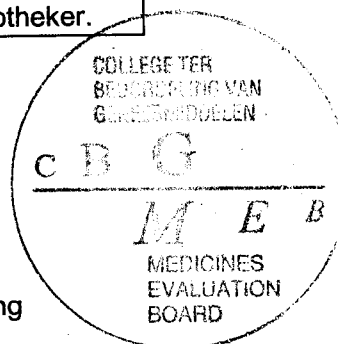


STANDAARD ADVIES VOOR DE GEBRUIKSTER

Lees deze bijsluiter zorgvuldig voordat u NuvaRing gaat gebruiken. De hierin gegeven informatie kan u helpen bij het juiste en veilige gebruik van de ring. Lees de bijsluiter ook regelmatig wanneer u NuvaRing al gebruikt. Dit is belangrijk omdat de informatie in de bijsluiter kan veranderen. Ook is het van belang dat u alert blijft op zaken die misschien nu niet, maar later wel op u van toepassing zijn. Als u nog vragen heeft of als iets niet duidelijk is, vraag het dan aan uw dokter of apotheker.

Deze bijsluiter bevat de volgende informatie:

1. Wat is NuvaRing en waarvoor wordt het gebruikt?
Hoe werkt het?
2. Wat U moet weten voordat U NuvaRing gebruikt
 - 2.1 Wanneer mag U NuvaRing niet gebruiken?
 - 2.2 Wanneer moet U extra voorzichtig zijn met het gebruik van NuvaRing
 - Algemene opmerkingen
 - Voordat u met NuvaRing begint
 - Hormonale voorbehoedmiddelen en trombose
 - Hormonale voorbehoedmiddelen en kanker
 - NuvaRing en zwangerschap
 - NuvaRing en borstvoeding
 - NuvaRing en rijvaardigheid en het gebruik van machines
 - 2.3 NuvaRing en andere geneesmiddelen
 - 2.4 Wanneer naar de dokter tijdens het gebruik van NuvaRing?
3. Hoe moet u NuvaRing gebruiken?
 - 3.1 Wanneer en hoe gebruikt u NuvaRing?
 - 3.2 Hoe kunt u NuvaRing inbrengen en verwijderen?
 - 3.3 Drie weken in, één week uit
 - 3.4 Wanneer te beginnen met de eerste ring?
 - 3.5 Wat te doen.....
 - ... als NuvaRing per ongeluk uit de vagina raakt
 - ... als de ring tijdelijk uit de vagina is geweest
 - ... als u na de ringvrije periode te laat bent begonnen met een nieuwe ring
 - ... als de ring te lang in de vagina is blijven zitten
 - ... als de verwachte bloeding uitblijft
 - ... als u de begindag van uw menstruatie blijvend wilt verschuiven
 - ... als u uw menstruatie een keer wilt uitstellen
 - ... bij onverwacht bloedverlies
 - 3.6 Overdosis
 - 3.7 Wanneer u wilt stoppen met NuvaRing
4. Welke bijwerkingen kunnen optreden tijdens het gebruik van NuvaRing?
5. Hoe bewaart u NuvaRing
6. Datum van de laatste herziening van de tekst van deze bijsluiter
7. Meer over hormonale voorbehoedmiddelen



NUVARING, RING VOOR VAGINAAL GEBRUIK

Samenstelling

NuvaRing bevat:

- werkzame bestanddelen: etonogestrel (11.7 mg) en ethinyloestradiol (2.7 mg)

Gedurende drie weken wordt iedere dag 0.120 mg etonogestrel en 0.015 mg ethinyloestradiol door de ring afgegeven.

- andere bestanddelen (hulpstoffen): ethyleenvinylacetaat copolymeer (een soort plastic, dat niet opgenomen wordt door het lichaam), magnesiumstearaat.

Registratiehouder

N.V. Organon, Postbus 20, 5340 BH, Oss, Nederland

Verantwoordelijk voor het in de handel brengen in Nederland

NV Organon

Eventuele correspondentie richt men onder vermelding van het verpakkingsnummer aan Organon Nederland B.V., Postbus 500, 5340 AM, Oss

Fabrikant

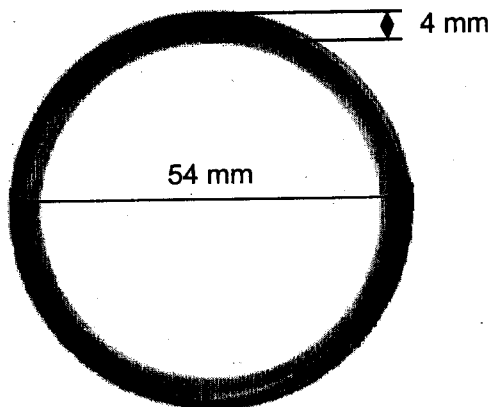
NuvaRing wordt gemaakt door NV Organon, Postbus 20, 5340 BH Oss, Nederland

