

راهنمای مصرف کنندگان پریونل® و پریونل 28® (لونورژسترون + اتینیل استرادیول)

این محصول، پریونل/پریونل 28 می باشد

پریونل/پریونل 28 یک قرص ضد بارداری است که در صورت استفاده صحیح، از بارداری شما جلوگیری می کند. این قرص، یک قرص به اصطلاح ترکیبی است، به این معنی که حاوی دو نوع هورمون استروژن (اتینیل استرادیول) و پروژسترون (لونورژسترون) می باشد.

پریونل/پریونل 28 به شکل زیر از بارداری جلوگیری می کند:

- تخمک گذاری انجام نمی شود.
- آندومتر نازک باقی می ماند و با خون پر نمی شود، این موضوع به معنای این است که تخمک قادر به اتصال نیست.
- ترشحات دهانه رحم غلیظ شده و لایه ضخیمی ایجاد می کند که نفوذ اسپرم به داخل تخمک را مشکل می کند.

قبل از استفاده از پریونل/پریونل 28:

- بروشور موجود در بسته بندی را به دقت مطالعه کنید.
- در صورتی که هر گونه سؤالی دارید، با ماما یا پزشک خود تماس بگیرید.

چرخه طبیعی قاعدگی شما

به منظور درک نحوه عملکرد پریونل/پریونل 28، بسیار مهم است که از نحوه عملکرد چرخه طبیعی قاعدگی خود اطلاع داشته باشید. در هر ماه، یک تخمک از یکی از تخمدان های شما آزاد می شود. آندومتر پر از خون شده و قوی تر می شود و با این کار آماده دریافت تخمک می شود تا در صورتی که تخمک بارور شد، مواد مغذی لازم برای رشد و تبدیل شدن به جنین را در اختیار تخمک قرار دهد. در صورتی که تخمک بارور نشود، پس از 14 روز همراه با آندومتر تازه تشکیل شده در رحم، از بدن خارج می شود. خونریزی حاصل از این فرایند، پریود نامیده می شود. پریود معمولی بین 3 تا 8 روز طول می کشد. تمام چرخه قاعدگی، از شروع خونریزی تا خونریزی بعدی معمولاً 28 روز است، اما در زنان مختلف، از 21 تا 35 روز متفاوت است. در یک چرخه 28 روزه، تخمک گذاری می تواند بین روزهای 9 تا 20 اتفاق بیفتد.

اثرات مثبت قرص های ضد بارداری

هنگامی که از قرص های ضد بارداری ترکیبی استفاده می کنید، خونریزی قاعدگی شما در مقایسه با حالت عادی، کمتر می شود. گرفتگی قاعدگی و درد تخمک گذاری نیز کاهش پیدا می کند. ترشحات غلیظ و ضخیم شده در دهانه رحم، ورود باکتری ها را مشکل تر می کند. زنانی که از قرص های ضد بارداری استفاده می کنند، کمتر به سالپنیت مبتلا می شوند. از سوی دیگر، قرص های ضد بارداری هیچ محافظتی در برابر بیماری های آمیزشی ایجاد نمی کنند.

توجه:

قرص های ضد بارداری، محافظتی در برابر بیماری های آمیزشی ایجاد نمی کنند، بنابراین اگر قصد رابطه جنسی با شریک جدیدی دارید، باید از کاندوم به عنوان شیوه محافظتی اضافی استفاده کنید.

پریونل



به عنوان مثال، اگر از روز سه شنبه شروع کنید، باید از قرصی شروع کنید که با علامت "TIS" مشخص شده است.

بسته بندی قرص پریونل حاوی 3 یا 13 بسته قرص است که هر یک دارای 21 عدد قرص می باشد. روزهای هفته بر روی هر بسته قرص چاپ شده است.

نحوه استفاده از پریونل

- اگر اولین قرص را در اولین روز قاعدگی خود مصرف کنید، بلافاصله از همان روز در برابر بارداری محافظت خواهید شد. شما همچنین می توانید مصرف پریونل را از روز 2 تا 5 چرخه قاعدگی خود شروع کنید، اما در این صورت در 7 روز اول، باید از یک روش پیشگیری دیگر (مانند کاندوم) استفاده کنید.
- قرص ها را باید همراه با مقدار کمی مایعات و هر روز در زمان تقریباً یکسانی مصرف کنید.
- مصرف را از قرص مربوط به روز فعلی هفته شروع کنید. سپس مصرف را مطابق با جهت فلش ها ادامه داده و به مدت 21 روز، هر روز یک قرص مصرف کنید.
- پس از این 21 روز، به مدت 7 روز مصرف قرص ها را قطع کنید. به طور معمول، 2 تا 3 روز پس از مصرف آخرین قرص، خونریزی خواهید داشت. در تمام طول این وقفه 7 روزه، در برابر بارداری محافظت می شوید.
- در روز هشتم، مصرف یک بسته قرص جدید را شروع کنید. حتی اگر همچنان خونریزی دارید، باز هم بایستی قرص را مصرف کنید. این موضوع به این معناست که همیشه در روز یکسانی از هفته، مصرف بسته قرص جدید را شروع می کنید و پریود شما تقریباً در روزهای یکسانی از ماه خواهد بود.

