

Amorest 28®

(norgestimate + ethinylestradiol)



هذا هي أقراص Amorest 28

إن Amorest 28 أقراص مانعة للحمل تمنعك من الحمل، بشرط استخدامها بشكل صحيح. إن Amorest 28 هي ما يطلق عليها أقراص مانعة للحمل مركبة، مما يعني إنها تحتوي على نوعين من الهرمونات، ألا وهي إسترجين (ethinylestradiol) وبروجستوجين (norgestimate).

يمنع Amorest 28 الحمل كالتالي:

- عدم حدوث التبويض.
- تظل بطانة الرحم رقيقة ولا تمتلئ بالدماء، مما يعني عدم تمكن التصاق البويضة.
- زيادة سماكة إفرازات عنق الرحم، مما يزيد صعوبة اختراق النطفة.

قبل تناول Amorest 28:

- اقرأ النشرة المرفقة بالعبوة بحرص.
- تواصل مع القبلة أو الدكتور الذي تتعاملين معه إذا كان لديك أي أسئلة.

دورة الحيض العادية

من أجل فهم كيفية عمل Amorest 28، من المهم أيضاً أن تعرفي كيف تعمل دورة الحيض العادية. يتم تحرير بويضة من أحد المبيضين مرة كل شهر. تُعد بطانة الرحم نفسها لاستقبال البويضة عن طريق امتلائها بالدم وتصبح قوية، حتى إذا تم تخصيبها، يجب أن تكون البويضة قادرة على التغذية والنمو إلى جنين. إذا لم يتم تخصيب البويضة، فسيتم إخراجها بعد 14 يوماً مع بطانة الرحم التي تم تشكيلها حديثاً في الرحم. ويسمى النزيف الذي يحدث الدورة الشهرية. تستمر الدورة الشهرية الطبيعية من 3 إلى 8 أيام. تكون دورة الحيض بأكملها عادةً، من بداية النزيف إلى النزيف التالي، 28 يوماً، ولكن تختلف بين النساء من 21 إلى 35 يوماً. يمكن أن يحدث التبويض بين اليومين 12 و16 في الدورة التي تبلغ 28 يوماً.

الآثار الإيجابية للأقراص المانعة للحمل

عندما تستخدمين الأقراص المانعة للحمل المركبة، فإن تدفق الحيض يكون قليلاً عند المقارنة بتدفق الحيض المعتاد. كما تقل تقلصات الحيض وآلم التبويض. يمكن أن تتسبب سماكة الإفرازات في عنق الرحم في زيادة صعوبة اختراق البكتيريا. تم تسجيل وجود حالات أقل من التهاب البوق للنساء التي تستخدم الأقراص المانعة للحمل. وعلى الصعيد الآخر، فإن الأقراص المانعة للحمل لا تمنح أي حماية من الأمراض المنقولة جنسياً.

ملحوظة!

لا توفر الأقراص المانعة للحمل أي حماية من الأمراض المنقولة جنسياً، لذا عليك استخدام الواقيات الذكرية كعامل حماية إضافي في حال قابلتي شريك جديد.

تشمل عبوة Amorest 28 على 3 أو 6 أشرطة بلاستيكية تحتوي على 28 قرصاً لكل منها. تحتوي أول 21 قرصاً أبيض (الصفوف 3-1) على الهرمونات، في حين أن الأقراص الخضراء السبعة (الصف 4) خالية من الهرمونات.

