

# Amorest 28®

(norgestimate + ethinylestradiol)

## Bu Amorest 28'dir

Amorest 28, doğru kullanılırsa, sizi gebe olmaktan koruyan bir kontraseptiftir. Amorest 28 östrojen (etinilestradiol) ve progesteron (norgestimate) adında iki tür hormon içeren kombine bir kontraseptif tablettir.

## Amorest 28 gebeliği aşağıdaki gibi önler:

- Yumurtlama gerçekleşmez.
- Endometriyum, ince kalır ve kanlanmaz, bu bir yumurta oluşamayacağı anlamına gelir.
- Rahim ağzı salgısı kalınlaşarak spermin nüfuz edişini zorlaştırır.

### Amorest 28'i almadan önce:

- Paketteki prospektüsü dikkatlice okuyun.
- Bir sorunuz varsa gebelik danışmanınıza veya doktorunuza başvurun.

## Normal regl döngünüz

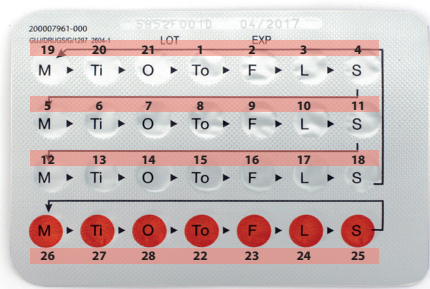
Amorest 28'in nasıl işlediğini anlamak için normal regl döngünüzün nasıl işlediğini bilmek ayrıca önemlidir. Yumurtalıklarınızdan ayda bir kez bir yumurta salınmaktadır. Endometriyum, yumurta oluşumu için kanlanıp daha da güçlenerek kendini hazırlar, döllenmiş besin alabilmek için bir cenin haline gelme ihtiyacı duyar. Eğer yumurta döllenmemişse, rahimde yeni oluşmuş endometriyum ile birlikte 14 gün sonra dışarı atılır. Oluşan kanamaya da regl denilir. Normal bir regl dönemi, 3 ila 8 gün sürmektedir. Kanamanın başlangıcından sonraki kanamaya kadar tüm regl döngüsü genelde 28 gün sürmekte fakat 21 günden 35 güne kadar kadınlar arasında çeşitlilik göstermektedir. Yumurtlama ise 28 günlük döngü içerisinde 9. ila 20. günler arasında oluşabilir.

## Kontraseptif tabletlerin olumlu etkileri

Kombine kontraseptif tabletleri kullandığınızda, menstrual akım, normal menstrüasyonunuza kıyasla azalır. Menstrüel kramplar ve ovülasyon ağrıları da azalır. Rahim ağzı salgısı kalınlaşarak bakterilerin geçmesini zorlaştırabilir. Kontraseptif tablet kullanan kadınlarda salpinjit örneğine daha az rastlanır. Öte yandan, kontraseptif tabletler cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı korumazlar.

### Not:

Kontraseptif tabletler cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı koruma sağlamaz, yani yeni bir partneriniz olursa ekstra koruma olarak prezervatif kullanmalısınız.



Örneğin regl döneminizin ilk günü Perşembe ise "To" işaretli olan tabletle başlamalısınız.



Amorest 28 paketi her birinde 28 tablet bulunan 3, 6 veya 13 blister ambalajından oluşur. İlk 21 mavi tablet (1-3. sıralar) hormonlu, sonraki 7 yeşil tablet (4. sıra) hormonsuzdur.

## Amorest 28 nasıl kullanılır

- Eğer regl döneminizin ilk gününde mavi tableti alırsanız gebelikten hemen korunursunuz. Amorest 28'i regl döngünüzün 2-5. günlerinde de almaya başlayabilirsiniz ancak bu durumda ilk 7 gün boyunca ekstra bir kontraseptif yöntem (prezervatif gibi) daha kullanmalısınız.
- Tabletleri her gün aynı saatte bir miktar sıvı ile almalısınız.
- En üst sıradan o günün haftalık işaretini gösteren bir tabletle başlayın. Örneğin, Salı günü başlayacaksanız, Ti işaretli bir tablet alın.
- 28 tabletin hepsini alana kadar okların yönünü izleyin. Son mavi hormon tabletinizi aldıktan 2-3 gün sonra adet kanamasına benzeyen bir kanamayı sıklıkla yaşayacaksınız (çekilme kanaması).
- Bir blister paketi bitirdikten sonra, kanama devam ediyorsa bile, yeni bir pakete başlayın. Bu, her zaman haftanın aynı gününde yeni blister paketine başlayacağınız ve bu nedenle de her ayın aşağı yukarı aynı günü regl olacağınız anlamına gelmektedir.