In het register ingeschreven onder RVG 25073

1. WAT IS NUVARING EN WAARVOOR WORDT HET GEBRUIKT?

Samenstelling en type voorbehoedmiddel

NuvaRing is een voorbehoedmiddel op basis van hormonen voor vaginaal gebruik. Het is een buigzame, doorzichtige, bijna kleurloze ring met een diameter van 54 mm en een dwarsdoorsnede van 4 mm. De ring bevat een kleine hoeveelheid van twee vrouwelijke geslachtshormonen, namelijk etonogestrel (een hormoon met progesteron-achtige werking) en ethinyloestradiol (een hormoon met oestrogene werking). Deze hormonen worden langzaam door de ring afgegeven aan het bloed. Vanwege de kleine hoeveelheid hormonen die afgegeven wordt is NuvaRing een zogenaamd laag gedoseerd hormonaal voorbehoedmiddel. Omdat NuvaRing twee verschillende hormonen afgeeft wordt het een combinatie-voorbehoedmiddel genoemd.



Elke ring voor vaginaal gebruik is verpakt in een hersluitbaar sachet, gemaakt van aluminiumfolie. De sachets zijn verpakt in een kartonnen doosje samen met deze bijsluiter. In een doosje zitten 1 of 3 ringen.

Hoe werkt het?

NuvaRing geeft twee vrouwelijke geslachtshormonen af die voorkomen dat er een eikel vrijkomt uit de eierstokken. Als er geen eikel vrij komt kunt u ook niet zwanger worden. NuvaRing werkt op dezelfde manier als de anticonceptiepil (de Pil) alleen worden bij NuvaRing de geslachtshormonen vaginaal toegediend.

Waarom gebruikt u NuvaRing?

Om zwangerschap te voorkomen.

NuvaRing is een betrouwbaar voorbehoedmiddel. Als de ring correct wordt gebruikt zoals is weergegeven in deze bijsluiter, is de kans op zwangerschap zeer klein

2. WAT U MOET WETEN VOORDAT U NUVARING GEBRUIKT

2.1 WANNEER MAG U NUVARING NIET GEBRUIKEN?

In de hieronder genoemde situaties mag u NuvaRing niet gebruiken. Als één van deze situaties op u van toepassing is, moet u dit uw dokter vertellen voordat u met NuvaRing begint. Uw dokter raadt u dan misschien een andere (niet-hormonale) methode van geboorteregeling aan.

- Als u een aandoening van de bloedvaten hebt (of in het verleden ooit hebt gehad). Dit geldt vooral voor aandoeningen die te maken hebben met trombose. Trombose is de vorming van een bloedstolsel. Dit kan gebeuren in de bloedvaten van de benen (diepe veneuze trombose), de longen (longembolie), het hart (hartaanval), de hersenen (beroerte) of andere delen van het lichaam. Ook als u meerdere risicofactoren voor het optreden van trombose hebt, kan uw dokter u een andere (niet-hormonale) methode van geboorteregeling aanraden (zie ook verderop in deze bijsluiter bij "2.2 Voordat u met NuvaRing begint & Hormonale voorbehoedmiddelen en trombose").
- Als u een aandoening hebt (of in het verleden ooit hebt gehad) die een mogelijke voorbode kan zijn van een hartaanval (bijvoorbeeld angina pectoris, dit uit zich in hevige pijn op de borst) of van een beroerte (bijvoorbeeld TIA, dit is een transient ischaemic attack, een lichte beroerte zonder restverschijnselen).
- Als u een al dan niet erfelijke stoornis in de bloedstolling hebt.
- Als u suikerziekte hebt waarbij uw bloedvaten zijn aangetast.
- Als u een ernstige leveraandoening of geelzucht hebt of in het verleden hebt gehad (zolang de lever nog niet helemaal goed werkt).
- Als u een goedaardig of kwaadaardig gezwel (tumor) in de lever hebt, of in het verleden hebt gehad.
- Als u borstkanker of kanker aan de geslachtsorganen hebt, of in het verleden hebt gehad.
- Als u ongewone vaginale bloedingen hebt, waarvan de oorzaak niet is vastgesteld.
- Als u overgevoelig bent voor één van de bestanddelen van NuvaRing.

Mocht een van de genoemde situaties ontstaan terwijl u NuvaRing al gebruikt, dan moet u onmiddellijk stoppen en contact opnemen met uw dokter. Gebruik in de

tussentijd een ander, niet-hormonaal voorbehoedmiddel. Zie ook paragraaf "2.2 Algemene opmerkingen".

2.2 WANNEER MOET U EXTRA VOORZICHTIG ZIJN MET HET GEBRUIK VAN NUVARING

• Algemene opmerkingen

In deze bijsluiter zijn verscheidene situaties beschreven waarbij u het gebruik van NuvaRing moet staken, of waarbij de betrouwbaarheid van NuvaRing verminderd kan zijn. U mag dan geen geslachtsgemeenschap hebben of u moet aanvullend een niet-hormonaal voorbehoedmiddel gebruiken. In het algemeen is een condoom of een andere barrièremethode geschikt. Gebruik **geen** kalender- of temperatuurmethode. Die kunnen onbetrouwbaar zijn omdat NuvaRing invloed heeft op de maandelijkse veranderingen van lichaamstemperatuur en van het slijm in de baarmoederhals.