طريقة استخدام Amorest 28

- ابدئي بالحبّة الزرقاء الأولى المميزة كبدية في الصف الأول.
- إذا تناولت الحبّة الزرقاء الأولى في اليوم الأول من دورتك الشهرية، فستمنعك على الفور من الحمل. ويمكنك أيضاً البدء في تناول Amorest 28 من اليوم الثاني إلى اليوم الخامس من دورتك الشهرية، ولكنك ستحتاجين حينها لاستخدام وسيلة منع حمل إضافية (مثل الواقي الذكري) خلال أول سبعة أيام.
- عليك تناول الحبوب كل يوم في نفس الوقت تقريباً، باستخدام القليل من مشروب ساخن.
- كل شريط معه مُلصق مكتوبٌ عليه أيام الأسبوع. ويحتوي كل مُلصق على 7 أشرطة لاصقة، على كل منها يوم من أيام الأسبوع. اختاري الشريط اللاصق الذي يبدأ يوم الأسبوع الذي بدأت تناول الحبوب فيه، ثم ثبتي الشريط اللاصق أعلى شريط الحبوب.
- اتبعي اتجاه الأسهم حتى تنتهي من تناول 28 حبّة. يحدث لديك عادةً نزيف يشبه الدورة الشهرية (نزيف انسحابي) بعد تناول آخر حبّة هرمونية زرقاء بيومين أو ثلاثة أيام.
- بعد اليوم الذي تُنهين فيه شريط الحبوب، ابدئي شريطاً آخر، حتى إن استمر النزيف. هذا يعني البدء دائماً في شريط جديد في نفس اليوم من أيام الأسبوع، وأنك ستعرضين للنزيف في نفس الأيام من كل شهر تقريباً.

يعرض الرسم أدناه طريقة تناول الحبوب من اليوم الأول وحتى اليوم الثامن والعشرين. في هذا المثال، اليوم الأول للدورة الشهرية هو يوم خميس.

1. ابدئي بتناول الحبّة الأولى في اليوم الأول للدورة. على سبيل المثال، إذا كان هذا اليوم هو يوم الخميس، فاختراري الشريط اللاصق الذي يبدأ بالحرفين «To». ثبتي الشريط اللاصق الذي يعرض أيام الأسبوع أعلى شريط الحبوب حيث تجددين عبارة.
2. تناولي حبّة واحدة كل يوم حتى ينتهي شريط الحبوب.
3. ابدئي شريط حبوب جديد على الفور.

ثبتي الشريط اللاصق الذي يعرض أيام الأسبوع هنا.



على سبيل المثال، إذا كان اليوم الأول للدورة هو يوم الخميس، ثبتي الشريط اللاصق الذي يعرض أيام الأسبوع ويبدأ بالحرفين «To» أعلى شريط الحبوب. ابدئي دائماً بأول حبّة زرقاء في الصف الأول.

اقرأ المزيد في النشرة المرفقة بالعبوة حول كيفية بدء استخدام Amorest 28 بعد الولادة أو إذا استخدمتي من قبل وسيلة مانعة للحمل هرمونية مختلفة.

ما يجب فعله في حال نسيت تناول Amorest 28؟

تكون نسبة خطر حدوث حمل في أقصاها إذا نسيتي تناول قرص مع الحيض بدون هرمونات، أي إذا كان الحيض بدون هرمونات أطول من ٧ أيام.

- إذا مر أقل من ١٢ ساعة منذ الوقت الذي كان يجب فيه تناول القرص، فإنك مازلت محمية من الحمل. تناول القرص بمجرد تذكرك القيام بذلك، وتناولي القرص التالي في الوقت المعتاد.
- إذا مر أكثر من ١٢ ساعة، فإن تأثير الأقراص المانعة للحمل قد يكون تضائل. اتبعي التعليمات الواردة أدناه:

نسيتي تناول أكثر من قرص واحد من شريط الأقراص:
تواصل مع القابلة/الدكتور الذي تتعاملين معه لطلب المشورة.

نسيان قرص واحد في أسبوع ١:

تناولي القرص الفائت بمجرد تذكرك القيام بذلك، حتى لو يعني ذلك إلى اضطرابك لتناول قرصين في الوقت ذاته. تناولي الأقراص التالية في الوقت المعتاد، ولكن لا تنسي استخدام وسيلة حماية مانعة للحمل إضافية (مثل وافي ذكري) لمدة ٧ أيام مقبلين. إذا حدثت علاقة جنسية في الأسبوع الذي يسبق نسيان تناول القرص، فيوجد احتمال بأن تكوني حامل. اخبري القابلة/الدكتور الذي تتعاملين معه على الفور.

