

IT - 259048  
© JC 2003

Mit den Informationen, die Sie gerade in dieser Broschüre gelesen haben, sollen die häufigsten Fragen zu EVRA® beantwortet werden. Denken Sie bitte daran, sich bei weiteren Unklarheiten an Ihren Gynäkologen, einen Arzt Ihres Vertrauens oder einen Apotheker zu wenden.

**JANSSEN-CILAG SpA**  
**Via M.Buonarroti, 23**  
**20093 Cologno Monzese MI**

*Evra* ■■■■  
transdermales pflaster



*Evra* ■■■■  
transdermales pflaster

ATC: G03AA norelgestromin/ethinylestradiol

**FRAGEN UND ANTWORTEN  
ZU EVRA®**



## **DIE BEDEUTUNG DIESER BROSCHÜRE**

*Evra* ■■■  
transdermales pflaster

Die regelmäßige und korrekte Anwendung von EVRA<sup>®</sup> ist genauso wie bei allen anderen Methoden der Empfängnisverhütung der Schlüssel des Erfolges. Deshalb ist es wichtig zu wissen, wie Sie EVRA<sup>®</sup> richtig anwenden, damit das Präparat für Sie am wirksamsten ist. Das Verhütungspflaster ist eine vollkommen neue Methode zur hormonellen Schwangerschaftsverhütung und es ist das erste seiner Art. Bestimmt haben Sie viele Fragen dazu.

Diese Broschüre möchte versuchen, all Ihre Fragen zu beantworten und Ihnen helfen, sich mit der Anwendung von EVRA<sup>®</sup> vertraut zu machen. Freilich will und kann Sie ein stets empfehlenswertes Beratungsgespräch mit Ihrem Frauenarzt/Ihrer Frauenärztin oder einem Arzt Ihres Vertrauens schwer ersetzen. Wir laden Sie auch dazu ein, aufmerksam den erklärenden Beipackzettel zu lesen, den Sie in der Innentasche der Broschüre finden, da er detailliertere Informationen über das Produkt und seine Anwendung enthält. Sollten trotz dieser ausführlichen Hinweise noch weitere Unklarheiten bestehen, wenden Sie sich bitte an Ihren Vertrauensarzt oder Gynäkologen.



WAS IST EVRA® .....	<b>7</b>
WIE WIRKT EVRA® .....	<b>9</b>
WIE WIRKSAM IST EVRA® .....	<b>11</b>
WO KLEBE ICH DAS PFLASTER AUF .....	<b>12</b>
WANN SOLLTE ICH BEGINNEN .....	<b>15</b>
WIE STEIGE ICH VON DER PILLE AUF EVRA® UM .....	<b>17</b>
WANN MUSS ICH DAS PFLASTER ERSETZEN .....	<b>18</b>
WIE ÄNDERE ICH DEN „PFLASTER-WECHSELTAG“ .....	<b>21</b>
WIE WIRD DAS PFLASTER AUFGEKLEBT .....	<b>23</b>
WIE ENTFERNE ICH DAS PFLASTER .....	<b>27</b>
WENN ICH VERGESSEN HABE, DAS PFLASTER ZU WECHSELN ...	<b>31</b>
WENN SICH DAS PFLASTER ABLÖST .....	<b>33</b>
KÖRPERLICHE BETÄTIGUNGEN .....	<b>35</b>
DIE MENSTRUATION .....	<b>37</b>
MUSS ICH DIE ANWENDUNG VON EVRA® AUSSETZEN .....	<b>38</b>
WENN ICH SCHWANGER WERDEN MÖCHTE .....	<b>39</b>
WO BEWAHRE ICH EVRA® AUF .....	<b>41</b>
WAS MUSS ICH NOCH ÜBER EVRA® WISSEN .....	<b>43</b>

