

**Bu Vinelle'dir**

Vinelle, doğru kullanılırsa, sizi gebe olmaktan koruyan kontraseptif bir tablettir. Vinelle az miktarda kadın seks hormonu, progesterin desogestrel içerir. Bu nedenle Vinelle sadece-progesterin kontraseptif tablet olarak adlandırılır. Kombine kontraseptif tabletlerin aksine, Vinelle'de östrojen bulunmaz.

**Vinelle 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.

**Vinelle'i kullanmadan önce:**

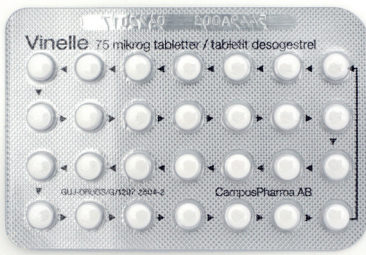
- Paketteki prospektüsü dikkatlice okuyun.
- Bir sorunuz varsa gebelik danışmanınıza veya doktorunuza başvurun.

**Normal regl döngünüz**

Vinelle'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, döllenmişse 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.

**Not:**

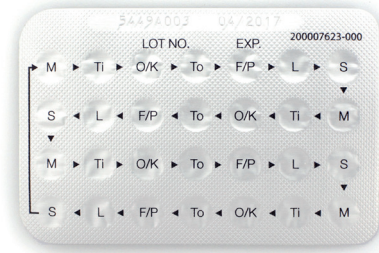
Kontraseptif tabletler cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı koruma sağlamaz, yani yeni bir partneriniz olursa ekstra koruma olarak prezervatif kullanmalısınız.



Vinelle paketi her birinde 28 tablet bulunan 3 veya 6 blister paketinden oluşur. Her bir blister paketinde haftanın günleri yazmaktadır.

**Vinelle nasıl kullanılır**

- Eğer regl döneminizin ilk gününde ilk tableti alırsanız gebelikten korunursunuz. Vinelle'i regl döngünüzün 2-5. günlerinde de almaya başlayabilirsiniz ancak bu durumda ilk 7 gün boyunca ekstra bir kontraseptif yöntem (prezervatif gibi) daha kullanmalısınız.
- Vinelle kullanmaya doğumdan sonra veya başka bir hormonal kontraseptif kullandıktan sonra başlarsanız paketteki prospektüsü okuyun.
- Tam koruma için, tabletleri her gün aynı saatte almalısınız. Tableti bir miktar sıvı ile alın.
- Blister paketi ön yüzünde tabletler arasında oklar bulunmaktadır. Arkasında ise, folyoda haftanın günleri yazmaktadır. Her bir tablet haftanın bir gününe denk gelir.



Örneğin bir Çarşamba günü başlarsanız "O/K" işaretli bir tabletle başlamalısınız.

- Yeni bir blister pakete her başladığınızda, en üst sıradan bir tablet almalısınız. Örneğin bir Çarşamba günü başlarsanız Wednesday işaretli (blister paketteki "O/K" işaretli) bir tabletle başlamalısınız.
- Paket bitene kadar her gün, okların yönünü takip ederek, günde bir tablet almaya devam edin. Paketin arkasından kontrol ederek günün tabletini alıp almadığınızı kolayca görebilirsiniz.
- Vinelle'i kullanırken kanamanız olabilir, yine de tabletleri normal seyrinde kullanmaya devam etmelisiniz.
- Blister paketi bittiğinde kanamayı beklemeden ertesi gün yeni pakete başlayın. Bir sonraki blister paketine bir önceki blister paketinde olduğu gibi aynı günde başlayın.

Herhangi bir şey konusunda kararsızsanız, gebelik danışmanınız veya doktorunuzla konuşun.

### Tablet almayı unutursam?

12 saatten az gecikmişseniz:

Hatırlar hatırlamaz tabletinizi alın ve bir sonraki tableti ise normal zamanında alın. Gebeliğe karşı korunursunuz.