Sol aşağıdaki görsel tabletlerinizi 1. günden 28. güne dek nasıl alacağınızı gösterir. Örnekte regl döneminin ilk günü Perşembedir.

1. Kanamanın ilk gününde ilk tableti alarak başlayın. Örneğin Perşembe ise "To" yazısının altındaki tableti (soldaki görselde "1" işaretli olan tablet) alırsınız.
2. Folyodaki 21 mavi tabletin hepsini alana kadar ok yönünü izleyin, örneğin "1." tableten "21." tablete kadar.
3. Sonra, mavi tabletleri almaya başladığınız aynı günde yeşil tabletlere başlayın – bu örnekte "To" (görselde "22" işaretli olan). Blister bitene kadar tüm 7 tableti alın.
4. Hemen diğer pakete başlayın.

Eğer doğum sonrası dönemdeyseniz veya daha önce farklı bir hormonal kontraseptif kullandıysanız prospektüdeki Amorest 28'i nasıl kullanmalıyım bölümünü okuyun.

### Amorest 28'i almayı unutursam?

Hormonsuz döneme bağlı olarak bir tablet almayı unutursanız, örneğin hormonsuz dönem 7 günden uzunsa, gebelik riski yüksektir.

- Tabletini almanız gereken zamanın **üzerinden 12 saatten daha** az zaman geçmişse, gebeliğe karşı halen korunuyorsunuz demektir. Hatırlar hatırlamaz tabletinizi alın ve bir sonraki tableti ise normal zamanında alın.
- Eğer **12 saatten daha** fazla zaman geçmişse, kontraseptif tabletin etkisi azalabilir. Aşağıdaki talimatları izleyin:

*Blisterde bir tableten daha fazla almayı unuttuysanız:*  
Gebelik danışmanınıza/doktorunuza başvurun.

*Birinci haftada 1 tablet unuttuysanız:*

Hatırlar hatırlamaz tabletinizi alın, bu aynı anda iki tablet almak anlamına gelse bile. Sonraki tabletleri normal zamanlarında alın, ancak sonraki 7 gün boyunca ekstra kontraseptif (prezervatif gibi) kullanmayı unutmayın. Unuttuğunuz tableten önceki hafta cinsel ilişkiye girdiyse gebelik kalma riski taşıyor olabilirsiniz. Durumu gebelik danışmanınıza/doktorunuza söyleyin.

*İkinci haftada 1 tablet unuttuysanız:*

Hatırlar hatırlamaz tabletinizi alın, bu aynı anda iki tablet almak anlamına gelse bile. Sonraki tabletleri normal zamanlarında alın. Kontraseptif tablet halen beklenen etkiye sahiptir ve ekstra kontraseptif korumaya ihtiyacınız yoktur. Eğer 1 tableten fazla unutursanız, sonraki 7 gün boyunca ek kontraseptif kullanılmalıdır.

*Üçüncü haftada 1 tablet unuttuysanız:*

Aşağıdaki seçeneklerden birini seçmeniz durumunda ekstra kontraseptif korumaya ihtiyacınız yoktur:

1. Hatırlar hatırlamaz tabletinizi alın, bu aynı anda iki tablet almak anlamına gelse bile. Kalan tabletleri normal zamanlarında alın. 7 yeşil tableti atlayın ve sonraki blister pakete başlayın. Muhtemelen ikinci blister paketin sonuna kadar gerçek bir çekilme kanamanız olmayacaktır. Bununla birlikte, tablet aldığınız günlerde lekelenme ve ani kanamalar yaşayabilirsiniz.
2. 3. sıradaki aktif mavi tabletleri almayı hemen bırakın ve son sıradaki hormonsuz (yeşil) tabletlere başlayın. Sonra yeni blister pakete devam edin.

