

# Prionelle® ve Prionelle 28®

(levonorgestrel + etinilestradiol)

## Bu Prionelle/Prionelle 28'dir

Prionelle/Prionelle 28, doğru kullanılırsa, sizi gebe olmaktan koruyan bir kontraseptiftir. Östrojen (etinilestradiol) ve progesteron (levonorgestrel) adında iki tür hormon içeren kombine bir kontraseptif tablettir.

## Prionelle/Prionelle 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.

## Prionelle/Prionelle 28'i kullanmadan önce:

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

## Normal regl döngünüz

Prionelle/Prionelle 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, dölleniş besin alabilmek için bir cenin haline gelme ihtiyacı duyar. Eğer yumurta döllenişmemişse, rahimde yeni oluşmuş endometriyum ile birlikte 14 gün sonra dışarı atılır. Oluşan kanamaya da regl denir. 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 kramp lar 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.

## Prionelle



Örneğin bir Salı günü başlarsanız "T1" işaretli olan bir tabletle başlamalısınız.

Prionelle paketi her birinde 21 tablet bulunan 3 veya 13 blister paketinden oluşur. Her bir blister paketinde haftanın günleri yazmaktadır.

## Prionelle nasıl kullanılır

- Eğer regl döneminizin ilk gününde ilk tableti alırsanız gebelikten hemen korunursunuz. Prionelle'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.
- O günün haftalık işaretini gösteren bir tabletle başlayın. Sonra ok yönünü takip ederek 21 gün boyunca her gün bir tablet alın.
- Bu 21 günün ardından, tablet almayı 7 günlüğüne bırakın. Son tabletinizi aldıktan 2-3 gün sonra çekilme kanaması göreceksiniz. Tüm bu kesinti süresi boyunca gebeliğe karşı korunmuş olacaksınız.
- 8. gün geldiğinde yeni bir blister paketine başlayın. Kanama devam ediyorsa bile tabletleri kullanmalısınız. Bu, her zaman haftanın aynı gününde yeni blister paketine başlayacağınız ve bu nedenle de her ayın aşağı yukarı aynı günü regl olacağınız anlamına gelmektedir.

## Prionelle 28



Kutu, aldığınız ilk tableti haftanın doğru günüyle işaretlemek için paketin üst kısmına yapıştırılabileceğiniz yapışkanlı etiketler içermektedir. Her sıradaki ilk tablet daima başlangıç günü olarak haftanın aynı günüdür.

Prionelle 28 paketi her birinde 28 tablet bulunan 3 veya 13 blister paketinden oluşur. İlk 21 beyaz tablet (1-3. sıralar) hormonlu, sonraki 7 sarı tablet (4. sıra) hormonsuzdur.

## Prionelle 28 nasıl kullanılır

- Eğer regl döneminizin ilk gününde ilk beyaz tableti alırsanız gebelikten hemen korunursunuz. Prionelle 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, T1S işaretli bir tablet alın. Başlangıç gününü paketin üst kısmına yapışkanlı bir etiketle işaretleyin.
- 28 tabletin hepsini alana kadar okların yönünü izleyin. Son beyaz tabletinizi aldıktan 2-3 gün sonra çekilme kanaması göreceksiniz.
- 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.

Eğer doğum sonrası dönemdeyseniz veya daha önce farklı bir hormonal kontraseptif kullandıysanız prospektüstedeki Prionelle/Prionelle 28 nasıl kullanılır bölümünü okuyun.

### Prionelle/Prionelle 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:

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

#### 1. 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.

#### 2. 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.

#### 3. 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. Blister paketi bitince ara vermeden hemen sonraki pakete başlayın (eğer Prionelle kullanıyorsanız). Prionelle 28 kullanıyorsanız, 7 sarı tableti kullanmayın ve hemen 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. *Prionelle*: Mevcut blister paketi bitirin ve tablet almayı unuttuğunuz gün de dahil olmak üzere en fazla 7 gün boyunca tablet almayı bırakın. Sonra yeni blister paketle devam edin.

*Prionelle 28*: 3. sıradaki aktif tabletleri almayı hemen bırakın ve son sıradaki hormonsuz (sarı) tabletlere başlayın. Sonra yeni blister paketle devam edin.

#### Dördüncü haftada 1 tablet unuttuysanız:

Eğer Prionelle 28 kullanıyorsanız, sarı hormonsuz bir tablet almayı unutmak kontraseptif etkiyi etkilemez. Unutulan sarı tableti atın ve sonraki tableti normal zamanında alın.

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

### Regl dönemimin başlangıç gününü değiştirmek istersem?

*Prionelle*: Örneğin, kanamanız genelde Cuma günleri başlıyorsa ve Salı gününde olmasını istiyorsanız, kesinti süresini 3 gün kısaltabilirsiniz. Kesinti süresini asla 7 günden daha uzun tutmadığınızdan emin olun. *Prionelle 28*: Yeni bir blister pakete başlamadan önce 4. sıradaki tabletlerin tümünü almayın. Örneğin, kanamanız genelde Cuma günleri başlıyorsa ve Salı gününde olmasını istiyorsanız, yeni blister paketine normalden 3 gün daha erken başlayabilirsiniz. En üst sıradaki beyaz tabletlerle başlayın.

### Regl dönemimi ertelemek istersem?

*Prionelle*: Eski paket bitince ara vermeden hemen sonraki blister pakete başlayın – örneğin, tabletler arasında hiç ara vermeden. Regl döneminizi önmek istediğiniz süre boyunca kontraseptif tabletlerinizi almaya devam edin.

*Prionelle 28*: 3. sıradaki son tableti aldığınızda hormonsuz sarı tabletleri kullanmayın ve bunun yerine hemen yeni blister pakette 1. sıradaki tabletle başlayın. Regl olmak istemediğiniz süre boyunca beyaz hormon tabletlerinizi almaya devam edin.

### Küçük kanamalar görürsem?

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

### Kusar veya ishal olursam?

Beyaz bir tablet aldıktan sonra 3-4 saat içerisinde kustuysanız ve/veya ağır ishaliniz olduysa, muhtemelen bedeninizin hormonları doğru şekilde özümseyememiştir. Kustuktan veya ishal olduktan sonra, bir an önce başka bir blister paketinden (yedek paket) yeni bir beyaz 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 greyfurt 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, yumurtalıkların 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 yaşıyorsanız 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 yaşıyorsanız, ya da sağlık durumunuz değişirse ve bunun Amorest 28 yüzünden olabileceğini düşünürseniz bir doktora veya gebelik danışmanına danışın.

### Regl dönemimi erteleyebilir miyim?

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

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

### 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.

**Prionelle, Prionelle 28** kontraseptif tabletlerle kombine edilmiş tabletler (150 mikrogram levonorgestrel, 30 mikrogram etinilestradiol). Rx. F. ATC kodu G03AA07.

**Endikasyon:** Kontraseptif.

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

**Prionelle paketi:** 3x21, 13x21. Her biri 21 aktif beyaz tablet içeren 21 tabletlü paketler.

**Prionelle 28 Paketi:** 3x28, 13x28. Her biri 21 aktif beyaz tablet ve 7 sarı plasebo tableti içeren 28 tabletlü paketler.

Ürün özeti 31 Temmuz 2017 tarihinde güncellenmiştir. Daha fazla bilgi için bkz. [www.fass.se](http://www.fass.se) [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)

