



Mira: 'Van een gezellig etentje met vrienden moet ik wel drie dagen bijkomen.'

veranderen. Als ik wakker word, duurt het zo'n tien minuten tot ik alles scherp zie. Ik ben vaak licht in mijn hoofd en word snel duizelig bij een kleine inspanning. Zo doe ik de afwas in drie fases, anders houd ik het niet vol. Omdat mijn oogzenuwen gedeeltelijk zijn afgestorven, valt soms een stukje van mijn gezichtsveld weg. Ik zat een keer in de auto en plotseling zag ik de bestuurder naast me niet meer zitten vanuit mijn ooghoeken. Ik realiseerde me dat dat ook bij de hersenschade hoort, maar ik schrok er wel van. Voordat ik trombose kreeg, had ik mijn rijbewijs nog niet, maar dat durf ik nu ook niet meer te halen. Ik weet niet wat de gevolgen zijn als mijn zicht tijdens het rijden ineens minder wordt. Daarom ben ik altijd afhankelijk van openbaar vervoer of vrienden die mij halen of brengen; dat vind ik soms best moeilijk. Alle problemen hebben ertoe geleid dat ik een stuk minder energie heb. Ik hield altijd enorm van dansen, maar als ik nu te veel beweeg, word ik duizelig en moet ik me vasthouden om niet te vallen. Ook spontaan een avondje naar een vriendin gaan, is er niet meer bij. Afspraken moet ik nu ruim een week van tevoren plannen.

Laatst had ik een gezellig etentje bij vrienden; daar moest ik drie dagen van bijkomen. Dat is soms frustrerend, maar in de loop der jaren heb ik mijn aan-doeningen wel geaccepteerd. Ik probeer positief te blijven en houd de moed erin door me te richten op wat ik wél kan."

Onderzoek

"In Frankrijk is de Diane-35-pil inmiddels uit de schappen gehaald. Of dat in Nederland ook moet gebeuren, vind ik moeilijk te zeggen. Ik denk dat er goed onderzoek gedaan moet worden naar die pil en dat gebruiksters op de hoogte gesteld moeten worden van de risico's. Vaak wordt gezegd: het risico op trombose staat in de bijsluiting. Dat klopt, maar die zin staat in de bijsluiting van bijna elke anticonceptiepil. Ik denk dat veel vrouwen het idee hebben: ach, ik lees de bijsluiting en dan is het wel goed. Bovendien denk je bij trombose in eerste instantie aan iets in je been. Je realiseert je niet dat het ook veel ernstiger kan zijn, zoals bij mij het geval was.

Toen alle commotie over deze pil ontstond, werd alleen aandacht besteed aan de extreme gevallen waarbij sprake was van overlijden. Er zijn veel vrouwen die net als ik klachten hebben gekregen die niet fataal waren, maar wel vervelend. Daar hoor je niets over, die klachten zijn niet geregistreerd. Ik heb mijn ervaringen daarom meteen gemeld bij het Lareb (een centrum dat de bijwerkingen van geneesmiddelen bijhoudt, red.). Als meer vrouwen dat doen, kan onderzocht worden of Diane-35 inderdaad ernstige risico's met zich meebrengt. In mijn geval was er geen direct bewijs, maar volgens de artsen is die pil zeer waarschijnlijk wel de oorzaak van mijn trombose geweest. Ik slik nu al tien jaar geen enkele anticonceptiepil meer en heb nog steeds overgewicht, maar de trombose is niet teruggekomen. Dat zegt voor mij genoeg."

Meepraten?

Ga naar www.vriendin.nl
of mail jouw verhaal naar
post@vriendin.audax.nl

Wat is trombose?

Bij trombose ontstaat een bloedstolsel in een (slag)ader, waardoor het bloed niet goed kan wegstromen. Dit kan overal in je lichaam gebeuren, maar de meest voorkomende plaatsen zijn het been, de hersenen en het hart. Als de bloedstolling niet op tijd wordt ontdekt, kan het leiden tot een hartaanval of een beroerte.

Moet je stoppen met de Diane-35?

Catherine van Heest is oprichtster van Care for Women, een organisatie die is gespecialiseerd op het gebied van vrouwen en hormonen. Volgens haar is er onnodig veel commotie ontstaan rondom de Diane-35-pil: "Bij de vrouwen die aan trombose overleden zouden zijn, is niet bewezen dat Diane-35 de doodsoorzaak was. Misschien waren zij familiair belast met trombose of hadden zij andere risicofactoren zoals overgewicht. Als je dat niet hebt, hoef je je niet meteen zorgen te maken. Met een derdegeneratiepil, zoals de Diane-35, heb je weliswaar iets meer kans op trombose, maar dat wil helemaal niet zeggen dat je het ook krijgt."

In Frankrijk is de pil van de markt gehaald, maar in Nederland is hij nog verkrijgbaar. Volgens Catherine hoeft hij hier niet verboden te worden. "De Diane-35-pil is niet bedoeld als anticonceptiepil, maar als middel tegen acne. Vrouwen die daar last van hebben, kunnen die pil nog steeds gebruiken, zolang het maar voor een korte periode is van drie tot vier maanden. Iedereen die Diane-35 als anticonceptiepil slikt, hoeft echt niet meteen te stoppen. Bij een zwangerschap is de kans op trombose zelfs hoger dan bij pilgebruik. Moeten we dan ook allemaal niet meer zwanger worden? Ik zou alle vrouwen aanraden om met hun huisarts te overleggen welke vorm van anticonceptie het beste bij hun levensstijl past. De pil is geen snoepje, het is een geneesmiddel dat je zeker dertig jaar gebruikt. Laat je voorlichten over de samenstelling en risico's van alle pillen, zodat je weet welke geschikt is voor jouw lichaam."

Wil je meer informatie over pilgebruik?
Kijk dan op www.careforwomen.nl.