12 saatten fazla gecikmişseniz:

12 saatten fazla gecikmişse, örneğin son tableti almanızın üzerinden 36 saat geçmişse, artık korunmuyor olabilirsiniz. Hatırlar hatırlamaz tabletinizi alın ve bir sonraki tableti ise normal zamanında alın. Sonraki tabletleri normal zamanlarında almaya devam edin, ancak sonraki 7 gün boyunca ekstra kontraseptif (prezervatif gibi) kullanmayı unutmayın.

İlk haftada bir veya birden fazla tablet almayı unuttuysanız ve unuttuğunuz günden önceki bir hafta içerisinde cinsel ilişkiye girdiyse, gebe kalabilirsiniz. Gebelik danışmanınıza/doktorunuza danışın.

### Düzensiz kanamam varsa?

Düzensiz kanama olması normaldir. Bu ped gerektirmeyen bir leke veya koruma gerektiren hafif menstrüel akıntıya benzer bir kanama olabilir. Aynı zamanda hiç kanama da olmayabilir. Düzensiz kanama Vinelle'in korumasında bir azalma olduğu anlamına gelmez. Genellikle Vinelle kullanmaya devam etmekten başka bir şey yapmanıza gerek yoktur. Eğer kanamanız yoğun ve uzun sürüyorsa, gebelik danışmanınızla/doktorunuzla görüşün.

### Kusar veya ishal olursam?

Bir tablet almayı unuttuğunuzda da aynı talimatlara uyun. Tabletini aldıktan sonra 3-4 saat içerisinde kustuyunuz ve/veya ağır ishaliniz olduysa, muhtemelen bedeniniz hormonları doğru şekilde özümsememiştir. Böyle bir durumda, bir hafta boyunca ekstra koruma (prezervatif gibi) kullanmalısınız. Ayrıca, tabletleri normal seyrinde kullanmaya devam etmelisiniz.

### Başka bir ilaç kullanıyorsam?

Başka herhangi bir ilaç kullanıyorsanız gebelik danışmanınızı veya doktorunuzu daima bilgilendirin. Vinelle'i başka ilaçlar ile birlikte almak korumayı azaltabilir. Bazı antibiyotikler, epilepsi ilaçları, charcoal tabletleri ve doğal St. John's wort ilacı buna örnektir.

### Gebe kalmak istersem?

Gebe kalmak isterseniz, Vinelle'i kullanmayı bırakın. 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 durmaları ve folik asit takviyeleri, örneğin Natalben Gravid, almaları gerektiğini unutmayın. (daha fazla bilgi için sonraki sayfayı okuyun)

### Ne tür yan etkiler yaşayabilirim?

Düzensiz kanama, baş ağrısı, akne/göğüslerde hassasiyet oluşan tipik yan etkilerdendir. Çalkantılı ruh halleri, depresyon ve kilo alma da görülebilir. Bu şikayetler genellikle düzelir veya birkaç ay sonra kaybolur. Ender görülen ciddi yan etkiler de vardır. Herhangi ciddi veya sürekli bir yan etki yaşarsanız, ya da sağlık durumunuz değişirse ve bunun Vinelle yüzünden olabileceğini düşünüyorsanız bir doktora veya gebelik danışmanına danışın.

Aşağıdaki belirtilerden herhangi birini yaşarsanız hemen bir doktora başvurun: Genitalde ani kanama, baldır/bacaklarda ani şişme veya ağrı, göğüs ağrısı veya nefes darlığı, karında veya alt karında ani veya şiddetli ağrı yaşarsanız; göğsünüzde bir yumru hissederseniz veya hamile olduğunuzu düşünüyorsanız.

Başka bir sorunuz veya şüphemiz 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 fetusteki 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

**www.natalben.se adresini ziyaret edin.**

**Vinelle** (75 mikrogram desogestrel) progestin kontraseptif tablet. Rx. F. ATC kodu G03AC09.

**Endikasyon:** Kontraseptif.

**Paket:** 3x28, 6x28. Her biri 28 aktif tablet içeren 28 tabletlilik paketler.

Ürün özeti 14 Ekim 2015 tarihinde güncellenmiştir. Daha fazla bilgi için bkz. [www.fass.se](http://www.fass.se) [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)