NuvaRing biedt net als andere hormonale voorbehoedmiddelen geen bescherming tegen infectie met het HIV virus (AIDS) en ook niet tegen andere seksueel overdraagbare aandoeningen.

• Voordat u met NuvaRing begint

In bepaalde situaties kan het nodig zijn dat u tijdens het gebruik van hormonale voorbehoedmiddelen onder extra controle staat. Als één van de volgende situaties op u van toepassing is, moet u dit aan uw dokter vertellen voordat u met NuvaRing begint. Ook als één van de genoemde situaties ontstaat of verergert terwijl u het voorbehoedmiddel al gebruikt, moet u contact opnemen met uw dokter. Uw dokter kan u uitleggen om welke risico's het gaat.

- u rookt;
- u hebt suikerziekte;
- u bent veel te zwaar;
- u hebt verhoogde bloeddruk;
- u hebt een aandoening van de hartkleppen of een bepaalde hartritmestoornis;
- u hebt een aderontsteking (oppervlakkige flebitis);
- u hebt spataderen;
- iemand in uw directe familie heeft ooit trombose, een hartaanval of een beroerte gehad;
- u hebt last van migraine;
- u hebt epilepsie;
- bij uzelf of in uw directe familie komt een verhoogd vetgehalte in het bloed voor (cholesterol of triglyceriden);
- iemand in uw directe familie heeft ooit borstkanker gehad;
- u hebt een aandoening van de lever (bijvoorbeeld geelzucht met of zonder jeuk) of van de galblaas (bijvoorbeeld galstenen);
- u hebt de ziekte van Crohn of colitis ulcerosa (beiden een vorm van chronische darmontsteking);

- u hebt SLE (systemische lupus erythematoses; een bepaalde aandoening van het natuurlijk afweersysteem);
- u hebt HUS (haemolytisch uraemisch syndroom; een bepaalde bloedaandoening die nierbeschadiging veroorzaakt);
- u hebt een aandoening waarvan u voor het eerst last kreeg (of die erger werd) tijdens een vroegere zwangerschap of eerder gebruik van geslachtshormonen (bijvoorbeeld doofheid, de stofwisselingsziekte porfyrie, de huidaandoening zwangerschapsherpes, een zenuwaandoening die Sydenham's chorea heet);
- u hebt chloasma of u hebt ooit chloasma gehad (geelbruine pigmentvlekken, zogenaamde "zwangerschapsvlekken", vooral in het gezicht); als dit het geval is, is het verstandig om directe blootstelling aan zonlicht of ultraviolet licht te vermijden;
- u hebt een aandoening waardoor het gebruik van NuvaRing moeilijk is (inbrengen of verliezen van de ring), bijvoorbeeld u hebt last van verstopping of een verzakking van de baarmoeder, blaas, of darmen.

Ook als geen van deze condities op u van toepassing is, is het verstandig om regelmatig (bijvoorbeeld jaarlijks) bij uw huisarts langs te gaan voor een controle.

• **Hormonale voorbehoedmiddelen en trombose**

Trombose is de vorming van een bloedstolsel waardoor een bloedvat kan worden afgesloten.

Trombose treedt soms op in één van de diepgelegen aderen van het onderbeen (diepe veneuze trombose). Als het stolsel loslaat, kan het terechtkomen in de slagaderen van de longen en daar een bloedvat afsluiten (longembolie).

Diepe veneuze trombose komt zelden voor. Het kan zich ontwikkelen ongeacht of u hormonen gebruikt ter voorkoming van zwangerschap of niet. Het kan ook ontstaan tijdens de zwangerschap. De kans op trombose bij vrouwen die een hormonaal voorbehoedmiddel gebruiken is iets groter dan bij vrouwen die dit niet gebruiken, maar het is kleiner dan het risico tijdens de zwangerschap. De kans op trombose bij vrouwen die NuvaRing gebruiken is niet bekend maar die kans wordt verondersteld gelijk te zijn aan die van vrouwen die andere hormonale voorbehoedmiddelen gebruiken.

In zeldzame gevallen kan trombose ook voorkomen in de bloedvaten van het hart (hartaanval) of de hersenen (beroerte). In zeer zeldzame gevallen kan trombose voorkomen in de lever, darmen, nieren of het oog.

Na een trombose vindt niet altijd volledig herstel plaats; soms ontstaat er blijvende invaliditeit of loopt het zelfs fataal af.

De kans op een hartaanval of beroerte neemt in het algemeen toe met de leeftijd en ook naarmate u meer rookt. Als u een hormonaal voorbehoedmiddel gebruikt is dit risico mogelijk nog iets groter. **Als u een hormonaal voorbehoedmiddel gebruikt, is het daarom verstandig om te stoppen met roken, vooral als u ouder bent dan ongeveer 35 jaar.**

Als u hoge bloeddruk krijgt tijdens het gebruik van NuvaRing, kunt u het advies krijgen met de ring te stoppen.

