Intermountain® Healthcare

Birth Control Pills: *5 Things You Need to Know*

How well the pill works to prevent pregnancy depends on whether you take it correctly. Go over this list with your healthcare provider to make sure you know how to use your birth control pills correctly.

1. *What type of pill you're taking, and when you can expect your menstrual period.*

There are two main types of birth control pill, **combination pills** that deliver the hormones progestin and estrogen, and **progestin-only pills**. Depending which type and brand you take (and depending on your usual menstrual cycle) you may have more or fewer periods over time. With some extended-cycle combination pills, you may have significantly fewer periods. Be sure you know when to expect your period — and if you think you might be pregnant, get a test.

Name of my birth control pill _____

Type of pill: ❒ **combination** ❒ **progestin-only**

Menstruation expected every _____**days**

2. *How to take your birth control pill correctly.*

Go over these general rules with your healthcare provider — some instructions will be specific to the type of pills you take.

Use a back-up birth control method at first. (It may take some time for your pill to work.)

Start pill this day: _____

Use back-up method until this day: _____

Take your pill at about the same time every day.

Know what to do if you accidentally miss a day.

If I miss a day, I should:_____

Tell your healthcare provider about any medications or supplements you take. Some can keep your birth control pills from working well.

Follow this advice about taking or starting a medication or substance: _____

_____

_____

3. *What side effects you may notice.*

You may not have any side effects. Still, it's helpful to know some common effects and any that might be specific to the type of pill you're taking. (Note that many common side effects ease or go away after the first few weeks or months.) **Ask your healthcare provide which of these you may have:**

- ❒ **Bleeding or spotting between periods**
- ❒ **Headaches**
- ❒ **Nausea**
- ❒ **Sore breasts**
- ❒ **Other**: _____

4. *How to stop taking your pill.*

You can stop taking your pill at any time. Here's what you can expect:

- If you stop in the middle of a cycle, you'll probably have bleeding within 4 to 6 days.
- You'll be able to get pregnant — so use another birth control method immediately if you don't want to become pregnant.

5. *When to call your healthcare provider.*

Women taking birth control pills have a slightly higher risk for some health problems. Call your healthcare provider if you notice any of these warning symptoms:

- Chest pain or jaw pain
- Severe pain in stomach
- Headaches that are different or worse than normal, a very severe and sudden headache, or a headache following bright flashing lights in your field of vision
- New lump in your breast
- No period after having a monthly period
- Soreness in your leg
- Breathing trouble
- Yellowing eyes or skin

Also call if you know or suspect you're pregnant.

Cinco cosas que necesita saber **sobre su píldora anticonceptiva**

La efectividad de la píldora para evitar el embarazo depende de que se tome correctamente. Revise esta lista con su proveedor de cuidados de la salud para asegurarse de saber cómo usar correctamente la píldora anticonceptiva.

1. *Qué tipo de píldora toma y cuándo debe ocurrir la menstruación.*

Hay dos tipos principales de píldoras anticonceptivas: la **píldora combinada** que contiene las hormonas progestina y estrógeno, y la **píldora de progestina sola**. Según el tipo y la marca que tome (y dependiendo de su ciclo menstrual habitual), es posible que con el tiempo menstrúe con mayor o menor frecuencia. Con algunas píldoras combinadas de ciclo extendido, quizá menstrúe con mucho menos frecuencia. Asegúrese de saber cuándo debe ocurrir la menstruación y hágase una prueba si cree estar embarazada.

Nombre de mi píldora anticonceptiva _____

Tipo de píldora: ❒ **combinada** ❒ **progestina sola**

La menstruación debe ocurrir cada _____**días**

2. *Cómo tomar correctamente la píldora anticonceptiva.*

Revise estas normas generales con su proveedor de cuidados de la salud; habrá instrucciones específicas para el tipo de píldora que toma.

Use un método anticonceptivo adicional al principio. (La píldora quizá tarde un poco en comenzar a funcionar.)

Comience a tomar la píldora este día: _____
Use un método adicional hasta este día: _____

Tome la píldora aproximadamente a la misma hora todos los días.

Sepa qué hacer si olvida una dosis accidentalmente.

Si olvido una dosis, debo:_____

Informe a su proveedor de cuidados de la salud sobre todos los medicamentos o suplementos que toma. Algunos pueden interferir con el funcionamiento de su píldora anticonceptiva.

Siga estos consejos sobre cómo tomar o iniciar una nueva sustancia o medicamento: _____

_____

3. *Qué efectos secundarios puede tener.*

Quizá no tenga efectos secundarios. Sin embargo, es útil que conozca algunos de los efectos comunes y aquéllos que puedan ser específicos para el tipo de píldora que toma. (Tenga en cuenta que muchos de los efectos secundarios comunes disminuyen o desaparecen después de las primeras semanas o meses.) **Pregúntele a su proveedor de cuidados de la salud cuál de éstos puede tener:**

- ❒ **Sangrado o goteo entre menstruaciones**
- ❒ **Dolores de cabeza**
- ❒ **Náuseas**
- ❒ **Dolor en los senos**
- ❒ **Otro**: _____

4. *Cómo dejar de tomar la píldora.*

Usted puede dejar de tomar la píldora en cualquier momento. Esto es lo que puede esperar:

- Si deja de tomarla a la mitad del ciclo, es probable que tenga sangrado en un plazo de 4 a 6 días.
- Usted puede ser fértil, por lo que debe usar otro método anticonceptivo de inmediato si no desea un embarazo.

5. *Cuándo llamar a su proveedor de cuidados de la salud.*

Las mujeres que toman píldoras anticonceptivas tienen un riesgo ligeramente más alto de sufrir algunos problemas de salud. Llame a su proveedor de cuidados de la salud si nota cualquiera de estas señales de alerta:

- Dolor en el pecho o en la mandíbula
- Dolor de estómago intenso
- Dolor de cabeza diferente o peor de lo normal, dolor de cabeza repentino y muy intenso, o dolor de cabeza acompañado de destellos brillantes de luz en su campo visual
- Masa nueva en el seno
- Ausencia de la menstruación después de presentar períodos regulares
- Dolor en la pierna
- Dificultad para respirar
- Ojos o piel amarillentos

Llame también a su médico si sabe o sospecha que está embarazada.

© 2012 Intermountain Healthcare. All rights reserved. The content presented here is for your information only. It is not a substitute for professional medical advice, and it should not be used to diagnose or treat a health problem or disease. Please consult your healthcare provider if you have any questions or concerns. More health information is available at **intermountainhealthcare.org.** **Patient and Provider Publications 801-442-2963 FS312A - 11/12** (Spanish translation 11/12 by Lingotek, Inc.)