

(5) のみ忘れに気付いたときの対処

24時間未満に気付いたとき

気付いた時点ですぐに1錠のみ、そのあとはいつも通りのむ。

まるまる24時間たって気付いたとき

気付いた時点で2錠のみ、そのあとはいつも通りのむ。

24時間以上たって気付いたとき

その周期はピルの服用をあきらめて出血を待ち、出血がはじまってから新たなピル周期をはじめる。または、ほかの避妊方法を併用しながらピルをのみ続ける。

POINT

のみ忘れを防ぐために、トイレ、ハンドバッグの中、台所の見やすい場所など、ピルの置き場所を工夫するとよいでしょう。

(6) 副作用

- ピルの成分は女性ホルモンですので、のみはじめに吐き気、頭痛、乳房の張りなどの症状が出る場合があります。ほとんどの場合症状は軽く、のみはじめて1～3周期で治まります。
- 現在発売されているピルのホルモン成分は、ぎりぎりまで低用量化がすすめられているので、体重増加などの副作用はほとんどありません。
- 35歳以上でタバコを吸う人の場合、ピルの服用によって心臓血管系の重大な副作用が起こる危険性があります。たとえ若い人であっても、ピルをのみ人は減煙や禁煙を心がけましょう。
- まれに血栓症、脳卒中、心臓発作など、重大な副作用が起こることがあります。次のような症状が起こった場合は、すぐに医師に相談しましょう。

◎ふくらはぎの痛み・むくみ ◎手足のしびれ ◎鋭い胸の痛み
◎突然の息切れ ◎はげしい頭痛 ◎めまい ◎失神 ◎視覚・言語障害
◎目のかすみ ◎舌のもつれ