Als u een operatie moet ondergaan, enige tijd bedlegerig bent of niet mag lopen (bijvoorbeeld als een van uw benen wordt gegipst of gezwachteld in verband met het behandelen van spataderen) kan de kans op diepe veneuze trombose tijdelijk verhoogd zijn. Als u een hormonaal voorbehoedmiddel gebruikt is dit risico mogelijk nog iets groter. Vraag in zo'n geval ruim van tevoren aan uw dokter wat u moet doen. Die kan u aanraden om enkele weken voor de operatie of vanaf het moment dat u niet mag lopen met NuvaRing te stoppen. Uw dokter kan u ook vertellen wanneer u weer met NuvaRing verder mag gaan. Dit is meestal ongeveer 2 weken nadat u weer helemaal op de been bent.

Stop met NuvaRing en neem onmiddellijk contact op met uw dokter indien u plotseling last krijgt van een van de volgende verschijnselen. Het kunnen namelijk symptomen van een trombose zijn:

- ongewoon hoesten (bijvoorbeeld met bloed);
- hevige pijn op de borst al dan niet uitstralend naar de linkerarm;
- ademnood;
- een ongewone, hevige of aanhoudende hoofdpijn of migraineaanval;
- gedeeltelijke of volledige blindheid of dubbel zien;
- niet of slecht kunnen spreken;
- plotselinge veranderingen in gehoor, reuk of smaak;
- duizeligheid of bewusteloosheid;
- zwakte of ongevoeligheid in een gedeelte van het lichaam;
- hevige, ondraaglijke buikpijn;
- hevige pijn en/of zwelling in een van de benen;

• **Hormonale voorbehoedmiddelen en kanker**

De informatie die nu volgt, is verkregen uit studies met andere hormonale combinatie-voorbehoedmiddelen (de Pil) maar geldt mogelijk ook voor NuvaRing.

Bij vrouwen die de Pil gebruiken wordt iets vaker borstkanker geconstateerd dan bij niet-pilgebruiksters van dezelfde leeftijd. Tien jaar na het stoppen met de Pil is er geen verschil meer. Het is niet bekend of dit verschil wordt veroorzaakt door de Pil. Een mogelijke oorzaak zou kunnen zijn dat Pilgebruiksters grondiger en vaker worden onderzocht, zodat de borstkanker eerder wordt ontdekt.

In zeldzame gevallen zijn bij Pilgebruiksters goedaardige levertumoren gevonden en in nog zeldzamere gevallen kwaadaardige levertumoren. Soms hebben deze tumoren geleid tot een levensbedreigende inwendige bloeding. Mocht u plotseling last krijgen van hevige buikpijn, dan moet u onmiddellijk contact opnemen met uw dokter.

Bij vrouwen die de Pil gedurende langere tijd hebben gebruikt is iets vaker baarmoederhalskanker geconstateerd. Dit hoeft echter niet door de Pil te komen maar kan te maken hebben met seksueel gedrag en andere factoren.

- **NuvaRing en zwangerschap**

Als u zwanger bent, of denkt dat u zwanger zou kunnen zijn mag u NuvaRing niet gebruiken.

Als u zwanger wordt terwijl u NuvaRing gebruikt moet u de ring verwijderen.

- **NuvaRing en borstvoeding**

Het gebruik van NuvaRing wordt in het algemeen niet aangeraden zolang een vrouw borstvoeding geeft. Neem contact op met uw dokter als u NuvaRing toch wilt gebruiken terwijl u nog borstvoeding geeft.

- **NuvaRing en rijvaardigheid en het gebruik van machines**

Het is niet waarschijnlijk dat het gebruik van NuvaRing de rijvaardigheid en het vermogen om machines te bedienen beïnvloedt.

2.3 NUVARING EN ANDERE GENEESMIDDELEN

Sommige geneesmiddelen kunnen tot gevolg hebben dat NuvaRing minder goed werkt. Dit kan tot vermindering van de contraceptieve werking of tot onverwacht bloedverlies leiden (spotting of doorbraakbloeding). Het gaat onder andere om de volgende middelen:

- geneesmiddelen voor de behandeling van epilepsie (bijvoorbeeld primidon, fenytoïne, barbituraten)
- geneesmiddelen voor de behandeling van tuberculose (bijvoorbeeld rifampicine)
- enkele antibiotica voor de behandeling van sommige andere infecties (bijvoorbeeld ampicillines, tetracyclines en griseofulvine)
- ritonavir voor de behandeling van HIV infecties
- het kruidenmiddel sint-janskruid.

Laat de dokter die NuvaRing voorschrijft daarom altijd weten welke geneesmiddelen of kruidenmiddelen u gebruikt. Vertel ook iedere andere dokter of tandarts die u een geneesmiddel voorschrijft (of aan de apotheker) dat u NuvaRing gebruikt. Zij kunnen u dan vertellen of het nodig is een extra niet-hormonaal voorbehoedmiddel te gebruiken en ook hoe lang u dat dan moet gebruiken.

Raadpleeg eerst uw dokter wanneer u van plan bent om kruidenmiddelen te gaan gebruiken terwijl u reeds NuvaRing gebruikt.

