

Cilest® 250 mikrogram / 35 mikrogram, tabletter

Norgestimat / ethinylestradiol

Læs denne indlægsseddel grundigt, inden du begynder at tage medicinen.

- Gem indlægssedlen. Du kan få brug for at læse den igen.
- Spørg lægen eller på apoteket, hvis der er mere, du vil vide.
- Lægen har ordineret Cilest® til dig personligt. Lad derfor være med at give Cilest® til andre. Det kan være skadeligt for andre, selvom de har de samme symptomer, som du har.
- Tal med lægen eller apoteket, hvis en bivirkning bliver værre, eller du får bivirkninger, som ikke er nævnt her.

Oversigt over indlægssedlen:

1. Virkning og anvendelse
2. Det skal du vide, før du begynder at tage Cilest®
3. Sådan skal du tage Cilest®
4. Bivirkninger
5. Opbevaring
6. Yderligere oplysninger

1. VIRKNING OG ANVENDELSE

Cilest® er en lavdosis p-pille af kombinationstypen. Den indeholder lave mængder af to forskellige kvindelige hormoner, norgestimat (et gestagen) og ethinylestradiol (et østrogen). Alle p-piller i pakningen indeholder den samme mængde hormon.

Cilest® forhindrer ægsløsning og ændrer slimhinden i livmoderen. Cilest® påvirker også slimen i livmoderhalsen, så det bliver sværere for sædcellerne at passere.

Du kan bruge Cilest® til at undgå svangerskab.

Lægen kan have givet dig Cilest® for noget andet. Følg altid lægens anvisning.

2. DET SKAL DU VIDE, FØR DU BEGYNDER AT TAGE CILEST®**Tag ikke Cilest®**

- hvis du er overfølsom (allergisk) over for norgestimat, ethinylestradiol eller et af de øvrige indholdsstoffer.
- hvis du har eller har haft blodpropper i f. eks. benene eller lungerne.
- hvis du har hjertelidelser f.eks. uregelmæssige hjerterytmer.
- hvis du har eller har haft blodprop i hjertet, hjernen eller hjerneblødning.
- hvis du har haft symptomer på små forbigående blodpropper i hjernen (et mildt forbigående slagtilfælde uden varige symptomer) eller hjertekramper.
- hvis du har alt for højt blodtryk.
- hvis du har diabetes med følgesygdomme.
- hvis du har eller har haft betændelse i bugspytkirtlen med for meget fedt i blodet.
- hvis du har eller har haft kræft i brystet eller livmoderen.
- hvis du har eller har haft svulster i leveren eller leversygdom med nedsat leverfunktion.
- hvis du bløder fra skeden uden kendt årsag.
- hvis du har migræne med påvirkning af sanserne.

Hvis du får en af ovenstående sygdomme mens du tager Cilest®, skal du straks stoppe med p-pillerne og kontakte din læge. I mellemtiden skal du bruge en anden type svangerskabsforebyggelse (f.eks. kondom eller pessar).

Vær ekstra forsigtig med at tage Cilest®

Cilest® beskytter ikke mod HIV (AIDS) eller andre seksuelt overførte kønssygdomme.

Det er vigtigt, at du taler med lægen om fordele og ulemper ved brug af Cilest®, før du begynder at tage p-pillerne. Inden du begynder at tage p-piller og med jævne mellemrum, bør du blive undersøgt grundigt af din læge. Sådan en undersøgelse kan f.eks. omfatte måling af blodtryk, undersøgelse af brystet og en gynækologisk undersøgelse.

P-piller og blodpropper:

Din risiko for at få blodpropper er lidt større, mens du bruger Cilest®, altså p-piller der indeholder 2 slags hormoner: østrogen og gestagener. Risikoen er størst i det første år, hvor du bruger den slags p-piller. Den øgede risiko er dog mindre end risikoen ved at få blodpropper under en graviditet.

Hvis 10.000 kvinder bliver gravide, vil 6 af disse kvinder få en blodprop. Af 100, der får en blodprop i blodårerne, dør en eller to.

Risikoen for blodpropper stiger med alderen og hvis du:

- er ryger (ved storrykning og stigende alder øges risikoen yderligere, især for kvinder over 35 år).
- har forhøjet kolesterol eller fedt (triglycerider) i blodet.
- er overvægtig.
- har forhøjet blodtryk.
- har sygdom i hjerteklapperne eller forstyrrelser i hjerterytmen.
- har nogen i nærmeste familie, som har haft blodpropper, hjertetilfælde eller slagtilfælde.
- har diabetes.

