

**BEREID JE VOOR!**

Ga je binnenkort naar jouw zorgverlener om te praten over anticonceptie? Help jezelf en jouw zorgverlener door je goed voor te bereiden. Anticonceptie is namelijk altijd maatwerk.

Iedere vrouw is anders. Deze vragenlijst laat je alvast nadenken over zaken die belangrijk zijn voor het vinden van een anticonceptiemiddel dat bij jou past. Wat is er allemaal van belang? Naar welke anticonceptie gaat mijn voorkeur uit? Waarom wil ik starten met anticonceptie? Of wil ik misschien veranderen?

Je kunt de voorbereiding natuurlijk ook uitprinten en meenemen naar het gesprek.

**(STAP 1 VAN 8): GEBRUIK JE OP DIT MOMENT ANTICONCEPTIE?**

Ja

Nee

**(STAP 2 VAN 8): WELKE ANTICONCEPTIE GEBRUIK JE?**

Pil

Anticonceptiepleister

Anticonceptiering

Prikkpil

Anticonceptiestaafje

Hormoonspiraaltje

Koperspiraaltje

Condoom

Overig:

Bij keuze voor Pil:

**(STAP 2 VAN 8) WELKE PIL GEBRUIK JE OP DIT MOMENT?**

- CERAZETTE® (desogestrel)
- DAYLETTE® (drospirenon / ethinylestradiol)
- DELAMONIE® (desogestrel)
- GESTODEEN / ETHINYLESTRADIOL
- LOVETTE® (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- MARVELON® (desogestrel / ethinylestradiol)
- MERCILON® (desogestrel / ethinylestradiol)
- MICROGYNON® 20 (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- MICROGYNON® 30 (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- MICROGYNON® 50 (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- MINULET® (gestodeen / ethinylestradiol)
- ROSAL® (drospirenon / ethinylestradiol)
- SEASONIQUE® (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- STEDIRIL® (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- TRIGYNON® (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- TRINORDIOL® (levonorgestrel / ethinylestradiol)
- QLAIRA® (dienogest / estradiolvaleraat)
- YASMIN® (drospirenon / ethinylestradiol)
- YAZ® (drospirenon / ethinylestradiol)
- ZARELLE® (desogestrel)
- ZOELY® (norgestrolacetaat / estradiol)
- Weet ik niet

**(STAP 2A VAN 8) WIL JE OVERSTAPPEN NAAR EEN ANDERE ANTICONCEPTIEMETHODE?**

- Ja
- Nee

**(STAP 2B VAN 8) WAAROM WIL JE OVERSTAPPEN NAAR EEN ANDERE ANTICONCEPTIEMETHODE?**

- Ik ben niet tevreden met mijn huidige anticonceptiemethode
- Ik vergeet mijn anticonceptie soms
- Ik heb last van bijwerkingen bij mijn huidige anticonceptiemethode
- Ik heb negatieve verhalen gehoord over de anticonceptiemethode die ik gebruik
- Anders, namelijk

**(STAP 3 VAN 8) WAT IS JE VOORNAAMSTE REDEN OM ANTICONCEPTIE TE (GAAN) GEBRUIKEN?**

- Voorkomen van zwangerschap
- Last van menstruatie
- Huidproblemen
- Anders, namelijk

**(STAP 4 VAN 8) WELKE SITUATIE(S) ZIJN VOOR JOU VAN TOEPASSING?**

- Ik rook
- Ik geef borstvoeding
- Ik ben > 35 jaar
- Ik heb borstkanker en/of baarmoederhalskanker
- Ik heb diabetes
- Ik heb een te hoog cholesterolgehalte
- Ik heb obesitas
- Ik heb trombofilie
- Ik heb ernstige leverfunctiestoornissen
- Ik heb een hoge bloeddruk, trombose en/of hart- en vaatziekten
- In mijn familie komt trombose en/of hart- en vaatziekten voor
- Ik heb last van migraine
- Ik gebruik andere geneesmiddelen
- Geen van deze punten zijn van toepassing

**(STAP 5 VAN 8) HEB JE IN HET VERLEDEN EEN VAN DEZE AANDOENINGEN GEHAD?**

- Hartinfarct
- Herseninfarct (CVA)
- Diepe veneuze trombose en/of longembolie
- Migraine
- Borstkanker en/of baarmoederhalskanker
- Geen van deze punten zijn van toepassing

**(STAP 6 VAN 8) WELKE VAN ONDERSTAANDE ONDERWERPEN SPELEN BIJ JOU EEN ROL BIJ HET MAKEN VAN EEN KEUZE?**

- Ik wil het tijdstip van mijn menstruatie zelf kunnen bepalen.
- Ik ga binnenkort voor een langere periode op reis.
- Ik wil niet elke dag aan mijn anticonceptie denken.
- Ik vergeet mijn anticonceptie wel eens.
- Ik wil snel zwanger kunnen worden als ik stop met mijn anticonceptie.
- Ik heb een beroep met onregelmatige werktijden.
- Anders, namelijk

**(STAP 7 VAN 8) WELKE ANTICONCEPTIEMETHODE HEEFT MOMENTEEL JE VOORKEUR?**

- Pil
- Anticonceptiepleister
- Anticonceptiering
- Prikpil
- Anticonceptiestaaftje
- Hormoonspiraaltje
- Koperspiraaltje
- Geen voorkeur
- Overig:

**(STAP 8 VAN 8) OVERIGE NOTITIES**

Geen overige notities

Overig:

Je hebt zojuist alle stappen doorlopen in voorbereiding op het gesprek over anticonceptie met jouw zorgverlener. Het is goed om deze informatie te bespreken.