

トリキュラー21(低用量避妊ピル)服用ガイド

最大の効果を得るために

トリキュラー21の効果を最大限発揮させるために、以下のポイントを実践されることをおすすめします。

●Day1スタート(生理開始日)での服用

生理開始日から服用を開始することで、服用初日から十分な避妊効果を発揮します。

また、生理周期が一定(28日周期)になるというメリットもあります。

生理開始日以外から服用を開始する場合は、服用開始後7日間は避妊効果を期待できないので他の避妊法(コンドームなど)との併用が必要です。

●徹底した服薬管理

飲み忘れが頻繁にあると避妊効果が弱まって排卵が起こり、妊娠に至ることがあります。毎日決められた時間帯に正しく服用することが非常に重要です。

特に、7日間の休薬期間の翌日すなわち新しいシートの1錠目を飲み忘れてしまわないように注意してください。

用法と用量

トリキュラー21は1日1回1錠、シートの番号順に従って1錠目から21日間に渡り毎日服用します。赤6錠→白5錠→黄色10錠の合計21錠です。

21日間続けて服用したら、7日間の休薬期間を設けます。服用期間と休薬期間を合わせた28日間は1クール=1シートとなります。間を終えた翌日は、必ず新しいシートの1錠目から服用し

て同様に継続服用してください。通常、この休薬期間7日間の中に消退出血すなわち生理がきます。

一定の血中濃度を維持して効果を安定させるため、毎日一定の時刻に服用するよう心がけてください。食事や時間帯の影響は受けないので、何時に服用しても構いません。

トリキュラー21を服用するにあたって、3パターンの開始日があります。自身のニーズや状況に合わせて服用を開始することが可能です。

●Day1スタート

生理開始日から服用を開始します。この方法が一番避妊効果が高く即効性があるため、最も推奨されています。

生理中は卵巣が排卵準備を始める期間です。この期間中にトリキュラー21を服用することによって排卵を抑制できるため、服用初日から避妊効果を発揮します。また、生理周期を一定(28日周期)に保つこともできます。

●サンデースタート

生理が始まってから最初に迎える日曜日から服用を開始します。十分な避妊効果を発揮するのは服用を開始してから1~2週間後となります。はじめの7日間は避妊効果が期待できないのでコンドームなどピル以外の成功率が高い避妊処置を併用する必要があります。

●クイックスタート

次の生理まで時間を要する・待ちたくない場合など、生理周期と関係ないタイミングで服用を開始します。サンデースタートと同様に、避妊効果を発揮するのは服用を開始してから1~2週間後となります。

併用禁忌薬

以下がトリキュラー21の併用禁忌薬です。

併用禁忌薬

- C型慢性肝炎治療薬
- オムビタスビル・パリタプレビル・リトナビル
(商品名ヴィキラックス)

上記の薬剤は肝機能値が悪化する恐れがあるため、トリキュラー21とは併用できません。

その他、禁忌ではありませんが併用注意薬が多数あります。

併用注意薬

- 抗結核薬
- リファンピシン(商品名リファジン、アプテシン)
- 抗てんかん薬全般
- フェノバルビタール(商品名フェノバル)
- フェニトイン(商品名ヒダントール、アレビアチン)
- カルバマゼピン(商品名テグレートール)
- 健康食品(サプリメントやハーブティーに含有)
- セイヨウオトギリソウ(セント・ジョーンズ・ワート)

上記の薬剤は、併用によってトリキュラー21の効果が弱まる恐れのあるものです。

他にも飲み合わせがあまり良くない薬がたくさん存在するので、何らかの疾患で服薬治療中の方はトリキュラー21の服用を開始する前に必ず医師か薬剤師に相談してください。

服用にあたっての注意点

トリキュラー21の効果を最大限発揮させるために、以下のポイントを実践されることをおすすめします。

●副作用について

頭痛、胸のむかつき、吐き気、下腹部痛、動悸、めまい、乳房の張り・痛み、不正出血、眠気、倦怠感などといった「つわり」に類似した症状が起こることがあります。これらはトリキュラー21を服用することで身体が生理前や妊娠時の状態に近付くためであり、ホルモンバランスの変化で起こるものであるのです。症状は軽度であることが多く、服用を続けると身体が慣れ症状が現れなくなります。症状が強い場合や改善しない場合は医師に相談してください。

重篤な副作用として、血栓症が稀に報告されています。文字通り血管中に血栓ができる疾患ですが、部位によっては心筋梗塞など命に関わることがあります。息切れ、胸痛、痺れ、激しい腹痛・頭痛、舌のもつれ、視力障害、失神などといった血栓症の主な初期症状の発現に注意してください。服用後に何らかの明らかな身体の異常が現れたら、服用を中止してすぐ受診してください。

40歳以上/喫煙/血栓症/乳がん/子宮がんの既往歴や家族歴/肥満/糖尿病/肝障害/腎障害/心臓病/高血圧

上記いずれかに当てはまる方は血栓症の発現リスクが高くなるため、トリキュラー21の服用には慎重な注意が必要です。

●服用できない方

乳がん・子宮がんなどエストロゲン依存性悪性腫瘍/血栓症(血栓性静脈炎・肺塞栓症・脳梗塞・狭心症・心筋梗塞)/診断が確定していない異常性器出血/糖尿病性腎症や糖尿病性網膜症/前兆を伴う片頭痛/重度の高血圧症や心臓病/重度の肝臓病/長期間の安静状態(寝たきり)/35歳以上で1日15本以上の喫煙者/妊娠中・授乳中/骨成長が終了していない

上記いずれかに当てはまる方はトリキュラー21を服用できません。

●効果の発現について

生理開始日から服用を開始しなかった場合、トリキュラー21の避妊効果が十分に発揮されるのは服用7日目以降です。そのため、服用を開始してから少なくとも7日目までは避妊率の高い避妊法を併用してください。なお、生理開始日から服用を開始した場合は初日から十分な効果を発揮します。

●飲み忘れについて

トリキュラー21を正しく服用することで95%以上の確率で妊娠を回避することができますが、飲み忘れが頻繁にあると避妊効果が下がり妊娠に至ることがあるため注意が必要です。服用予定時間から24時間以内であれば、飲み忘れに気付いた際にすぐ服用すれば問題ありません。最後の服用から48時間以上経過してしまった場合は避妊効果が期待できなくなります。

●その他

激しい下痢や嘔吐をすると、薬の有効成分が体外に排出され効果を発揮できない場合があります。もしもトリキュラー21服用後に3時間以内に嘔吐してしまった場合は、もう1錠追加で服用してください。3時間以上経過したのであれば、薬は体内に吸収されているので大丈夫です。喫煙は血栓症の副作用の発現リスクを高めます。トリキュラー21服用中は禁煙するように心がけてください。