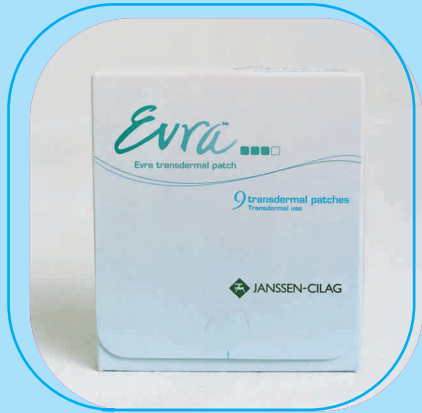


## WAS IST EVRA®?

EVRA® ist das erste und einzige Verhütungspflaster. Es handelt sich dabei um ein dünnes, flexibles, beigefarbenes, quadratisches Pflaster, das auf den Körper aufgeklebt wird. EVRA® ist bei der Verhütung ungewollter Schwangerschaften sehr wirksam, sofern es richtig angewendet wird. Einmal aufgeklebt, wird das EVRA®-Pflaster 7 Tage lang getragen. Es gibt kontinuierlich 7 Tage die Woche über die Haut Hormone zur Schwangerschaftsverhütung an den Blutkreislauf ab.

- Kleben Sie EVRA® einmal die Woche, immer am gleichen Wochentag (dieser Tag ist Ihr „Pflaster-Wechseltag“), drei Wochen hintereinander auf.
- In der vierten Woche kleben Sie kein Pflaster (zu diesem Zeitpunkt müsste eigentlich Ihre Blutung einsetzen).
- Nach der vierten Woche wiederholen Sie jeden Monat den Applikationszyklus genau so wie beschrieben.

## WIE WIRKT EVRA®?



EVRA® enthält zwei verschiedene Hormone: ein Östrogen (Ethinylestradiol) und ein Gestagen (Norelgestromin). Einmal auf den Körper aufgeklebt, werden die Hormone kontinuierlich über die Haut an den Blutkreislauf abgegeben und verhüten auf zweierlei Weise eine ungewollte Schwangerschaft:

- Während des normalen Menstruationszyklus von etwa 28 Tagen, sondert die Hirnanhangdrüse Hormone ab, die den Eierstöcken signalisieren, ein Ei freizugeben, das in die Eileiter eintritt, wo es befruchtet werden könnte. Die in EVRA® enthaltenen Hormone verhindern dies, indem der Eisprung unterdrückt wird.
- Gleichzeitig bewirken sie eine Verdickung des Schleimpfropfes im Gebärmutterhals, wodurch das Eindringen der Spermien in die Gebärmutter erschwert wird.

## WIE WIRKSAM IST EVRA®?



EVRA® hat bei der Schwangerschaftsverhütung eine Wirksamkeit von 99%, wenn das Produkt richtig angewendet wird. Wie bei jedem anderen Verhütungsmittel auch, steigt das Risiko einer Schwangerschaft durch Fehler bei der Anwendung.

- EVRA® wurde weltweit von über 3.300 Frauen ausprobiert.
- Es wurden dabei mehr als 70.000 Pflaster appliziert.

## WO KLEBE ICH DAS EVRA®-PFLASTER AUF?

- Sie können EVRA® auf Gesäß, Bauch, Oberkörper oder auf die Außenseite der Oberarme kleben.  
**Verwenden Sie das Verhütungspflaster jedoch niemals im Bereich der Brüste.**
- Wenn Sie wollen, können Sie jede Woche eine andere Stelle wählen, dürfen das Pflaster aber jeweils 7 Tage lang nicht abziehen.
- Selbstverständlich können Sie das Verhütungspflaster jede Woche in der gleichen Körperregion tragen, vermeiden Sie jedoch, es immer exakt am selben Fleck aufzukleben. Wenn Sie zum Beispiel für Ihr erstes Pflaster die linke Bauchseite gewählt haben, wechseln Sie in der nächsten Woche einfach auf die rechte Seite.
- Kleben Sie das Pflaster niemals auf gerötete, gereizte oder abgeschürfte Hautflächen.

- Verwenden Sie jedes mal nur ein Pflaster und entfernen Sie das Alte, ehe Sie ein Neues aufkleben.
- Überprüfen Sie jeden Tag, ob die gesamte Klebefläche des Pflasters auf der Haut haftet.