*Dördüncü haftada 1 tablet unuttuysanız:*

Yeşil bir hormonsuz tablet almayı unutmak kontraseptif etkiyi etkilemez. Unutulan yeşil tableti atın ve sonraki tableti normal zamanında alın.

**Not:** Bir blister paketten bazı tabletleri almayı unutmamak ve hormonsuz yeşil tabletleri alırken çekilme kanamanız olmazsa gebelik riski düşer. Sonraki blister pakete başlamadan önce gebelik danışmanınıza/doktorunuza danışın.

### Regl dönemimin başlangıç gününü değiştirmek istersem?

Yeni bir blister pakete başlamadan önce 4. sıradaki tabletlerin tümünü almayın. Örneğin, kanamanız genelde Cuma günleri başlıyorsa ve Salı gününde olmasını istiyorsanız, yeni blister paketinize normalden 3 gün daha erken başlayabilirsiniz. En üst sıradaki mavi tabletlerle başlayın. İlk paketdeki fazla tabletleri atın.

### Regl dönemimi ertelemek istersem?

3. sıradaki son tableti aldığınızda hemen yeni blister pakette 1. sıradaki tabletlere başlamak yerine hormonsuz yeşil tabletleri kullanmayarak regl döneminizi erteleyebilirsiniz. Regl olmak istemediğiniz süre boyunca mavi hormon tabletlerinizi almaya devam edin. Sonra, 7 gün boyunca yeşil tabletleri aldıktan sonra 28 tabletlilik yeni bir blister pakete ve yeni başlangıç gününüze başlayın.

### Küçük kanamalar görürsem?

Kontraseptif tabletlere başladığınızda ufak kanamalar oluşabilir, bu durum oldukça yaygındır. Düzensiz kanama riski, kontraseptif tabletleri düzenli olarak almamanız nedeniyle artar. Kanama sizi rahatsız ediyor veya sadece birkaç ay sonra beliriyoorsa, gebelik danışmanınıza/doktorunuza ile iletişime geçin.

### Kusar veya ishal olursam?

Mavi tableti aldıktan sonra 3-4 saat içerisinde kusuyorsanız ve/veya ağır ishaliniz olduysa, bedeninizin hormonları doğru şekilde özümseyemeyeceği muhtemeldir. Kusuktan veya ishal olduktan sonra, bir an önce başka bir blister paketinden (yedek paket) yeni bir mavi tablet almalısınız. Bunu yapamıyorsanız ya da normalde aldığınız hapın üzerinden 12 saat geçmişse, "Bir tableti almayı unutursam ne olur" sorusu altındaki önerilere uymalısınız.

### Başka bir ilaç kullanıyorsam?

Başka herhangi bir ilaç kullanıyorsanız gebelik danışmanınıza veya doktorunuza daima bilgilendirin. Başka ilaçlar ile birlikte alınan kontraseptif tabletler, korumayı azaltabilir. Bazı antibiyotikler, epilepsi ilaçları, charcoal tabletleri ve doğal St. John's wort ilacı buna örnektir. Kontraseptif tabletin etkisini yok edebileceğinden greylift suyu içmekten kaçınmalısınız.

### Gebe kalmak istersem?

Gebe kalmak isterseniz, başladığınız paketi bitirmeli fakat yenisine başlamamalısınız. Çoğu kadında yumurtlama, kontraseptif tabletleri bitirdikten hemen sonra başlamaktadır. Ancak, yumurtlamaların kendi faaliyetlerine bağlı olarak, biraz zaman da alabilir. Gebe kalmak isteyen tüm kadınların tütün ve alkolden uzak durması ve folik asit takviyeleri, örneğin Natalben Gravid, almaları gerektiğini unutmayın. (daha fazla bilgi için sonraki sayfayı okuyun)

### Ne tür yan etkiler yaşayabilirim?

Göğüslerde hassasiyet, hasta hissetme, baş ağrısı, ani kanama veya çalkantılı ruh hali oluşan tipik yan etkilerdendir. Bu yan etkiler genellikle hafiftir ve birkaç ay içinde kaybolurlar. Ender görülen ciddi yan etkiler de vardır. Diğer şeylerin yanı sıra damarlarda veya arterlerde, özellikle birinci yılda veya kombine kontraseptif tabletlerin 4 veya daha fazla hafta ara verildikten sonra kullanıldığı durumlarda kan pıhtısı riski daha yüksektir. Kan pıhtısı riski, önemli bir ameliyat geçirme veya uzun bir dönem yatalak olma durumunda da artar. Bu gibi durumlarda, kontraseptif tabletleri kullanmaya ara vermelisiniz.