پریونل 28



جعبه حاوی برچسب هایی است که می توانید آنها را به ردیف بالای بسته قرص بچسبانید تا روز مصرف اولین قرص را مشخص کنید. همیشه اولین قرص در هر ردیف، همان روزی از هفته است که مصرف قرص ها را شروع کرده اید.

بسته بندی پریونل 28 حاوی 3 یا 13 بسته قرص است که هر یک دارای 28 عدد قرص می باشد. 21 قرص سفید اول (ردیف های 1 تا 3) حاوی هورمون هستند، در حالی که 7 قرص زرد (ردیف 4) بدون هورمون هستند.

نحوه استفاده از پریونل 28

- اگر اولین قرص سفید را در اولین روز قاعدگی خود مصرف کنید، بلافاصله در برابر بارداری محافظت خواهید شد. شما همچنین می توانید مصرف پریونل 28 را از روز 2 تا 5 چرخه قاعدگی خود شروع کنید، اما در این صورت در 7 روز اول، باید از یک روش پیشگیری دیگر (مانند کاندوم) استفاده کنید.
- قرص ها را باید همراه با مقدار کمی مایعات و هر روز در زمان تقریباً یکسانی مصرف کنید.
- مصرف را از قرص مربوط به روز فعلی هفته در ردیف بالا شروع کنید. به عنوان مثال، اگر از سه شنبه شروع می کنید، قرصی را مصرف کنید که با علامت TIS مشخص شده است. روز شروع را با یک برچسب در ردیف بالای بسته قرص مشخص کنید.
- مصرف را مطابق با جهت فلش ها ادامه دهید تا زمانی که تمام 28 قرص را مصرف کنید. به طور معمول، 2 تا 3 روز پس از مصرف آخرین قرص سفید، خونریزی خواهید داشت.
- روز بعد از اتمام بسته قرص، مصرف بسته جدید را شروع کنید حتی اگر هنوز خونریزی دارید. این موضوع به این معناست که همیشه در روز یکسانی از هفته، مصرف بسته قرص جدید را شروع می کنید و پریود شما تقریباً در روزهای یکسانی از ماه خواهد بود.

جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد نحوه شروع به استفاده از پریونل/پریونل 28 پس از زایمان یا پس از سایر روش های هورمونی ضد بارداری، به بروشور موجود در بسته بندی مراجعه نمایید.

اگر مصرف قرص پریونل/پریونل 28 را فراموش کنم، باید چه کار کنم؟

خطر بارداری شدن در صورتی که یک از قرص‌های مربوط به دوره بدون هورمون را فراموش کنید، یعنی دوره بدون هورمون بیش از 7 روز طول بکشد، به حداکثر می‌رسد.

- اگر کمتر از 12 ساعت از زمانی که باید قرص را مصرف می‌کردید، گذشته است، هنوز در برابر بارداری محافظت می‌شوید. به محض اینکه به یاد آورید، قرصی را که فراموش کرده‌اید مصرف کنید و قرص بعدی را در همان زمان عادی مصرف کنید.
- اگر بیش از 12 ساعت گذشته است، تأثیر قرص ضد بارداری ممکن است کاهش پیدا کرده باشد. از دستورالعمل زیر پیروی کنید:

اگر از کل بسته قرص، بیش از 1 قرص فراموش کرده‌اید: جهت مشاوره با ماما یا پزشک خود تماس بگیرید.

اگر 1 قرص در هفته اول فراموش کرده‌اید:

به محض اینکه به یاد آورید، قرص فراموش شده را مصرف کنید، حتی اگر باعث شود دو قرص به صورت همزمان مصرف کنید. قرص بعدی را در همان زمان عادی مصرف کنید، اما به یاد داشته باشید که تا مدت 7 روز، از یک روش پیشگیری اضافی (مانند کاندوم) استفاده نمایید. اگر هفته قبل از فراموش کردن قرص رابطه جنسی داشته‌اید، خطر بارداری شما وجود دارد. فوراً به ماما یا پزشک خود اطلاع دهید.