2.4 WANNEER NAAR DE DOKTER TIJDENS HET GEBRUIK VAN NUVARING?

Controle

Uw dokter kan u aanraden om regelmatig een afspraak te maken voor een controle. In het algemeen wordt een jaarlijkse controle aangeraden.

Zo snel mogelijk contact opnemen met de dokter in de volgende gevallen:

- bij veranderingen in uw gezondheid (of die van uw directe familieleden) die te maken hebben met een van de punten die elders in deze bijsluiter worden genoemd (zie onder "2.1 Wanneer mag u NuvaRing niet gebruiken" en "2.2 Voordat u met NuvaRing begint");
- bij een knobbeltje in de borst. Dit symptoom kan wijzen op borstkanker (zie paragraaf "2.2 Hormonale voorbehoedmiddelen en kanker");
- wanneer u nieuwe geneesmiddelen gaat gebruiken (zie paragraaf "2.3 NuvaRing en andere geneesmiddelen");
- minstens vier weken vóórdat u een operatie moet ondergaan of wanneer u enige tijd bedlegerig bent of niet mag lopen;
- bij aanhoudend of erger wordend onregelmatig bloedverlies. Dit symptoom kan wijzen op baarmoederhalskanker (zie paragraaf "2.2 Hormonale voorbehoedmiddelen en kanker");
- als u een ringvrije periode hebt gehad die langer was dan 1 week of de ring in de eerste week van het gebruik langer dan 3 uur uit hebt gehad, en in de zeven dagen hiervóór gemeenschap hebt gehad;
- als u NuvaRing langer dan 4 weken hebt in gehad (begin niet met een nieuwe ring voordat uw dokter zegt dat dat kan);
- als de verwachte bloeding voor de tweede keer achter elkaar uitblijft of als u denkt dat u zwanger zou kunnen zijn (begin niet met een nieuwe ring voordat uw dokter zegt dat dat kan).

Het ringgebruik staken en meteen naar de dokter in de volgende gevallen

- bij het optreden van verschijnselen die op trombose kunnen wijzen (zie paragraaf "2.2 Hormonale voorbehoedmiddelen en trombose");
- bij plotselinge, hevige buikpijn. Dit symptoom kan wijzen op een inwendige bloeding als gevolg van een lever tumor (zie paragraaf "2.2 Hormonale voorbehoedmiddelen en kanker");

NB. De hierboven vermelde situaties worden in paragraaf 2.2 van deze bijsluiter meer in detail beschreven en toegelicht.

3. HOE MOET U NUVARING GEBRUIKEN?

Dit product is alleen voor uzelf voorgeschreven en u moet het dus niet door anderen laten gebruiken.

3.1 WANNEER EN HOE GEBRUIKT U NUVARING?

U kunt NuvaRing zelf inbrengen. De arts zal u instructies geven over het inbrengen en verwijderen van NuvaRing. De vaginale ring moet op de juiste dag worden ingebracht (zie paragraaf "3.4 Wanneer te beginnen met de eerste ring?") en blijft vervolgens 3 weken onafgebroken in de vagina.

3.2 HOE KUNT U NUVARING INBRENGEN EN VERWIJDEREN?

1. Was vóór het inbrengen of verwijderen uw handen.
2. Kies voor het inbrengen van de ring een houding die u prettig vindt, bijvoorbeeld staand met één been omhoog, gehurkt, of liggend.
3. Haal NuvaRing uit het sacht.
4. Houd de ring tussen duim en wijsvinger, druk de ring samen en breng hem in de vagina (zie Figuren 1-4). Als de ring goed op zijn plaats zit voelt u hem niet. Als de ring niet prettig zit duw hem dan voorzichtig iets verder. De plek waar de ring zich precies bevindt is niet belangrijk.
5. Na 3 weken haalt u NuvaRing uit de vagina. U kunt dit doen door de wijsvinger door de ring te haken of door het uiteinde van de ring tussen wijs- en middelvinger te pakken en de ring er uit te trekken.
6. De gebruikte ring kan gewoon via het normale huishoudelijk afval weggegooid worden, bijvoorbeeld in het hersluitbare zakje. Spoel NuvaRing niet door het toilet.

3.3 DRIE WEKEN IN, ÉÉN WEEK UIT

1. Vanaf de dag van inbrengen draagt u de ring 3 weken **zonder onderbreking**.
2. Na die 3 weken verwijdert u de ring weer, op dezelfde dag van de week en op ongeveer dezelfde tijd als u hem heeft ingebracht. Bijvoorbeeld, als u NuvaRing op woensdagavond rond 10 uur hebt ingebracht betekent dat, dat u de ring 3 weken later op woensdagavond rond 10 uur weer moet verwijderen.
3. Nadat u de ring heeft verwijderd, gebruikt u gedurende 1 week geen ring. In de loop van deze week hoort een bloeding te beginnen (de zogenaamde onttrekkingsbloeding). Deze begint gewoonlijk op de 2^e of 3^e dag na het verwijderen van NuvaRing.
4. Begin na precies 1 week (ook weer op dezelfde dag en op ongeveer dezelfde tijd) met een nieuwe ring, ook al is de bloeding dan nog niet voorbij). Als de ring meer dan 3 uur te laat is ingebracht, kan de betrouwbaarheid verminderd zijn. In dat geval, volg dan de instructies uit paragraaf "3.5 Uw **ringvrije periode was langer dan 7 dagen**".

