

What are progestin-only birth control pills (POPs)?

POPs is a birth control method made of the hormone progestin. It is like the hormone made by your body. This hormone keeps you from getting pregnant in 2 ways

- It keeps eggs from leaving the ovaries.
- It makes cervical mucus thicker. This keeps sperm from getting to the eggs.

Before getting POPs, you need to know about the most common benefits, side effects, and other choices you have. We are happy to answer any questions you have.

What are the benefits of POPs?

- There's nothing you have to do before sex to make POPs work. Being able to get pregnant comes back quickly after stopping POPs.
- POPs can protect you from
 - Pregnancy in the tubes
 - Bad cramps
 - Heavy periods

How well do POPs work?

- For every 100 people who take POPs on time every day for a year, only 1 will get pregnant.
- For every 100 people who do not take POPs on time every day for a year, about 9 will get pregnant.

What are the side effects of POPs?

You may have

- Nausea (feeling sick to your stomach) — usually clears up in 2 or 3 months
- Sore breasts — usually clears up in 2 or 3 months
- Headaches
- Irregular bleeding — including early or late periods, spotting between periods or no periods

Besides POPs, what other choices do I have?

There are many other methods of birth control. We will offer you information about them and answer your questions.

Can I use POPs?

Very rarely, people with certain health problems can't use POPs. Talk with your doctor or nurse about your risks and health problems. It will help you decide if POPs is right for you.

How do I take POPS?

Take 1 pill each day. All pills in the pack have hormones. Start a new pack the day after you finish the old pack. There are no “off” days.

Take your POP at the same time each day. If you take your pill more than 3 hours late, use a back-up birth control — like a latex condom and/or spermicide — for 2 days.

What else do I need to know?

Read the package insert that comes with your pack. The information may be different from ours. Let us know if you have questions.

POPs

- May not work quite as well for people who are taking certain other medicines including herbals like St. John’s Wort and some that are used for TB, seizures, mental disorders, or HIV/AIDS.
- May affect the other medicines you take. Always tell your doctor or nurse about your medicines.
- Do not protect you from sexually transmitted infections.

Your health is important to us. If you have any questions or concerns, please call us. We are happy to help you.

Call us right away at **610-481-0481 if you have**

- Unusually heavy bleeding from the vagina

¿Qué son las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno (PSP)?

Son un método anticonceptivo compuesto de la hormona progestágeno, que es similar a la que produce tu cuerpo naturalmente. Esta hormona evita el embarazo de 2 formas diferentes:

- Evita que los ovarios liberen óvulos.
- Espesa la mucosidad del cuello uterino. Esto evita que los espermatozoides lleguen a los óvulos.

Antes de adquirir píldoras anticonceptivas solo de progestágeno, es importante que conozcas los beneficios, los riesgos y los efectos secundarios más comunes, y qué otras opciones tienes. Nos complacerá responder cualquier pregunta que tengas.

¿Cuáles son los beneficios de las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno?

- Con las PSP no es necesario hacer nada antes de tener sexo. Despues de dejar las píldoras sólo de progestina se recupera rápidamente la posibilidad de quedar embarazada.
- Las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno te protegen contra lo siguiente:
 - Embarazo en las trompas de Falopio
 - Cólicos intensos
 - Periodos menstruales abundantes

¿Cuál es la efectividad de las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno?

- De cada 100 personas que usan las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno a diario y en el horario adecuado, solo 1 queda embarazada.
- De cada 100 personas que no usan las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno a diario y en el horario adecuado, aproximadamente 9 quedan embarazadas.

¿Cuáles son los efectos secundarios de las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno?

Podrás experimentar:

- Náuseas (ganás de vomitar): por lo general, desaparecen en un periodo de 2 a 3 meses.
- Dolor en los senos: por lo general, desaparece en un periodo de 2 a 3 meses.
- Dolores de cabeza.
- Sangrado irregular: incluidos periodos menstruales que se adelantan o atrasan, manchado entre periodos o la interrupción del periodo.

Además de las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno, ¿qué otras opciones tengo?

Existen muchos otros métodos anticonceptivos. Te daremos información sobre estos y responderemos tus preguntas.

¿Puedo tomar las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno?

Muy rara vez, las personas con ciertos problemas de salud no pueden tomar las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno. Consulta con tu médico o enfermero acerca de tus riesgos y problemas de salud. Le ayudará a decidir si las PSP son apropiadas para tu caso.

¿Cómo se toman las píldoras anticonceptivas solo de progestágeno?

Toma 1 píldora por día. Todas las píldoras del envase contienen hormonas. Empieza un nuevo paquete el día después que termina el paquete viejo. No hay “días de descanso”.

Tome la PSP a la misma hora cada día. Si tomas la píldora más de 3 horas tarde, utiliza un método anticonceptivo de respaldo —por ejemplo, un condón de látex o espermicida— durante 2 días.

¿Qué más debo saber?

Lee la información que viene con el paquete. La información puede ser diferente de la que te damos nosotros. Comunícate con nosotros por cualquier pregunta que puedas tener.

Píldoras anticonceptivas solo de progestágeno

- Pueden no ser muy efectivas para las personas que toman cierto tipo de medicamentos; entre ellos, productos herbarios como la hierba de San Juan y algunos de los que se utilizan para la tuberculosis, las convulsiones, los trastornos mentales o el SIDA/VIH.
- Pueden tener interacciones con otros medicamentos que estés tomando. Siempre informa a tu médico o enfermera qué medicamentos está tomando.
- No te protegen contra las infecciones de transmisión sexual.

Tu salud es importante para nosotros. Si tienes preguntas o inquietudes, llámanos. Nos complacerá ayudarte.

Llámanos de inmediato al número **610-481-0481 si ocurre lo siguiente:**

- Sangrado vaginal inusualmente abundante