## WANN KANN ICH BEGINNEN, EVRA® AUFZUKLEBEN?



You can start using EVRA®:

- **In den ersten 24 Stunden Ihrer Blutung:**  
Kleben Sie das erste Pflaster innerhalb der ersten 24 Stunden nach Einsetzen der Blutung auf. Es ist nicht notwendig, zusätzlich ein anderes Verhütungsmittel zu verwenden.
- **Nach den ersten 24 Stunden der Blutung:**  
Sollten Sie das erste Pflaster erst nach dem 1. Tag der Blutung aufkleben, müssen Sie für die Dauer der ersten 7 Pflaster-Tage ergänzend zu EVRA® ein nicht-hormonelles Verhütungsmittel verwenden (z. B. Kondome oder Verhütungsmittel mit spermizider Wirkung).



## **KANN ICH VON DER ANTI-BABY-PILLE AUF EVRA® UMSTEIGEN?**



Ja. Allerdings müssen sie den aktuellen Menstruationszyklus mit der Anti-Baby-Pille abschließen. Am ersten Tag der nächsten Blutung können Sie das EVRA®-Verhütungspflaster aufkleben. Sollten Sie das erste Pflaster nach den ersten 24 Stunden der Blutung aufkleben, aber noch innerhalb von 7 Tagen, dann müssen Sie die ersten 7 Pflaster-Tage hindurch zusätzlich ein nicht-hormonelles Verhütungsmittel verwenden (z.B. Kondome oder Verhütungsmittel mit spermizider Wirkung). Sollten Sie 5 Tage nach Einnahme der letzten Anti-Baby-Pille Ihre Monatsblutung noch nicht bekommen haben, sprechen Sie mit Ihrem Frauenarzt oder Ihrer Frauenärztin, um sicherzugehen, dass Sie nicht schwanger sind. Erst danach können Sie mit der Anwendung des EVRA®-Verhütungspflasters beginnen.

## WANN MUSS ICH DAS PFLASTER EVRA® WECHSELN?

**EVRA® muss 21 Tage in Folge getragen werden. Danach folgen 7 pflasterfreie Tage.**



In der 1. Woche tragen Sie das Pflaster 7 Tage lang, am Tag 8 entfernen Sie es (der "Pflaster-Wechseltag").

(Entsorgen Sie das benutzte Pflaster mit Sorgfalt: Auch nach der Verwendung enthält es noch eine beträchtliche Menge an Inhaltsstoffen. Deshalb ist es wichtig, die Anleitung im Beipackzettel zur Entsorgung des Pflasters genau zu befolgen.)



In der 2. Woche kleben Sie direkt am Tag 8 des Pflaster-Zyklus (der "Pflaster-Wechseltag") ein neues Pflaster auf.

In der 3. Woche bringen Sie das neue Pflaster am Tag 15 an.



Am Tag 22 des Anwendungszyklus (der erste Tag der 4. Woche) kleben Sie kein neues Pflaster auf (die Blutung sollte in dieser Woche einsetzen).

**Warten Sie niemals länger als 7 aufeinanderfolgende Tage, ehe Sie ein neues Pflaster aufkleben.**



Beginnen Sie den neuen vierwöchigen Zyklus mit EVRA® pünktlich an Ihrem nächsten „Pflaster-Wechseltag“, also dem Tag nach Tag 28. An welchem Tag Ihre Blutung beginnt oder endet ist dabei nicht ausschlaggebend.





**WAS MUSS ICH TUN,  
WENN ICH DEN  
„PFLASTER-WECHSELTAG“  
ÄNDERN MÖCHTE?**

- Beenden Sie den aktuellen Zyklus (die 3 Anwendungswochen von EVRA®).
- Während der ersten pflasterfreien Woche können Sie den „Pflaster-Wechseltag“ ändern. Lassen Sie sich von Ihrem Gynäkologen oder Vertrauensarzt beraten, um den für Sie günstigsten Zeitpunkt zu finden.



## **WIE KLEBE ICH DAS EVRA®-PFLASTER AUF?**

Folgen Sie einfach dieser kurzen Zusammenfassung:

- Kleben Sie das Pflaster nur auf saubere und trockene Haut. Verwenden Sie keine Cremes, Lotionen, Öle, Puder oder Schminke in unmittelbarer Nähe der Stelle, an der Sie das Pflaster anbringen wollen. Nur so können Sie sicher gehen, dass das Pflaster richtig auf der Haut haften bleibt.
- Öffnen Sie die Aluminiumverpackung, indem Sie sie längs des oberen und seitlichen Randes aufreißen. Machen Sie die Verpackung vollständig auf.
- Das Pflaster ist auf der Klebeseite durch eine durchsichtige Folie geschützt.

