

# Pille vergessen ?

## 7- Tage-Regel bei vergessener Pille

### Grundsätzlich:

#### **Verspätete Einnahme von mehr als 12 Stunden:**

- Pille sofort einnehmen, wenn das Vergessen bemerkt wird und eine zusätzliche Verhütungsmethode (Kondom) für die folgenden 7 Tage anwenden.

### Differenziert nach Einnamewoche:

#### **Verlängerung der Pillenpause oder Vergessen von einer oder mehreren der ersten 7 Pillen (1-7):**

- wenn nötig postkoitale (Pille danach) Verhütung. Unmittelbar anschliessend an Postkoitalpillen reguläres Einnahmeschema weiter, zusätzlich Verhütung für 7 Tage.

#### **Vergessen von einer der mittleren 7 Pillen (8-14), d.h. die Packung enthält nach der letzten vergessenen Pille 7 oder mehr:**

- Postkoital (d.h. nach dem Geschlechtsverkehr) Verhütung nicht nötig. Gewohntes Einnahmeschema weiter. Zusätzliche Verhütung für 7 Tage.

#### **Vergessen einer oder mehreren der letzten 7 Pillen (15-21) d.h. die Packung enthält weniger als 7 Pillen:**

- sicherste Methode und vor allem wenn mehrere Pillen ausgelassen wurden: Angebrochene Packung wegwerfen und nächste Packung sofort ohne Pause anschliessen ( Abbruchblutung bleibt aus!). Keine zusätzliche Verhütung.
- Falls nur eine bis zwei Pillen ausgelassen wurden und nicht auf die normale Abbruchblutung verzichtet werden möchte: Verkürzung der Pillenpause um 3 Tage. Keine zusätzliche Verhütung.