**P-STAV**

P-staven kaldes også hormonstav. Det er en langtidsvirkende prævention med hormonet gestagen. Den er 2 x 4 mm bred og 4 cm lang. Staven placeres lige under huden på indersiden af overarmen.

Hvordan virker den

P-staven afgiver langsomt en lille mængde hormon, som virker ved at forhindrer ægløsning, at gøre slimen i livmoderhalskanalen uigennemtrængelig for sædceller og gøre slimhinden i livmoderhulen tynd og uegnet for et befrugtet æg. P-staven virker i 3 år. Sikkerheden er 95,5 % sv.t. 1 ud af 200 brugere bliver gravide på 1 år.

Hvornår virker p-staven?

P-staven virker, så snart den er sat ind, hvis indlægningen sker i løbet af de første 5 dage efter menstruationens start. Hvis det sker på andre tidspunkter i din menstruationscyklus, skal du anvende kondom i 14 dage og tage en graviditetstest inden du kommer. Sker indlægningen efter ægløsningstidspunktet, skal du være opmærksom på, om du allerede kan være blevet gravid. Er du allerede gravid, så vil graviditeten fortsætte. Ved tvivl om graviditet kontrolleres med graviditetstest.

Hvordan får du en p-stav?

Hvis du ønsker den lagt hos os, skal du have en henvisning fra din egen læge, der laver recept, hvis du er sikker på dit valg af prævention. I så fald medbringer du p-staven købt på apoteket.

Staven skal optimalt lægges dag 1-5 efter første blødningsdag.

Staven lægges ind på indersiden af den arm du bruger mindst. Der anvendes først lokalbedøvelse. P-staven lægges ved at nål føres lige ind under huden. Staven skal kunne mærkes både af dig og af lægen efter indlægningen. Du kan forvente ømhed i dagene efter.

Når p-staven skal ud igen, fjernes den hos lægen. I lokalbedøvelse lægges et lille snit over den ene ende af staven, hvorefter staven fjernes. Ønsker du at få en ny p-stav med det samme, lægges den ind, der, hvor den tidligere stav lå. Som udgangspunkt bliver p-staven liggende hvor den er lagt, men oplever du at den rykker sig, skal du søge læge.

Kontrol

Har du ikke haft P-stav før anbefaler vi en kontrol efter 3 måneder.

Fordele

Du skal ikke tænke på prævention i hverdagen. Ved tidligere blodpropper, forhøjet blodtryk, sukkersyge, overvægt, rygning eller alder over 35 år, kan du bruge p-stav.

Ulemper

I starten vil der være daglige pletblødninger, som bliver mindre over tid. Menstruationsstyrken aftager og der kan være længere mellem menstruationerne. Nogle oplever, at derat pletblødningerne fortsætter. Andre oplever at menstruationerne ophører. Der kan forekomme lette bivirkninger som f.eks. akne (uren hud), brystspændinger, hovedpine, humørsvingninger og vægtøgning. P-staven beskytter ikke mod kønssygdomme.

Link med information til borgere om Nexplanon: [https://min.medicin.dk/Medicin/Praeparater/6560](%20https%3A/min.medicin.dk/Medicin/Praeparater/6560)

Revideret d. 7.10.2022