اگر 1 قرص در هفته دوم فراموش کرده‌اید:

به محض اینکه به یاد آورید، قرص فراموش شده را مصرف کنید، حتی اگر باعث شود دو قرص به صورت همزمان مصرف کنید. قرص‌های بعدی را در همان زمان عادی مصرف کنید. قرص ضد بارداری همچنان اثر مورد نظر را دارد و نیازی به استفاده از روش‌های ضد بارداری اضافی نیست. اگر بیش از 1 قرص فراموش کرده‌اید، به مدت 7 روز باید از روش‌های ضد بارداری مکمل استفاده کنید.

اگر 1 قرص در هفته سوم فراموش کرده‌اید:

اگر یکی از موارد زیر را انجام دهید، نیازی به استفاده از روش‌های ضد بارداری اضافی نخواهد بود:

1. به محض اینکه به یاد آورید، قرص فراموش شده را مصرف کنید، حتی اگر باعث شود دو قرص به صورت همزمان مصرف کنید. بقیه قرص‌ها را در همان زمان عادی مصرف کنید. هنگامی که بسته قرص تمام شد، فوراً و بدون وقفه بسته بعدی را شروع کنید (در صورتی که پریونل مصرف می‌کنید). در صورتی که پریونل 28 مصرف می‌کنید، از 7 قرص زرد صرف‌نظر کرده و فوراً بسته بعدی را شروع کنید.
- احتمالاً تا پایان بسته قرص دوم، خونریزی واقعی نخواهید داشت. با این حال، در روزهای مصرف قرص ممکن است لکه‌بینی یا خونریزی بین قاعدگی داشته باشید.

2. پریونل: بسته قرص فعلی را به پایان رسانده و مصرف قرص را برای حداکثر 7 روز که شامل روزی که قرص را فراموش کرده‌اید نیز می‌شود، قطع کنید. سپس با یک بسته قرص جدید ادامه دهید.
- پریونل 28: فوراً مصرف قرص‌های فعال ردیف 3 را قطع کرده و مصرف قرص‌های بدون هورمون (زرد) ردیف آخر را شروع کنید. سپس با یک بسته قرص جدید ادامه دهید.

اگر 1 قرص در هفته چهارم فراموش کرده‌اید:

در صورتی که پریونل 28 مصرف می‌کنید، فراموش کردن مصرف یک قرص زرد بدون هورمون تأثیری بر این روش ضد بارداری ندارد. قرص زرد فراموش شده را دور بیندازید و قرص بعدی را در زمان عادی خود مصرف کنید.

توجه: اگر مصرف چند قرص از یک بسته را فراموش کرده‌اید و در طول دوره مصرف قرص‌های بدون هورمون، هیچ خونریزی نداشته باشید، ممکن است بارداری باشید. قبل از شروع بسته قرص بعدی، با ماما یا پزشک خود مشورت کنید.

اگر بخوام روز شروع پریود خود را تغییر دهم باید چه کار کنم؟

پریونل: به عنوان مثال، اگر خونریزی شما معمولاً از روز جمعه شروع می‌شود و می‌خواهید آن را به سه‌شنبه تغییر دهید، می‌توانید مدت زمان وقفه را 3 روز کاهش دهید. به یاد داشته باشید که مدت زمان وقفه‌ای که قرص مصرف نمی‌کنید، هرگز نباید بیش از 7 روز طول بکشد.

پریونل 28: قبل از اتمام قرص‌های ردیف 4، بسته قرص بعدی را شروع کنید. به عنوان مثال، اگر خونریزی شما معمولاً از روز جمعه شروع می‌شود و می‌خواهید آن را به سه‌شنبه تغییر دهید، می‌توانید مصرف بسته قرص جدید را سه روز زودتر از حالت عادی شروع کنید. از ردیف بالا یعنی قرص‌های سفید شروع کنید.

اگر بخوام پریود خود را به تأخیر بیندازم باید چه کار کنم؟

پریونل: بلافاصله پس از اتمام بسته قبلی، بسته جدید را شروع کنید یعنی هیچ وقفه‌ای بین مصرف قرص‌ها ایجاد نکنید. تا زمانی که می‌خواهید از پریود خود جلوگیری کنید، به مصرف قرص‌ها ادامه دهید.

پریونل 28: هنگامی که آخرین قرص ردیف 3 را مصرف کردید، از قرص‌های زرد رنگ بدون هورمون صرف‌نظر کرده و فوراً مصرف یک بسته قرص جدید را از ردیف 1 شروع کنید. تا زمانی که می‌خواهید از خونریزی جلوگیری کنید، به مصرف قرص‌های سفید ادامه دهید.

