

Uitstel menstruatie

Wanneer het wenselijk is om de menstruatie te verschuiven is het belangrijk om te weten of en zo ja welke anticonceptie pil wordt gebruikt.

- **Eenfase pil (behalve MiniPregnon):** geen stopweek en gewoon doorgaan met nieuwe strip zolang als nodig is.
- **Driefase pil:** geen stopweek maar doorgaan met nieuwe strip dragees van dezelfde kleur als einde vorige strip. Met deze methode kun je de cyclus maximaal 10 dagen uitstellen. Wanneer je direct aansluitend aan de laatste pil start met een eenfase pil kun je de menstruatie langer uitstellen.
- **Nuvaring:** Met Nuvaring kun je gemakkelijk de menstruatie uitstellen. Je ringt gewoon door! Nadat je een ring 3 weken hebt gedragen, verwijder je 'm en plaats je meteen een nieuwe ring. Je slaat zo de ringvrije week en dus de menstruatie over.
- **Evra:** Na pleister 3 ga je gewoon direct verder met pleister 1 van de volgende cyclus. Je last dus geen stopweek in en dus komt er ook geen menstruatie. In de stopweek na pleister 6 word je dan weer gewoon ongesteld. Het zou natuurlijk ook kunnen dat je je menstruatie niet wilt overslaan, maar dat je 'm liever even uitstelt. In dat geval kun je ook 1 of 2 weken extra plakken. De pleister die je dan overhoudt, kun je als reservepleister gebruiken voor de volgende keer dat je je menstruatie wilt uitstellen.

Niet pil gebruiksters kunnen met een progestageen de menstruatie uitstellen:

- Primolut 3 keer per dag 1 tablet gedurende meestal maximaal 10-14 dagen, te beginnen 3 dagen voor de verwachte menstruatiedag.
- Orgametril 1 keer per dag 1 tablet, te beginnen 7-14 dagen voor de verwachte menstruatie of 1 keer per dag 2-3 tabletten 3-6 dagen voor de verwachte menstruatie.
Meestal zal 2-3 dagen na stoppen met het progestageen de onttrekkingsbloeding optreden.