

Pil pencegah kehamilan wanita Contraceptive pills for women

Pencegah kehamilan terkenal di Australia adalah pil yang disebut pil 'gabungan'. Ini mengandung dua hormon yang mencegah tubuh wanita membuat telur setiap bulan. Tanpa telur ini wanita tidak bisa mengandung.

Minumnya bagaimana?

Agar mujarab pil harus diminum secara teratur. Ada dua kemasan yang berbeda. Pertama yang berisi 21 pil yang semuanya berisi hormon.

Minumlah sebutir setiap hari dan setelah habis ambillah jeda selama tujuh hari, lalu mulai kemasan berikutnya. Selama jeda ini ada perdarahan seperti haid biasa. Bagi wanita yang mudah lupa mulai lagi setelah tujuh hari, cobalah kemasan 28 pil yang membiasakan Anda untuk minum pil tiap hari. Selain dari 21 pil hormon, kemasan ini juga mencakup tujuh pil gula untuk diminum selama jeda tujuh hari. Usai kemasan ini, langsung mulailah kemasan berikutnya.

Beritahulah dokternya jika Anda minum obat, vitamin atau ramuan jamu lainnya - ada yang menjadikan pil kurang mujarab.

Kalau lupa bagaimana?

- **Bila terlambatnya kurang dari 12 jam untuk minum pil**
Minumlah yang terlupa itu. Minumlah yang selanjutnya pada waktu biasanya, meskipun itu berarti dalam sehari minum dua pil.
- **Bila terlambatnya lebih dari 12 jam**
Minumlah segera yang terlupa itu dan yang selanjutnya pada waktu biasanya, tapi pakailah juga pencegah cadangan (ump kondom, diafragma atau kondom wanita) selama tujuh hari berikutnya. Kalau terjadinya pada waktu sisa pilnya kurang dari tujuh dalam hal kemasan 21 hari, setelah isi kemasan habis mulailah kemasan berikutnya tanpa jeda. Kalau kemasan 28 hari yang dipakai, lihat dulu berapa pil hormon yang tersisa. Kalau kurang dari tujuh, mulailah kemasan berikutnya segera setelah habis. Dengan kata lain, jangan minum pil gulanya tapi langsung mulai kemasan berikutnya.

Apa keuntungan kesehatan dari minum pil ini?

- Bisa mengurangi masalah kulit dan ciri-ciri pra-haid (angin-anginan dan gejala lain yang dialami wanita sebelum haid).
- Bisa mengurangi perdarahan haid dan rasa sakit.
- Mengurangi kemungkinan kanker indung telur dan dinding rahim.

Apakah pil ini cocok untuk setiap wanita?

Bukan untuk wanita dengan riwayat penggumpalan darah, lumpuh sebelah, sakit jantung, kanker payudara dan masalah hati. Sebelum memakai pil ini beritahulah dokternya jika Anda:

- merokok (merokok dan minum pil memperbesar kemungkinan sakit jantung dan lumpuh sebelah).
- menderita tekanan darah tinggi atau kencing manis.
- berusia 35 lebih.
- mendapat migraine (sakit kepala sebelah).

Apa saja pengaruh sampingannya?

Meskipun ada wanita yang mengalami gejala-gejala (ump perdarahan tak teratur, berat badan naik, sakit kepala, muak, lemah nafsu, masalah kulit, angin-anginan, kembung atau kerawanan payudara), hal ini akan membaik sesudah dua tiga bulan. Ini biasanya teratasi kalau minta pil penggantinya kepada dokter. Kadang-kadang pil menyebabkan bercak hitam di kulit wajah - memakai topi dan penangkis sinar surya bisa mencegahnya terjadi.

Apakah pil ini penyebab kanker payudara?

Masih diperbantahkan. Banyak dokter membenarkan bahwa bahaya ini kecil sekali walaupun kemungkinan mendapatkannya bertambah dan laik dibandingkan dengan kemampuan melindungi terhadap kanker lainnya.

Apakah pil ini kelak mengurangi kesuburan?

Tidak. Tapi kalau berhenti minum pil, kadang-kadang sampai satu dua bulan baru datang bulannya cocok lagi.

Pilihan lain

Tanyakanlah tentang pil mini (berisi hormon tunggal) dan cara pencegah kehamilan berhormon lainnya yang tahan sampai tiga bulan.

Untuk keterangan lebih lanjut, tanyakanlah kepada dokternya, layanan kesehatan wanita atau klinik KB.

Bila perlu menelepon dalam bahasa Inggris hubungilah Layanan Penterjemah Lisan dan Tulisan TIS lewat nomor 131450.

Pada jaringan Multicultural Communication di <http://mhcs.health.nsw.gov.au> bisa Anda temukan lebih banyak lagi keterangan kesehatan berbahasa Indonesia.