- Heben Sie mit einem Fingernagel ein Ende des Pflasters an und nehmen Sie es mitsamt der Schutzfolie vorsichtig aus der Verpackung.
- Die durchsichtige Folie ist in zwei Teile geteilt. Während Sie eine Hälfte der Schutzfolie abziehen, achten Sie bitte darauf, die Klebefläche des Pflasters nicht zu berühren.
- Kleben Sie erst die freie Pflasterhälfte auf die saubere und trockene Hautfläche, dann entfernen Sie die andere Hälfte der Schutzfolie.



- Drücken Sie ca. 10 Sekunden mit der Handfläche auf das Pflaster und vergewissern Sie sich, dass auch die Ecken gut festkleben. Fahren Sie mit dem Finger über den Pflasterrand, um den richtig Halt zu überprüfen.

Lesen Sie bitte aufmerksam den Beipackzettel, den Sie in der Innentasche der Broschüre finden. Er enthält genauere Informationen zum Präparat und dessen Gebrauch.





## WIE ENTFERNE ICH DAS EVRA®-PFLASTER?

EVRA® zu entfernen ist ganz einfach:

- Um das gebrauchte Pflaster abzulösen, heben Sie es einfach an einer Ecke an und ziehen es von der Haut ab.



- Entsorgen Sie das benutzte Pflaster mit Vorsicht: Nach dem Gebrauch enthält das Verhütungspflaster nach wie vor eine beträchtliche Menge an Inhaltsstoffen. Die im Pflaster zurückgebliebenen hormonellen Bestandteile könnten schädlich sein, sollten Sie in den natürlichen Wasserkreislauf gelangen.

Um das benutzte Pflaster richtig zu entsorgen, verwenden Sie deshalb die an der Außenseite der Aluminiumverpackung angebrachte Entsorgungsfolie. Ziehen Sie diese ab und kleben Sie das benutzte Pflaster auf den markierten Bereich. Nun schließen Sie die Entsorgungsfolie wieder und versiegeln somit das alte Pflaster. Jetzt können Sie es in den Hausmüll werfen. Passen Sie aber auf, dass es nicht in die Hände von Kindern gelangt.



- Egal ob ungebraucht oder benutzt, jedes Pflaster muss gemäß der örtlichen Vorschriften entsorgt werden. Aus Umweltschutzgründen dürfen gebrauchte Pflaster nicht in die Toilette oder andere Abflüsse geworfen werden.
- Sollten auf Ihrer Haut leichte Klebstoffspuren zurückgeblieben sein (das sehen Sie etwa daran, dass Kleidungsstücke am Pflaster scheuern), dann reiben Sie diese mit etwas Pflegeöl einfach ab.
- Denken Sie immer daran, das neue Pflaster an einer anderen Körperstelle auf saubere und trockene Haut, die frei von Cremes und Lotionen ist, aufzukleben.

## WAS PASSIERT, WENN ICH VERGESSEN HABE, DAS EVRA®-PFLASTER ZU WECHSELN?



### Mehr als ein Tag Verspätung beim Aufkleben des ersten Pflasters des Zyklus (1. Woche):

- Um zu verhindern, ungewollt schwanger zu werden, müssen sie eine Woche lang zusätzlich ein nicht-hormonelles Verhütungsmittel verwenden (z.B. Kondome oder Verhütungsmittel mit spermizider Wirkung).
- Kleben Sie das erste Pflaster des Zyklus sofort auf, sobald Sie die Verspätung bemerkt haben.
- Jetzt haben Sie einen neuen Tag 1 und einen neuen „Pflaster-Wechseltag“.

