen van menstruatie en gewichtstoename zijn normaal. Kom terug als u te veel last heeft.



- Bezoek een arts of verpleegster als u:
 - Een heldere vlek voor uw ogen ziet en erge hoofdpijn (migraineaanval)
 - Ongewone zware menstruatie of lange periode
 - Gele huid of ogen



- U kunt de cliënt een kopie geven van de cliëntenpagina en informatie hierop schrijven.
- Schrijf de datum van het volgende prikje en noteer hoe vaak zij terug moet komen (elke 3 maanden voor DMPA; elke 2 maanden voor NET EN).

- Geef haar condooms in geval ze langer dan 2 weken laat is voor de prikpil.

Terugkerende symptomen:

- “In veel gevallen houden deze symptomen geen verband met de prikpil. Maar een arts of verpleegster moet controleren of er sprake is van een ernstig probleem en of u door kunt gaan met het prikje.”
- “Ik wil dat u weet hoe ze werken en dat u ze niet vergeet.”

- De menstruatie duurt langer dan 8 dagen of is twee keer zo zwaar.

- Indien een andere arts of zorgverlener vraagt naar haar medicatie moet ze aangeven dat ze de langwerkende prikpil gebruikt.

Laatste stappen:

“Voelt u zich zeker dat u deze methode succesvol kunt gebruiken?

Is er iets dat ik moet herhalen of uitleggen?”

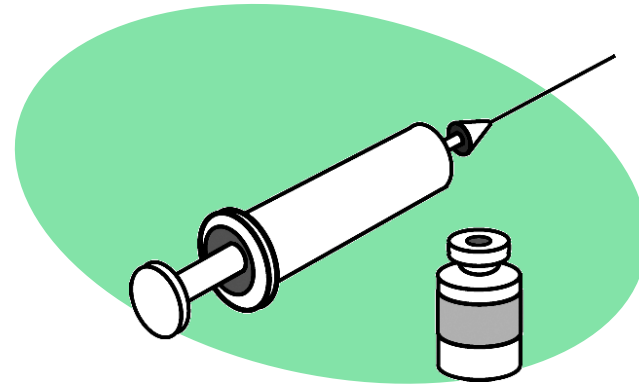
Denk eraan om condooms te geven voor dubbele bescherming en/of back-up!

Tenslotte, de belangrijkste boodschap; “Vergeet niet terug te komen voor uw volgende prikje.”



De maandelijkse prikpil

- Een prikje elke maand
- Zeer effectief
- Gemakkelijk om te stoppen
- Erg veilig
- Sommige vrouwen hebben bijwerkingen—niet schadelijk
- Geen bescherming tegen SOA's of HIV/AIDS



*Wilt u meer weten over deze
methode of wilt u over een
andere methode praten?*