نسيان قرص واحد في أسبوع ٢:

تناولي القرص الفائت بمجرد تذكرك القيام بذلك، حتى لو يعني ذلك إلى اضطرابك لتناول قرصين في الوقت ذاته. تناولي الأقراص التالية في الوقت المعتاد. لا تزال الأقراص المانعة للحمل تتمتع بالتأثير المرغوب به ولا تحتاجين إلى وجود أي وسيلة حماية مانعة للحمل إضافية. إذا نسيتي تناول أكثر من قرص واحد، فيجب استخدام وسيلة مانعة للحمل إضافية لمدة ٧ أيام.

نسيان قرص واحد في أسبوع ٣:

إذا اخترتي أي خيار من الخيارين التاليين، فلا يتطلب وجود وسيلة حماية مانعة للحمل إضافية:

١- تناولي القرص الذي نسيتي تناوله بمجرد تذكرك القيام بذلك، حتى لو يعني ذلك إلى اضطرابك لتناول قرصين في الوقت ذاته. تناولي الأقراص المتبقية في الوقت المعتاد. قومي بتفويت الأقراص الخضراء البالغ عددها ٧ أقراص وابدئي في تناول شريط الأقراص التالي فوراً. في الغالب لن يحدث نزيف انسحاب فعلي حتى نهاية شريط الأقراص الثاني. إلا أنه، قد يحدث تقيع ونزيف اختراقي في الأيام التي تتناولين فيها الأقراص.

٢- توقفي فوراً عن تناول الأقراص الزرقاء الفعالة في الصف ٣ وابدئي في تناول الأقراص (الخضراء) الخالية من الهرمون في الصف الأخير. ثم استمري في تناول شريط أقراص جديد.

نسيان قرص واحد في أسبوع ٤:

إن نسيان تناول قرص أخضر خالي من الهرمون لا يؤثر على التأثير المانع للحمل. تخلصي من القرص الأخضر الذي نسيتي تناوله وتناولي القرص التالي في الوقت المعتاد.

ملحوظة: إذا نسيتي تناول الأقراص من شريط الأقراص ولم يحدث نزيف انسحاب أثناء تناول الأقراص الخضراء الخالية من الهرمون، فقد تكونين حامل. استشري القابلة/الدكتور الذي تتعاملين معه قبل بدء شريط الأقراص التالي.

ماذا لو كنت أرغب في تغيير أول يوم لدورتني؟

لا تتناولين جميع الأقراص في صف ٤ قبل بدء شريط الأقراص التالي. فعلى سبيل المثال، إذا كان النزيف عادةً ما يبدأ في يوم الجمعة وكنت تريدين أن يبدأ يوم الثلاثاء بدلاً من ذلك، فيمكنك بدء شريط أقراص جديد قبل الوقت المعتاد بفترة تبلغ ٣ أيام. ابدئي بالصف العلوي ذو الأقراص الزرقاء. تخلصي من الأقراص الفائضة من الشريط الأول.

ماذا لو كنت أرغب في تأجيل دورتي؟

عند تناولك لآخر قرص في صف ٣ يمكنك تأخير دورتك عن طريق تفويت الأقراص الخالية من الهرمون الخضراء والبدء فوراً بدلاً من ذلك في تناول شريط أقراص جديد بدءاً من صف ١. واستمري في تناول أقراص الهرمون الزرقاء طوال الوقت الذي ترغبين فيه في تجنب النزيف. بعد ذلك، تناولي الأقراص الخضراء لمدة ٧ أيام ثم ابدئي في تناول شريط أقراص جديد ذو ٢٨ قرصاً ويوم بدء جديد.

ماذا إذا حدث نوبات نزيف بسيطة؟

يمكن أن تحدث نوبات نزيف بسيطة وتكون أكثر شيوعاً عند بدء تناول الأقراص المانعة للحمل. تزيد نسبة خطر حدوث نزيف غير منتظم إذا لم تتناولي الأقراص المانعة للحمل بشكل منتظم أو إذا كنت تتناولين الأقراص لفترة زمنية طويلة. إذا أصبح النزيف مزعجاً أو لم يحدث إلا بعد عدة أشهر، فتواصل مع القابلة/الدكتور الذي تتعاملين معه.