Als u NuvaRing gebruikt zoals hierboven beschreven, valt de onttrekkingsbloeding elke keer ongeveer op dezelfde dagen.



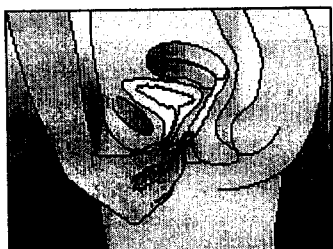
Figuur 1
Haal NuvaRing uit het sacht



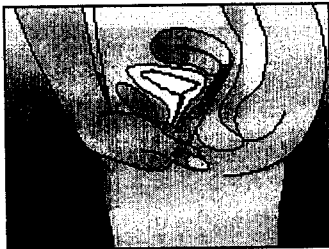
Figuur 2
Druk de ring samen



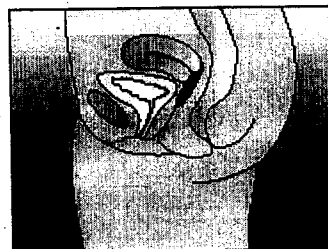
Figuur 3
Kies een prettige houding om de ring in te brengen



Figuur 4A



Figuur 4B



Figuur 4C

Breng de ring met de ene hand in de vagina (Figuur 4A), indien nodig kunnen de schaamlippen met de andere hand gespreid worden. Duw de ring de vagina in totdat hij prettig zit (Figuur 4B). Laat de ring 3 weken zitten (Figuur 4C).

3.4 WANNEER TE BEGINNEN MET DE EERSTE RING?

- *U hebt de afgelopen maand geen hormonaal voorbehoedmiddel gebruikt.*

Breng de eerste NuvaRing tussen dag 1 en dag 5, maar op zijn laatst op dag 5 van uw natuurlijke cyclus in (dag 1 is de eerste dag van uw menstruatie). Bijvoorbeeld als uw menstruatie begint op een vrijdag, breng dan de ring op zijn laatst de volgende dinsdag in. Zorg wel dat u in de eerste 7 dagen van de eerste cyclus een extra voorbehoedmiddel (bijvoorbeeld een condoom) gebruikt.

- *U hebt de afgelopen maand een combinatiepil gebruikt.*

U moet op zijn laatst op de dag na afloop van de tabletvrije periode van de Pil met NuvaRing beginnen. Als er bij uw Pil ook niet-werkzame tabletten in de strip zitten, moet u op zijn laatst op de dag na de laatste niet-werkzame tablet met NuvaRing beginnen. Als u niet weet welke tablet dat is, vraag het dan aan uw dokter of apotheker.

- *U hebt de afgelopen maand een minipil gebruikt.*

U kunt van de ene op de andere dag overschakelen naar NuvaRing, maar u moet de eerste 7 dagen wél een extra voorbehoedmiddel (bijvoorbeeld een condoom) gebruiken.

- *U hebt de afgelopen maand een prikpil of een implantaat gebruikt.*

Begin met NuvaRing wanneer u anders de volgende injectie zou krijgen of op de dag waarop het implantaat wordt verwijderd. U moet de eerste 7 dagen echter wél een extra voorbehoedmiddel (bijvoorbeeld een condoom) gebruiken.

- *Na een bevalling.*

Als u net bevallen bent, zal uw dokter u waarschijnlijk aanraden te wachten tot uw eerste spontane menstruatie. Soms is het mogelijk eerder met NuvaRing te beginnen. Volg het advies van uw dokter. Dat geldt ook als u borstvoeding geeft en NuvaRing wilt gebruiken.

- *Na een miskraam of abortus.*

Volg het advies van uw dokter.

3.5 WAT TE DOEN.....

... als NuvaRing per ongeluk uit de vagina raakt

NuvaRing kan per ongeluk uit de vagina raken, bijvoorbeeld als hij niet goed is ingebracht, wanneer u een tampon uithaalt of bij een moeilijke stoelgang. Het kan ook gebeuren als u bijvoorbeeld een verstopping of een verzakking hebt. Als de ring uit de vagina raakt, kan de ring afgespoeld worden met koud tot handwarm water (gebruik geen heet water) en opnieuw ingebracht worden.

... als de ring tijdelijk uit de vagina is geweest

NuvaRing geeft langzaam hormonen af aan het lichaam en voorkomt daarmee een zwangerschap. Als de ring langer dan 3 uur uit de vagina is geweest, zijn er te lang geen hormonen afgegeven en kan de werking van de ring verminderd zijn. De ring mag dus niet langer dan 3 uur per etmaal uit de vagina zijn.