*Aşağıdaki belirtilerden herhangi birini yaşarsanız dikkatli olun ve hemen bir doktora başvurun:*

Baldırlarda ani şişme veya ağrı, bacaklarda cilt rengi değişimi (soluk, kırmızı veya mavi gibi), ani görme değişikliği, önceden yaşamadığınız migrene benzer baş ağrısı, göğüste ağrı veya nefes darlığı, şiddetli karın ağrısı, baş dönmesi veya denge bozukluğu, şiddetli kaşıntı veya kızarıklık.

### Unutmayın:

Herhangi ciddi veya sürekli bir yan etki yaşarsanız, ya da sağlık durumunuz değişirse ve bunun Amorest 28 yüzünden olabileceğini düşünürseniz bir doktora veya gebelik danışmanına danışın.

Başka bir sorunuz veya şüpheniz varsa gebelik danışmanınız veya doktorunuz ile görüşün. Daha fazla bilgi için kutudaki hasta bilgilendirme prospektüsünü okuyun.

### Kanamayı önlemek istersem?

Kontraseptif tabletlerinizi ara vermeden almanızı söyleyen genel tavsiyeler vardır ancak bunlar spesifik olarak Amorest 28'i kapsamazlar. Hiç kanamanız olmayacağını garanti eden bir kontraseptif yoktur. Yine de eğer devamlı olarak, ara vermeden mavi tabletleri almaya devam ederseniz, kanamalarınız azalabilir. Kanama görene kadar (ilk kanama) mavi tabletleri almaya devam edebilirsiniz. Sonra 7 günden fazla olmayan bir ara verin ve aktif mavi tabletlere yeniden başlayın.

### Kontraseptif tabletleri almayı bıraktıysanız ve gebe kalmak istiyorsanız folik asit almaya başlayın.

Folik asit fetüsteki normal hücre bölünmesi, beyin ve sinir sistemi gelişimi için gereklidir. Yetersiz folik asit alımı bebekte spina bifida (ayrık omurga) oluşumu riskini artırabilir. İsveç Ulusal Gıda Kurumu ile Ulusal Sağlık ve Refah Kurulu, günde 400 mikrogram folik asit takviyesi alınmasını önermektedir. En iyi etkiyi görebilmek için gebe kalmadan yaklaşık bir ay önce başlamanız önerilir.

Natalben Gravid, gebe olan veya olmayı planlayan kadınlar için özel olarak uyarlanmış besleyici bir tablettir. Natalben Gravid, tüm kadınların yararlanabileceği aktif folik asit, demir, iyot, D vitamini, omega-3 ve gebelik için dikkatlice seçilmiş 14 besin içerir. Beslenme takviyeleri sağlıklı bir beslenmenin yerini tutmaz; mutlaka çeşitli, dengeli bir diyet ve sağlıklı bir yaşam tarzıyla birleştirilmelidir.

Daha fazla bilgi için gebelik danışmanınıza danışın veya [www.natalben.se](http://www.natalben.se) adresini ziyaret edin.

**Amorest 28** kontraseptif tabletlerle kombine edilmiş tabletler(250 mikrogram norgestimate, 35 mikrogram etinilestradiol). Rx. F. ATC kodu G03AA11.

**Endikasyon:** Kadınlar için kontraseptif.

**Uyarılar ve kısıtlamalar:** Amorest 28'in reçetelenmesine karar verirken, diğer kombine hormonal kontraseptiflere kıyasla, kadının bireysel risk faktörlerinin özellikle Amorest 28'in venöz tromboembolisinin (VTE) dikkate alınması gerekir.

**Paket:** 3x28, 6x28 ve 13x28. 28 tablet içeren blister paketleri. Her bir paket 21 aktif mavi tablet ve 7 yeşil plasebo tableti içerir.

Ürün özeti 14 Haziran 2017 tarihinde güncellenmiştir. Daha fazla bilgi için bkz. [www.fass.se](http://www.fass.se) [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)