ماذا لو حدث قيء أو إسهال؟

إذا حدث قيء خلال ٣-٤ ساعات بعد تناول قرص أزرق و/أو حدث إسهال حاد، فمن الممكن ألا يكون تمكّن جسمك من امتصاص الهرمونات بشكل صحيح. بعد القيء أو الإسهال، يجب تناول قرص أزرق جديد من شريط أقراص آخر (شريط احتياطي) في أقرب وقت ممكن. إذا لم يكن ذلك ممكناً، أو إذا مضت ١٢ ساعة بالفعل منذ تناول القرص كالمعتاد، يجب أن تتبعي المشورة الخاصة بـ "ما يجب فعله في حال نسيت تناول القرص".

ماذا لو كنت أتناول دواء آخر؟

قومي دوماً بإخطار القابلة أو الدكتور الذي تتعاملين معه إذا كنت تتناولين أي دواء آخر. قد يؤدي استخدام الأقراص المانعة للحمل مع دواء آخر إلى تضالو الحماية. من الأمثلة على ذلك بعض المضادات الحيوية، وأدوية الصرع، وأقراص الفحم، والدواء الطبيعي عشبة سانت جون "St. John". كما يجب عليك تجنب شرب عصير الليمون الهندي (الجريب فروت)، حيث أنه يمكن أن يقلل من تأثير الأقراص المانعة للحمل.

ماذا لو كنت أرغب في حدوث حمل؟

إذا رغبت في حدوث حمل، يجب أن تكلمي تناول الشريط الذي تتناولينه، ولكن لا تبدئي في تناول شريط جديد. بالنسبة لمعظم النساء، يعود التبويض فوراً إلى حالته السابقة بعد التوقف عن تناول الأقراص المانعة للحمل. ولكن قد يستغرق أيضاً بعض الوقت، وذلك حسب نشاط المبيضين. ضعي في اعتبارك أنه يجب على جميع النساء التي ترغب في الحمل تجنب التبغ والكحول وأن تتناول كميات حمض الفوليك، على سبيل المثال Natalben Gravid (اطلعي على مزيد من المعلومات في الصفحة التالية).

ما الأعراض الجانبية التي قد تحدث لي؟

الأعراض الجانبية الشائعة التي قد تحدث تشمل ألم بالثديين، أو شعور بالغثيان، أو صداع، أو نزيف اختراقي، أو تقلبات مزاجية. عادة ما تكون تلك الأعراض الجانبية خفيفة وعادة ما تختفي خلال بضعة أشهر. يوجد أعراض جانبية نادرة الحدوث ولكنها خطيرة. يوجد، من ضمن أشياء أخرى، نسبة أكبر إلى حد ما في احتمال حدوث جلطات دموية في الأوردة أو الشرايين، وخاصة في العام الأول أو عند استخدام الأقراص المانعة للحمل المركبة عقب فترة انقطاع تبلغ ٤ أسابيع أو أكثر. كما تزيد نسبة خطر حدوث جلطات دموية إذا خضعتي لعملية كبيرة أو إذا كنت طريحة الفراش لفترة زمنية طويلة. في تلك الحالات يجب أن تأخذي فترة انقطاع من الأقراص المانعة للحمل.

كوني حذرة وتواصل مع الدكتور الذي تتعاملين معه على الفور في حال حدوث أي من الأعراض التالية:

ألم أو تورم مفاجئ في ربتك، أو تغيير لون جلد ساقيك (على سبيل المثال لون شاحب، أو أحمر، أو أزرق)، أو تغيير مفاجئ في الرؤية، أو نوبات صداع مشابهة للصداع النصفي لم تعاني منها من قبل، أو ألم بالصدر أو صعوبة في التنفس، أو ألم حاد في منطقة البطن، أو دوام أو اختلال التوازن، أو طفح جلدي أو حكة شديدة.