- Als de ring **korter dan 3 uur** uit de vagina is geweest, is de werking van de ring niet verminderd. Breng de ring opnieuw in de vagina zodra u eraan denkt maar op zijn laatst binnen 3 uur.
- Als de ring **langer dan 3 uur** uit de vagina is geweest, kan de werking van de ring verminderd zijn. Breng de ring opnieuw in de vagina zodra u eraan denkt en haal hem er niet meer uit totdat u de ring minstens 7 dagen aaneengesloten hebt in gehad. Gebruik gedurende deze 7 dagen **extra voorbehoedmiddelen** zoals bijvoorbeeld een condoom.

Wanneer de ring in de derde week langer dan 3 uur uit de vagina is geweest, dan zal de ring dus in totaal meer dan 3 weken gebruikt worden. In dat geval kunt u de ring na afloop van de 7 dagen verwijderen en daarna uw normale ringvrije periode van 1 week aanhouden.

Als de ring in de eerste gebruiksweek langer dan 3 uur uit is geweest, moet u rekening houden met de kans op een zwangerschap. Neem in dat geval daarom meteen contact op met uw dokter.

... als u na de ringvrije periode te laat bent begonnen met een nieuwe ring

Uw **ringvrije periode** was **langer dan 7 dagen**. Breng een nieuwe ring in de vagina zodra u eraan denkt. U moet gedurende 7 dagen **extra voorbehoedmiddelen** (bijvoorbeeld een condoom) gebruiken. Als u in de ringvrije periode gemeenschap hebt gehad moet u rekening houden met de kans op een zwangerschap. Neem in dat geval daarom meteen contact op met uw dokter. Hoe langer de ringvrije periode, hoe groter de kans op een zwangerschap.

... als de ring te lang in de vagina is blijven zitten

- Als de ring langer dan 3, maar **maximaal 4 weken** in de vagina is geweest, dan is de werking van de ring niet verminderd. Neem een ringvrije periode van maximaal 7 dagen en breng vervolgens een nieuwe ring in.
- Als de ring **langer dan 4 weken** in de vagina is geweest, kan de werking van de ring

verminderd zijn en kunt u zwanger worden. Neem in dat geval daarom meteen contact op met uw dokter.

Let op: Als u afgeweken bent van het aanbevolen gebruik en u hebt niet de verwachte bloeding in de eerstvolgende ringvrije periode, dan kunt u zwanger zijn. Neem contact op met uw dokter voordat u start met de volgende NuvaRing.

... als de verwachte bloeding uitblijft

- **U hebt NuvaRing correct gebruikt.** Als u NuvaRing correct hebt gebruikt en u geen andere geneesmiddelen hebt gebruikt, is het hoogst onwaarschijnlijk dat u zwanger bent. U kunt dan gerust met de volgende ring verdergaan. Als de verwachte bloeding echter twee keer achter elkaar uitblijft kunt u zwanger zijn. Neem onmiddellijk contact op met uw dokter. Start niet met de volgende NuvaRing voordat uw dokter heeft vastgesteld dat u niet zwanger bent.
- **U hebt NuvaRing *niet* correct gebruikt.** Als u bent afgeweken van het aanbevolen gebruik en u hebt niet de verwachte bloeding in de eerstvolgende ringvrije periode, dan kunt u zwanger zijn. Neem contact op met uw dokter voordat u start met de volgende NuvaRing.

... als u de begindag van uw menstruatie blijvend wilt verschuiven

Als u NuvaRing volgens de aanwijzingen gebruikt, dan zal uw menstruatie iedere 4 weken op ongeveer dezelfde dag beginnen. Als u deze dag wilt veranderen, dan kunt u dat doen door de periode tussen twee ringen te verkorten (maar nooit door te verlengen). Bijvoorbeeld als uw menstruatie normaal op vrijdag begint en u wilt dat in het vervolg verschuiven naar dinsdag (3 dagen eerder) dan moet u nu 3 dagen **eerder** dan gebruikelijk met een nieuwe ring beginnen. Als u de ringvrije periode erg kort maakt (bijvoorbeeld 3 dagen of minder) kan het gebeuren dat u tijdens deze ringvrije periode geen bloeding zult hebben. U kunt dan tijdens het gebruik van de volgende ring last hebben van doorbraakbloeding of spotting.

... als u uw menstruatie een keer wilt uitstellen

U kunt uw menstruatie uitstellen door **zonder ringvrije periode** verder te gaan met een nieuwe NuvaRing. U kunt deze nieuwe ring ook weer gewoon 3 weken gebruiken. U kunt tijdens het gebruik van deze nieuwe ring wel last hebben van doorbraakbloeding of spotting. Vervolgens begint u na de gebruikelijke ringvrije periode van 1 week weer met een nieuwe ring.

... bij onverwacht bloedverlies

Er kan soms onverwacht bloedverlies optreden (spontaan of seksueel beïnvloed) nadat u eerder steeds normaal hebt gemeenschapd en u NuvaRing correct hebt gebruikt. U kunt dan waarschijnlijk niet zonder menstruatieband. Maar in ieder geval is het nog gewoon in de vagina. Als het bloedverlies langer duurt, erger wordt of weer opnieuw begint, moet u contact opnemen met uw dokter.