- får forværring af migræne mens du tager p-piller.
- er sengeliggende i længere tid.

Fortæl din læge i god tid før en hospitalsindlæggelse eller operation, at du bruger p-piller.

Hvis det er muligt, bør du lade være med at bruge p-piller fra 4 uger før til 2 uger efter længevarende sengeleje eller en større operation. Tal med lægen.

Du skal stoppe med at tage p-pillerne og straks kontakte din læge, hvis du bemærker følgende tegn på blodpropper:

- pludselig hævelse og smerter i det ene ben.
- pludselige stærke bryst smerter med eller uden udstråling til venstre arm.
- pludselig åndenød.
- pludselige hosteanfald.
- unormal, kraftig eller vedvarende hovedpine.
- pludseligt delvist eller fuldstændigt blindhed eller dobbeltsyn.
- utydelig tale eller besvær med at tale.
- svimmelhed.
- besvimelse med eller uden kramper.
- mæthed eller følelsesløshed i en eller flere dele af kroppen.
- motoriske forstyrrelser.
- stærke underlivssmerter.

P-piller og kræft:

Brystkræft forekommer lidt oftere hos p-pillebrugere end hos andre kvinder på samme alder. Risikoen for brystkræft bliver gradvist den samme som for andre, 10 år efter man er stoppet med p-piller. Man ved dog ikke med sikkerhed, om der er nogen egentlig sammenhæng mellem brystkræft og p-piller. Kvinder, der bruger p-piller får oftere undersøgt brystet, så måske bliver brystkræft fundet tidligere.

Nogle få gange har kvinder, der bruger p-piller, fået godartede leversvulster. Yderst sjældent har leversvulsterne været ondartede. Både godartede og ondartede leversvulster kan give indre blødninger. Kontakt straks din læge, hvis du får stærke smerter i den øverste del af maven.

Livmoderhalskræft er noget hyppigere hos kvinder, der har brugt p-piller i lang tid. Det er stadig uklart i hvor høj grad dette skyldes en anden seksuel adfærd hos p-pille brugere end hos brugere af kondom. Den største risiko for livmoderhalskræft er sandsynligvis vedvarende betændelse med et særligt virus (humant papillomatøst virus), som kan være hyppigere hos p-pillebrugere.

Inden du begynder at bruge p-piller, bør du huske at fortælle lægen, hvis du:

- har en sygdom i leveren eller galdeblæren.
- har kronisk, blødende betændelse i tarmen (Crohn's sygdom eller ulcerøs colitis).
- har en bindevævssygdom (Systemisk Lupus Erythematosus).
- har en sygdom, som påvirker blodets evne til at størkne, og som giver nyresvigt (hæmolytisk uræmisk syndrom).
- har en arvelig form for blodmangel (seglcelleanæmi).
- har en sygdom der kom første gang eller blev forværret under graviditet eller ved tidligere brug af hormoner (f.eks. døvhed, en stofskiftesygdom kaldet porfyri, en hudsygdom kaldet svangerskabs herpes, en sjælden sygdom i nervesystemet kaldet Sydenham's chorea, gulsot og/eller kløe, udvikling af galdesten).
- har arvelig hævelse af hud i ansigtet, mund, svælg og hænder. P-piller kan fremkalde eller forværre disse symptomer.
- har gullig-brune skjoldede pletter på huden, især i ansigtet (chloasma). I så fald skal du undgå at opholde dig for meget i solen eller gå i solarium.
- har diabetes.

Når du tager p-piller, kan du få uregelmæssig blødning, især i de første måneder. Hvis du stadig har uregelmæssige blødninger efter ca. 3 måneder, bør du kontakte lægen (nogle kvinder får ikke blødning i den tabletfrie periode).

Hvis du tager p-pillerne efter anvisningen er det usandsynligt, at du er gravid. Hvis du ikke har taget pillerne, som du skal, eller du ikke får din menstruation 2 gange i træk, skal du være sikker på at du ikke er gravid, før du fortsætter med p-piller.

Kontakt din læge, hvis du har kastet op eller begynder at bruge anden medicin.

Du må ikke tage naturmedicin, der indeholder prikbladet perikum (Hypericum perforatum) samtidig med Cilest®. Perikum kan gøre, at Cilest® ikke virker. Du kan få blødning i perioden og blive gravid.

Oplys altid ved blod- og urinprøvekontrol, at du er i behandling med Cilest®.