إذا كان لديك أي أسئلة أو شكوك، فتواصل مع القابلة أو الدكتور الذي تتعاملين معه. لمعرفة المزيد من المعلومات اقرأ نشرات المعلومات الخاصة بالمريض المرفقة بالعبوة.

من المهم التذكّر:

إذا عانيتي من أي أعراض جانبية، وخاصة إذا كانت خطيرة أو ممتدة، أو إذا تغيرت حالتك الصحية وكنت تعتقد أن ذلك قد يكون ناتجاً عن Amorest 28، فتواصل مع القابلة أو الدكتور الذي تتعاملين معه.

ماذا لو كنت أرغب في منع النزيف؟

يوجد توصيات عامة بأنه يمكنك تناول الأقراص المانعة للحمل بدون أي فترة انقطاع، ولكن لا تتعلق تلك التوصيات على وجه خاص بـ Amorest 28. لا توجد وسيلة مانعة للحمل تضمن عدم حدوث أي نزيف تماماً. إلا أنه، إذا تناولتي الأقراص الزرقاء الفعالة باستمرار، بدون أي فترة انقطاع، فإن نوبات النزيف قد تقل. يمكنك الاستمرار في تناول الأقراص الزرقاء حتى يحدث نزيف (نزيف انقطاعي). ثم تأخذين فترة انقطاع لمدة لا تزيد عن 7 أيام ثم تبدئين مجدداً في تناول الأقراص الزرقاء الفعالة.

ابدني في تناول حمض الفوليك إذا توقفتي عن تناول الأقراص المانعة للحمل وكنت ترغبين في حدوث حمل

إن حمض الفوليك ضرورياً لانقسام الخلايا الطبيعي ونمو المخ والجهاز العصبي عند الجنين. قد يؤدي عدم تناول جرعة كافية من حمض الفوليك إلى زيادة احتمال خطر ولادة طفل يعاني من السنسنة المشقوقة. توصي الإدارة الوطنية السويدية للأغذية والمجلس الوطني للصحة والرعاية الاجتماعية بتناول مكمل يعادل 400 ميكروجرام من حمض الفوليك يومياً. من المستحسن البدء قبل شهر واحد تقريباً من الحمل، للوصول إلى النتيجة المرغوب بها.

إن أقراص Natalben Gravid أغراص غذائية مُعدة خصيصاً للنساء الحوامل أو الذين يرغبون في الحمل. إن Natalben Gravid يحتوي على حمض فوليك فعال يمكن لجميع النساء الاستفادة منه، بالإضافة إلى الحديد، واليود، وفيتامين د، وأوميغا 3، و 14 عنصر غذائي آخر مختارين بعناية للحمل. إن المكملات الغذائية لا تحل محل النظام الغذائي الصحي، ولكن يجب أن يتم الجمع بينها وبين نظام غذائي متنوع ومتوازن وبين أسلوب حياة صحي.

استشيري القابلة التي تتعاملين معها أو اقرأ المزيد على www.natalben.se

Amorest 28 (250 ميكروجرام من نورجيستيما، 35 ميكروجرام إيثينيل استراديول)، أقراص، هرمونات البروجستيرون + الأستروجين في تركيبات ثابتة. دواء بوصفة طبية مع الدعم. **دواعي الاستعمال:** منع الحمل للنساء.

التحذيرات والقيود: عند اتخاذ قرار بوصف Amorest 28 أم لا، يجب أن تؤخذ عوامل الخطر الخاصة بالمرأة بشكل فردي في الاعتبار، خاصة بالنسبة للجلطات الوريدية (VTE). يجب على المريض الاتصال بالطبيب على الفور في حالة ظهور أعراض غير عادية مثل ألم الصدر أو ألم الساق. يُرجى الرجوع إلى SMPC للحصول على مزيد من المعلومات حول عوامل الخطر وأعراض جلطات الدم. **الآثار الجانبية:** الصداع واضطرابات الحيض والغثيان.

تم تحديث ملخص المنتج في 29 سبتمبر 2021. لمزيد من المعلومات والأسعار، انظر www.fass.se. www.campuspharma.se. CampusPharma AB