### Sie haben den Pflasterwechsel in der 2. oder 3. Woche vergessen:

- Wenn Sie mit dem Pflasterwechsel nur ein oder zwei Tage Verspätung haben, genügt es, das alte Pflaster zu entfernen und umgehend ein Neues anzubringen. Das nächste Pflaster muss dann am gewohnten „Pflaster-Wechseltag“ aufgeklebt werden. Ein zusätzliches Verhütungsmittel ist nicht notwendig.
- Sind seit dem letzten „Pflaster-Wechseltag“ schon mehr als zwei Tage vergangen, müssen Sie eine Woche lang ein zusätzliches, nicht-hormonelles Mittel zur Empfängnisverhütung verwenden. Entfernen Sie das benutzte Pflaster und kleben Sie ein Neues auf, um mit einem neuen, vierwöchigen Pflaster-Zyklus zu beginnen. Damit haben Sie also einen neuen Tag 1 und einen neuen „Pflaster-Wechseltag“.

### Sie haben vergessen, das Pflaster am Ende der 4. Woche zu entfernen:

- Sobald sie es bemerken, entfernen Sie das alte Pflaster.
- Beginnen Sie den nächsten Zyklus am gewohnten „Pflaster-Wechseltag“.
- Sie benötigen in diesem Fall kein ergänzendes Verhütungsmittel.



## WAS MUSS ICH TUN, WENN SICH DAS EVRA®-VERHÜTUNGSPFLASTER TEILWEISE ODER VOLLSTÄNDIG ABLÖSEN SOLLTE?



EVRA® GEWÄHRLEISTET OPTIMALE HAFTUNG. Um die bestmögliche Haftung zu garantieren, vergewissern Sie sich, dass die Körperstelle, an der Sie das Pflaster aufkleben wollen, sauber und trocken ist. Vermeiden Sie es, an betreffender Stelle Cremes, Lotionen, Körperöle, Puder oder Schminke aufzutragen. Sollte sich Ihr Pflaster dennoch vor dem „Pflaster-Wechseltag“ teilweise oder vollständig ablösen, beachten Sie die nachfolgenden Anweisungen:

### Wenn sich die Ecken des Pflasters ablösen:

- Drücken Sie fest mit der Handfläche ca. 10 Sekunden lang auf das Pflaster. Achten Sie darauf, dass die Ränder dabei fest kleben bleiben. Streichen Sie mit einem Finger über die Pflasterränder.
- Hält das Pflaster dennoch nicht, entfernen Sie es und kleben Sie ein Neues auf.

### Wenn das Pflaster abfällt:

- Hat sich das Pflaster vor weniger als 24 Stunden teilweise oder vollständig abgelöst, versuchen Sie es wieder festzukleben oder bringen Sie sofort ein Neues an (es ist in diesem Fall nicht notwendig, ein ergänzendes Verhütungsmittel zu verwenden; auch bleibt der „Pflaster-Wechseltag“ der gleiche).
- Wenn sich das Pflaster seit mehr als 24 Stunden abgelöst hat oder Sie nicht genau wissen, wann es abgegangen ist, dann kleben Sie sofort ein neues EVRA®-Pflaster auf, um das Risiko einer Schwangerschaft zu vermeiden. Beginnen Sie einen neuen Vier-Wochen-Zyklus. Auf diese Weise bekommen Sie einen neuen „Pflaster-Wechseltag“ und müssen entsprechend in der ersten Woche des neuen Zyklus ein ergänzendes, nicht-hormonelles Verhütungsmittel verwenden (z.B. Kondome oder ein Spermizid).



**WERDE ICH IN DER LAGE SEIN,  
ALLE KÖRPERLICHEN TÄTIGKEITEN  
SO AUSZUFÜHREN WIE ICH ES  
VOR DER ANWENDUNG VON EVRA®  
GETAN HABE?**

Ja. Es ist nicht notwendig, dass Sie während der Anwendung von EVRA® Ihre Aktivitäten umstellen. Ein Bad zu nehmen oder zu duschen, Schwimmen zu gehen und Gymnastik zu machen oder auch atmosphärische Luftfeuchtigkeit dürften das Pflaster in keiner Weise beeinträchtigen.

*Evra* ■■■■  
transdermales pflaster



## **WERDE ICH WEITERHIN JEDEN MONAT DIE MENSTRUATION BEKOMMEN?**

Wenn EVRA<sup>®</sup> richtig angewendet wird, sollten die Blutungen im Laufe der pflasterfreien, also der vierten Woche eintreten.