اگر خونریزی اندک داشته باشم باید چه کار کنم؟

خونریزی می‌تواند اندک باشد و این موضوع در هنگام استفاده از قرص‌های ضد بارداری بسیار رایج است. در صورتی که قرص‌های ضد بارداری خود را به صورت منظم مصرف نکنید یا اینکه قرص‌ها را به صورت پیوسته برای مدت زمان طولانی مصرف کنید، خطر خونریزی نامنظم افزایش می‌یابد. اگر قاعدگی شما دردناک یا ناراحت‌کننده است یا اینکه با فاصله چند ماهه اتفاق می‌افتد با ماما یا پزشک خود تماس بگیرید.

اگر استفراغ کردم یا دچار اسهال بودم باید چه کار کنم؟

در صورتی که طی 4-3 ساعت پس از مصرف قرص سفید استفراغ کنید یا اینکه دچار اسهال باشید، ممکن است بدن شما قادر به جذب صحیح هورمون‌ها نباشد. پس از استفراغ یا اسهال، باید در اسرع وقت یک قرص سفید از یک بسته دیگر (بسته یدکی) مصرف کنید. اگر این کار امکانپذیر نیست یا اینکه 12 ساعت از زمانی که به طور معمول قرص را مصرف می‌کنید گذشته است، از دستورالعمل بخش "اگر مصرف قرص را فراموش کنم، باید چه کار کنم؟" پیروی کنید.

در صورتی که داروی دیگری مصرف می‌کنم، باید چه کار کنم؟

همیشه در صورتی که داروی دیگری مصرف می‌کنید، موضوع را به ماما یا پزشک خود اطلاع دهید. مصرف قرص‌های ضد بارداری همراه با یک داروی دیگر، ممکن است منجر به کاهش محافظت شود. برخی از آنتی‌بیوتیک‌ها، داروهای مربوط به صرع، قرص‌های شارکول و مخمر طبیعی سنت جان مثال‌هایی از این موارد هستند. همچنین باید از نوشیدن آب گریپ فروت خودداری کنید زیرا اثر قرص ضد بارداری را تضعیف می‌کند.

اگر بخوام باردار شوم باید چه کار کنم؟

اگر می‌خواهید باردار شوید باید بسته قرص فعلی را به پایان رسانده اما بسته جدید را شروع نکنید. در اغلب زنان، پس از توقف مصرف قرص‌های ضد بارداری، تخمک‌گذاری فوراً از سر گرفته می‌شود. اما بسته به میزان فعالیت تخمدان‌ها، این فرایند ممکن است مدتی زمان ببرد. به یاد داشته باشید تمام زنانی که می‌خواهند باردار شوند باید از مصرف تنباکو و الکل خودداری کرده و از مکمل‌های حاوی فولیک اسید مانند Natalben Gravid استفاده نمایند (اطلاعات بیشتر در صفحه بعد).

چه عوارض جانبی ممکن است برای من اتفاق بیفتد؟

عوارض جانبی عادی که می‌تواند رخ دهد شامل حساس شدن سینه‌ها، احساس بی حالی، سر درد، خونریزی بین قاعدگی و نوسانات خلقی می‌باشد. این عوارض جانبی معمولاً خفیف هستند و پس از چند ماه از بین می‌روند.

برخی عوارض جانبی نیز وجود دارند که نادر اما جدی هستند. یکی از این عوارض جانبی، افزایش خطر لخته شدن خون در رگ‌ها یا شریان‌ها می‌باشد، به ویژه در سال اول یا هنگامی که از قرص‌های ضد بارداری ترکیبی پس از یک وقفه 4 هفته‌ای یا بیشتر استفاده می‌شود. علاوه بر این، در صورتی که یک عمل جراحی مهم داشته باشید یا برای مدت طولانی بستری شوید، خطر لخته شدن خون افزایش می‌یابد. در این موارد، باید در مصرف قرص‌های ضد بارداری خود وقفه ایجاد کنید.

آیا می‌توانم از پریود خود جلوگیری کنم؟

توصیه‌های کلی وجود دارد مبنی بر اینکه می‌توانید قرص‌های ضد بارداری خود را بدون وقفه مصرف کنید، اما این توصیه‌ها به طور خاص به پریونل/پریونل 28 مربوط نیستند. هیچ روشی ضد بارداری وجود ندارد که بتواند به طور تضمینی، خونریزی شما را کاملاً از بین ببرد. با این حال، اگر به طور مداوم و بدون وقفه قرص‌های فعال خود را مصرف کنید، دوره‌های خونریزی شما می‌تواند کاهش پیدا کند. می‌توانید به مصرف قرص‌های فعال تا زمان وقفه‌ای حداکثر 7 روزه ایجاد کنید و مجدداً مصرف قرص‌های فعال (سفید) را شروع کنید.