3.6 OVERDOSIS

Er bestaan geen meldingen van ernstige schadelijke gevolgen bij een overdosis van de hormonen in NuvaRing. Mocht u per ongeluk meerdere ringen hebben ingebracht, dan kunt mogelijk last krijgen van misselijkheid, overgeven of vaginaal bloedverlies. Mocht u ontdekken dat een kind is blootgesteld aan de hormonen uit de ring, vraag dan uw dokter om advies.

3.7 WANNEER U WILT STOPPEN MET NUVARING

U kunt met NuvaRing stoppen wanneer u maar wilt. Als u niet zwanger wilt raken, vraag dan uw dokter om advies met betrekking tot andere betrouwbare methoden van geboorteregeling.

Als u stopt omdat u zwanger wilt worden, wordt in het algemeen aangeraden om te wachten totdat u een natuurlijke menstruatie hebt gehad voordat u probeert in verwachting te raken. U kunt dan gemakkelijker uitrekenen wanneer de bevalling zal plaatsvinden.

4. WELKE BIJWERKINGEN KUNNEN OPTREDEN TIJDENS HET GEBRUIK VAN NUVARING?

Ernstige bijwerkingen

Ernstige bijwerkingen die met het gebruik van NuvaRing in verband kunnen worden gebracht zijn beschreven in paragraaf 2.2 "Hormonale voorbehoedmiddelen en trombose" en 2.2 "Hormonale voorbehoedmiddelen en kanker". Lees deze paragrafen voor meer informatie en raadpleeg onmiddellijk uw dokter als u last hebt van een van deze aandoeningen of symptomen.

Andere mogelijke bijwerkingen

De volgende bijwerkingen zijn genoemd door gebruiksters van NuvaRing:

VAAK VOORKOMEND (1/10 – 1/100)	SOMS VOORKOMEND (1/100 – 1/1000)
• hoofdpijn • migraine • vaginaal ongemak (bijvoorbeeld afscheiding uit de schede en ontsteking van de vagina) • gewichtstoename	• jeuk aan de geslachtsorganen • huiduitslag • duizeligheid • angstig gevoel • diarree en braken • urineweginfecties of blaasontsteking

• misselijkheid • pijnlijke borsten • stemmingsveranderingen (bijvoorbeeld depressiviteit en emotionele labiliteit) • minder zin om te vrijen • pijnlijke menstruatie • acne • buikpijn • verliezen van de ring, problemen bij geslachtsgemeenschap en het voelen van de ring	• borsttumor vorming • ring gerelateerde problemen bij de man (b.v. bij geslachtsgemeenschap) • ontsteking van de baarmoederhals • rugpijn • opgezette buik • vermoeidheid
---	--

Vertel het uw dokter of apotheker altijd als u last heeft van een bijwerking, vooral als die ernstig of hardnekkig is, of als u een verandering in uw gezondheid bemerkt waarvan u denkt dat die mogelijk door NuvaRing wordt veroorzaakt.

5. HOE BEWAART U NUVARING

Start niet met het gebruik van NuvaRing 4 maanden na de leveringsdatum of de op het doosje aangegeven houdbaarheidsdatum achter "Niet te gebruiken na". Ga uit van de datum die het eerst verstrijkt.

Bewaar NuvaRing beneden de 30°C en in de originele verpakking.

Gebruik het preparaat niet als u ziet dat de ringen verkleurd zijn, of wanneer u andere zichtbare tekenen van achteruitgang in kwaliteit opmerkt.

Houd NuvaRing buiten het bereik en zicht van kinderen!

6. DATUM VAN DE LAATSTE HERZIENING VAN DE TEKST VAN DEZE BIJSLUITER

Deze bijsluiters is voor het laatst bijgewerkt in: maart 2002.

7. MEER OVER HORMONALE VOORBEHOEDMIDDELEN

Behalve ongewenste bijwerkingen kunnen hormonale voorbehoedmiddelen, zoals NuvaRing, ook gunstige effecten op uw gezondheid hebben. Uw maandelijkse bloeding kan lichter worden en korter duren. Daardoor hebt u minder kans op bloedarmoede. Eventuele menstruatiepijn kan verminderen of geheel verdwijnen. Er is bovendien gerapporteerd dat enkele ernstige aandoeningen minder vaak voorkomen bij gebruiksters van hormonale voorbehoedmiddelen met 50 µg ethinyloestradiol ("hooggedoseerde pillen") dan bij niet-gebruiksters. Hoewel dit ook het geval kan zijn bij NuvaRing staat dit nog niet vast. De aandoeningen die minder vaak voorkomen zijn:

- goedaardige knobbeltjes in de borst;

- het ontstaan van cystes (met vocht gevulde blaasjes) in de eierstokken;
- infecties in de onderbuik;
- een buitenbaarmoederlijke zwangerschap;
- kanker van het baarmoederslijmvlies;
- kanker aan de eierstokken

**RAADPLEEG UW ARTS OF APOTHEKER INDIEN U NOG VRAGEN HEEFT OF
WANNEER U DE VOLLEDIGE VOORSCHRIJFGEGEVENS VAN NUVARING ZOU
WILLEN ONTVANGEN**