- Haben Sie die Verhütungspflaster richtig angewendet und trotzdem bleibt Ihre Monatsblutung aus, dann verwenden Sie die EVRA<sup>®</sup>-Pflaster auch während des nächsten Zyklus. Informieren Sie in diesem Fall aber vorher unbedingt Ihren Gynäkologen oder einen Arzt Ihre Vertrauens.
- Sollten Sie die Verhütungspflaster nicht vorschriftgemäß angewendet haben, und eine oder zwei aufeinanderfolgende Blutungen sind ausgeblieben, dann könnten sie schwanger sein. Suchen Sie umgehend Ihren Frauenarzt/Ihre Frauenärztin oder einen Vertrauensarzt auf, um überprüfen zu lassen, ob Sie tatsächlich schwanger sind. Unterbrechen Sie solange die Anwendung des Pflasters und verwenden Sie ein nicht-hormonelles Verhütungsmittel, bis Sie eine Schwangerschaft sicher ausschließen können.



## MUSS ICH DIE ANWENDUNG VON EVRA® AUSSETZEN?

Ihr Körper braucht keine periodischen Unterbrechungen der Anwendung von EVRA®. Sollten Sie dennoch beschließen, EVRA® vorübergehend nicht mehr zu verwenden, fragen Sie Ihren Gynäkologen oder Vertrauensarzt, was Sie tun müssen, um eine ungewollte Schwangerschaft zu vermeiden.



## UND WENN ICH SCHWANGER WERDEN MÖCHTE?

EVRA® ist eine reversible Verhütungsmethode. Es kann nach dem Abbruch der Anwendung von EVRA® zu einer kleinen Verzögerung kommen, ehe Sie wieder schwanger werden können. Dies ist häufig dann der Fall, wenn Ihre Periode schon vor der Verhütung mit dem Pflaster unregelmäßig war. Beraten Sie sich mit Ihrem Gynäkologen oder Vertrauensarzt. Möglicherweise rät er Ihnen, solange mit dem Versuch schwanger zu werden, zu warten, bis Sie wieder einen regelmäßigeren Menstruationszyklus haben.



## WO MUSS ICH EVRA® AUFBEWAHREN?

Bewahren Sie die EVRA® außerhalb der Reichweite von Kindern auf.

Heben sie die Pflaster entweder in ihrer Originalverpackung auf oder geben Sie sie in den Pflasterbehälter zurück, der dieser Packung beiliegt und Ihnen gleichzeitig eine Erinnerungstütze an den „Pflaster-Wechseltag“ sein soll.

Die Pflaster dürfen nicht im Kühlschrank aufbewahrt oder tiefgefroren werden.

Verwenden Sie die Pflaster nie nach Ablauf des Verfallsdatums.



## WAS MUSS ICH NOCH ÜBER EVRA® WISSEN?



- Verwenden Sie die Verhütungspflaster auch dann, wenn Sie nur selten Geschlechtsverkehr haben. Informieren Sie immer Ihren Frauenarzt oder Ihre Frauenärztin, wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen. Bestimmte Medikamente können die Wirkung von EVRA® beeinträchtigen.
- Hormonelle Verhütungsmittel können die Blutwerte verändern. Informieren Sie in diesem Fall den Arzt, der Ihnen EVRA® verschrieben hat.
- Durchfall oder Erbrechen haben in der Regel keinen Einfluss auf die Aufnahme der von EVRA® freigesetzten Hormone haben.
- Es ist sehr wichtig, EVRA® nur genau so anzuwenden, wie es im Beipackzettel, den Sie in der Innentasche dieser Broschüre finden, beschrieben ist, da dieser genauere Informationen zu dem Medikament enthält. Sollten Sie trotz dieser Beschreibung noch Fragen haben, wenden Sie sich bitte an Ihren Gynäkologen oder einen Arzt Ihres Vertrauens.
- Eventuelle Fehler bei der Anwendung, sei es beim Aufkleben des Pflasters oder durch zeitliche Unregelmäßigkeiten, könnten die Wahrscheinlichkeit einer ungewollten Schwangerschaft erhöhen.