هوشیار باشید و در صورتی که هر یک از علائم زیر را مشاهده کردید، فوراً با پزشک تماس بگیرید:
تورم یا درد ناگهانی در ساق پا، تغییر رنگ پوست در قسمت پاها (مثلاً قرمز شدن، آبی شدن یا رنگ پریدگی)، تغییر ناگهانی در بینایی، سردردهای شبیه میگرن که قبلاً سابقه نداشته است، درد در قفسه سینه یا مشکل در تنفس، درد شدید در قسمت شکم، سرگیجه یا اختلال در تعادل، خارش شدید یا جوش‌های پوستی.

همیشه به یاد داشته باشید:

- در صورتی که دچار هر گونه عوارض جانبی، به ویژه عوارض جدی یا طولانی مدت شدید یا اینکه وضعیت سلامتی شما تغییر کرد و فکر می‌کنید این موضوع ممکن است به دلیل مصرف پریونل/پریونل 28 باشد، با یک ماما یا پزشک تماس بگیرید.

در صورتی که هر گونه سؤال یا تردیدی دارید، با ماما یا پزشک خود تماس بگیرید. جهت کسب اطلاعات بیشتر، بروشور اطلاعاتی بیمار را که در بسته‌بندی موجود است، مطالعه کنید.

در صورتی که مصرف قرص‌های ضد بارداری خود را متوقف کرده‌اید و می‌خواهید باردار شوید مصرف فولیک اسید را شروع کنید

فولیک اسید برای تقسیم سلولی طبیعی و رشد مغز و سیستم عصبی جنین لازم است. مصرف ناکافی فولیک اسید می‌تواند منجر به افزایش خطر تولد کودک با ضایعه بیرون‌زدگی نخاع شود. سازمان ملی غذا و سازمان ملی بهداشت و رفاه سوئد توصیه می‌کنند روزانه 400 میکرو گرم فولیک اسید را به عنوان مکمل مصرف کنید. به منظور اثرگذاری بهتر، توصیه می‌شود مصرف فولیک اسید را حدوداً یک ماه قبل از لقاح شروع کنید.

Natalben Gravid یک قرص مغذی است که به طور خاص برای زنانی که باردار هستند یا قصد باردار شدن دارند، طراحی شده است. Natalben Gravid حاوی اسید فولیک فعال است که تمام زنان می‌توانند از آن بهره‌مند شوند، همچنین آهن، ید، ویتامین D، امگا-3 و 14 ماده مغذی دیگر که برای بارداری مفید هستند، با دقت انتخاب شده و به آن اضافه شده‌اند. مکمل‌های غذایی جایگزین رژیم غذایی سالم نیستند بلکه باید با یک رژیم غذایی متنوع و متعادل و همچنین سبک زندگی سالم ترکیب شوند.

جهت کسب اطلاعات بیشتر با مامای خود صحبت کرده یا به سایت www.natalben.se مراجعه نمایید

پریونل، پریونل 28 (150 میکرو گرم لونورژسترول، 30 میکرو گرم اتینیل استرادیول)، قرص، قرص ضد بارداری ترکیبی. Rx. F. ATC code G03AA07.

مورد مصرف: ضد بارداری.

هشدارها و محدودیت‌ها: هنگام تصمیم‌گیری در مورد تجویز پریونل/پریونل 28 برای هر زن، ریسک‌های مرتبط با آن فرد باید مد نظر قرار گیرد، به ویژه ترومبوآمبولی (VTE) با پریونل/پریونل 28 در مقایسه با سایر روش‌های هورمونی ترکیبی ضد بارداری.

بسته‌بندی پریونل: 3x21، 13x21 بسته‌های حاوی 21 قرص، هر بسته حاوی 21 قرص فعال سفید.

بسته‌بندی پریونل 28: 3x28، 13x28 بسته‌های حاوی 28 قرص، هر بسته حاوی 21 قرص فعال سفید و 7 قرص زرد بی‌اثر.

خلاصه محصول به روزرسانی‌شده در 17 ژانویه 2019. جهت کسب اطلاعات بیشتر، به وب‌سایت‌های www.fass.se و www.campuspharma.se مراجعه نمایید