Brug af anden medicin

Fortæl det altid til lægen eller apoteket, hvis du bruger anden medicin eller har brugt det for nylig. Dette gælder også medicin, som ikke er købt på

recept, medicin købt i udlandet, naturlægemidler, stærke vitaminer og mineraler samt kosttilskud.

Fortæl det til din læge, hvis du tager:

- medicin mod epilepsi (barbiturater, topiramid, fenytoin, primidon, carbamazepin, oxcarbazepin, lamotrigin).
- medicin mod betændelse (ampicillin, rifampicin, tetracyclin).
- medicin mod HIV-virus (ritonavir, nevirapin).
- medicin mod svamp (grisofulvin).
- medicin efter transplantation (cyclosporin).
- muskelafslappende medicin (tizanidin).
- medicin mod for lavt stofskifte (levothyroxin).
- naturmedicin der indeholder perikum (*Hyperikum perforatum*).

Brug af Cilest® sammen med mad og drikke

Du kan tage Cilest® sammen med mad og drikke.

Graviditet og amning

Spørg din læge eller dit apotek til råds, før du tager nogen form for medicin.

Graviditet

Du må ikke tage Cilest®, hvis du er gravid.

Amning

Hvis du ammer, må du så vidt muligt ikke tage Cilest®.

Spørg lægen.

Trafik- og arbejdssikkerhed

Cilest® påvirker ikke arbejdssikkerheden eller evnen til at færdes sikkert i trafikken.

Vigtige informationer om nogle af de øvrige indholdsstoffer i Cilest®
Indeholder lactose. Kontakt lægen før du tager denne medicin, hvis lægen har fortalt dig, at du ikke tåler visse sukkerarter.

3. SÅDAN SKAL DU TAGE CILEST®

Tag altid Cilest® nøjagtigt efter lægens anvisning. Er du i tvivl så spørg lægen eller apoteket.

Ændring eller stop i behandlingen bør kun ske i samråd med lægen.

På blisterpakningen er hver p-pille markeret med den ugedag, hvor den skal tages. Tag p-pillerne på omtrent samme tidspunkt af døgnet med lidt vand. Følg pilenes retning på blisterpakningen, indtil alle 21 p-piller er taget. De næste 7 dage skal du ikke tage nogen p-piller. I løbet af disse dage bør du få din menstruation.

Normalt starter menstruationen på 2. -3. dagen efter den sidste p-pille er taget. På 8. dagen starter du med en ny blisterpakning, også selv om din menstruation fortsætter. Det betyder, at du altid starter på en ny blisterpakning på samme ugedag og får din menstruation på samme tid med 4 ugers mellemrum.

Hvis du har taget for mange Cilest® tabletter

Overdosering kan give kvalme, opkastning og småblødninger fra skeden hos unge piger. Kontakt lægen, skadestuen eller apoteket, hvis du har taget mere af Cilest®, end der står i denne information, eller mere end lægen har foreskrevet, og du føler dig utilpas.

Hvis du har glemt at tage Cilest®

Hvis der er gået mindre end 12 timer fra du skulle have taget din p-pille, er sikkerheden uændret.

Tag p-pillen så snart du husker det. Tag næste p-pille på det sædvanlige tidspunkt.

Hvis der er gået mere end 12 timer fra du skulle have taget din p-pille, er sikkerheden muligvis nedsat de næste 7 dage. Tag den glemte p-pille, så snart, du husker det. Tag de følgende p-piller på sædvanlig tidspunkt. Hvis der er mindre end 7 p-piller tilbage i pakken, skal du starte på den næste blisterpakning **uden nogen pause mellem pakningerne**.

Spørg lægen eller apoteket hvis der er noget, du er i tvivl om eller følger dig usikker på.

4. BIVIRKNINGER

Cilest® kan som al anden medicin give bivirkninger, men ikke alle får bivirkninger.

Alvorlige bivirkninger

Sjældne bivirkninger (forekommer hos mellem 1 og 10 ud af 10.000 patienter):

- Livmoderhalskræft, brystkræft.
- Åndenød, angst, bryst smerter med udstråling til hals eller arme pga. blodprop i hjertet. Ring 112.
- Åndenød, smerter i brystet med udstråling til arme eller hals, voldsomme smerter i maven, lammelser, føleforstyrrelser, talebesvær, smertende og evt. hævede arme og ben pga. blodprop. Kontakt straks læge eller skadestue. Ring evt. 112.

Ikke alvorlige bivirkninger

Almindelige bivirkninger (forekommer hos mellem 1 og 10 ud af 100 patienter):

- Væskeophobning, vægt ændringer (op eller ned).
- Humørsvingninger depression. Depression kan hos nogle udvikle sig til en alvorlig bivirkning. Tal med lægen.
- Kvalme, opkastning. Mavesmerter.

