



## Patientinformation

# Till dig som fått en p-stav insatt

P-stav är ett preventivmedel som mycket effektivt skyddar mot graviditet. Den har högst effektivitet av alla olika preventivmedel.

P-staven är ungefär lika stor som en tändsticka och innehåller hormonet gulkroppshormon (progesteron). Det är en mjuk stav med en kapsel som frisätter det verksamma hormonet. Den sätts in under huden på överarmens insida. Den är inte synlig för omgivningen men du kan oftast själv känna den genom huden.

P-staven skyddar mot graviditet dels genom att förhindra ägglossning, Hormonet gör också att sekretet i livmoderhalsen blir tjockt, vilket förhindrar att spermier kan passera in i livmodern. Dessutom blir slemhinnan i livmodern tunn, vilket försvårar för en graviditet att fästa.

P-stav skyddar inte mot sexuellt överförbara sjukdomar. För att skydda mot sexuellt överförbara smittor behöver kondom användas.

P-stav är ett bra preventivmedel för dig som vill ha ett säkert skydd mot graviditet och samtidigt inte vill behöva komma ihåg det varje dag, eftersom det är en långverkande metod som sköter sig själv är den på plats. Det passar även dig som inte vill, eller kan, använda preventivmedel med östrogen.

P-stav är inte något hinder för att amma.

## Hur går insättningen till

Om du inte sätter in p-staven i samband med en abort vill vi gärna börja med att ta ett graviditetstest. Barnmorskan/läkaren mäter ut och markerar var p-staven ska sitta och tvättar av huden med sprit. Du kommer att få en lokalbedövning via en injektion i huden, denna verkar snabbt. P-staven sätts i din arm med hjälp av en införingshylsa där p-staven ligger inuti en nål. Denna förs in genom huden, p-staven blir kvar och nålen tas ut. Insättningen tar inte lång tid och du kommer inte känna någon smärta mer än att det kan kännas lite/svida en kort stund då bedövningen ges. Efter insättningen får du tunna stripes/remсор som sätts över insticksstället, dessa kan sitta till de ramlar av. Över detta sätts ett tryckförband som du kan ha kvar någon vecka om det inte blivit vått. Blir tryckförbandet vått

kan du ta bort det och sätta på ett vanligt plåster. Över förbandet sätts en linda runt armen, denna kan du ta av senare samma dag.

Om du vet om att du haft ett oskyddat samlag precis innan insättningen av p-staven, är det viktigt att du tar ett graviditetstest efter 3 – 4 veckor. Detta för att det graviditetstest som tas innan insättningen inte är tillförlitligt om samlaget skett nyligen.

## När börjar p-staven skydda

P-stavens effekt börjar skydda mot graviditet en vecka efter insättningen. Komplettera därför alltid med exempelvis kondom vid samlag under första veckan efter insättning av p-stav.

## Biverkningar

I början kan ett nytt preventivmedel ge biverkningar, dessa är övergående och försvinner efter ett tag. Vi rekommenderar därför att du väntar 3 – 6 månader innan du funderar på att ta ut p-staven och byta till annat preventivmedel. Vanliga biverkningar är blödningsrubbnings (småblödningar av och till), humörpåverkan, acne, huvudvärk, spända bröst samt illamående.

Menstruationerna brukar minska efter ett tag och för en del personer upphör menstruationerna tillfälligt.

## Uttag/byte av p-stav

Du kan ha p-staven i 3 år och du behöver själv komma ihåg när det är dags att ta ut/byta den. Kontakta Ungdomsmottagning eller Barnmorskemottagning om du önskar ta ut/byta p-staven.

Efter att p-staven tagits ut kan du bli gravid direkt om du inte använder något annat preventivmedel.

Det är individuellt när menstruationerna startar efter att p-staven tagits ut och menstruationerna kan till en början vara oregelbundna.

## Kontakt

Om du har några frågor är du välkommen att kontakta oss.

### **Gynekologimottagningen NÄL**

Telefon: 010-435 22 00