- Bryst smerter.
- Uren hud / akne (bumser).
- Brystspænding, blødning mellem menstruationer, pletblødning, udebleven menstruation, svamp i skeden.
- Ændret sexlyst

Ikke almindelige bivirkninger (forekommer hos mellem 1 og 10 ud af 1.000 patienter):

- Appetitændringer.
- Irritabilitet, migræne, udslæt.
- Mavekræmper, oppustethed.
- Let blodtryksstigning, for højt blodtryk. Tal med lægen. For højt blodtryk skal behandles. Meget forhøjet blodtryk er alvorligt.
- Diaré, slim og blødning fra endetarmen pga. tyktarmsbetændelse.
- Hårtab, øget behåring, leverpletter.
- Mælkeflåd, forstørrelse af bryster.

Sjældne bivirkninger (forekommer hos mellem 1 og 10 ud af 10.000 patienter):

- Udslæt med ømme røde knuder på især arme og ben. Kontakt lægen.

Meget sjældne bivirkninger (forekommer hos over 10 ud af 10.000 patienter):

- Feber, udslæt i ansigt og på arme og ben.

Følgende **alvorlige bivirkninger** er rapporteret ved brug af p-piller generelt:

- Blodpropper i ben, bækken eller lunger.
- Sygdomme med blodpropper i hjertets blodkar.
- Livmoderhalskræft.
- Leversvulster.
- Skjoldede pigmenteringer i ansigtet, ømme og røde knuder (knuderosen).
- Hævelse af hud i ansigt, mund, svælg og hænder (angioødem).

Hvis du oplever ovenstående alvorlige bivirkninger skal du straks kontakte lægen, eller skadestuen. Ring evt. 112.

Følgende **bivirkninger** er generelle for p-piller:

- Galdevejssygdomme med gulsot og galdesten.
- Udebleven menstruation ved p-pille stop, ændret blødningsmængde, forstørrede muskelknuder i livmoderen, øget udflåd fra livmoderhalsen, midlertidig ufrugtbarhed.
- Nedsat mælkemængde ved amning, hvis Cilest® tages umiddelbart efter fødslen.
- Fedtet hud, øget behåring, blæreformede hududslæt, varige pigmentforandringer (gullig/brune farvninger af huden (chloasma/leverpletter), blødninger i huden.
- Hornhindeforandringer, ubehag ved brug af kontaktlinser, ændret krumning af øjets linse, skader i øjets nerver.
- Ufrivillige rykvisse bevægelser (chorea), svær hovedpine.
- Øget følsomhed over for sukker.
- Nedsat nyrefunktion, akut nyresvigt.
- Nældefeber.

Tal med lægen eller apoteket, hvis en bivirkning bliver værre, eller hvis du får bivirkninger, som ikke er nævnt her. Bivirkningerne kan dermed blive indberettet til Lægemiddelstyrelsen, og viden om bivirkninger kan blive bedre.

Patienter eller pårørende kan også indberette bivirkninger direkte til Lægemiddelstyrelsen. Du finder skema og vejledning under bivirkninger på Lægemiddelstyrelsens netsted: <http://www.laegemiddelstyrelsen.dk/>.

5. OPBEVARING

Opbevares utilgængeligt for børn.

Opbevares i den originale emballage.

Brug ikke Cilest® efter den udløbsdato, der står på pakningen.

Udløbsdatoen er den sidste dag i den nævnte måned.

Spørg på apoteket hvordan du skal aflevere medicinrester. Af hensyn til miljøet må du ikke smide medicinrester i afløbet, toiletet eller skraldespanden.

6. YDERLIGERE OPLYSNINGER

Cilest® indeholder

- Aktive stoffer: norgestim (250 mikrogram) og ethinylestradiol (35 mikrogram).
- Øvrige indholdsstoffer: lactose, magnesiumstearat, majsstivelse, indigotin I (E132).

Udseende og pakningsstørrelse

Runde lyseblå tabletter mærket med C 250 på begge sider. Pakninger med 63 tabletter (3 blisterplader x 21).

Indehaver af markedsføringstilladelsen:

EuroPharmaDK, Tarp Byvej 81-83, 6715 Esbjerg N.

Ompakket og frigivet af:

EuroPharmaDK, Tarp Byvej 81-83, 6715 Esbjerg N.

Cilest® er et registreret varemærke, der tilhører Johnson & Johnson.