

# Prionelle® و Prionelle 28®

(levonorgestrel + ethinylestradiol)

تشمل عبوة Prionelle على ٣ أو ١٣ شريط أقراص يتضمن كل شريط منهم على ٢١ قرصًا. أيام الأسبوع مطبوعة على كل شريط أقراص.

## كيفية استخدام Prionelle

- إذا تعاطيتي القرص الأول في أول يوم من الحيض، ستكونين محمية من الحمل في الحال. كما يمكنك البدء في تعاطي Prionelle في الأيام ٢-٥ من دورة الحيض، ولكن يجب أن تستعملي وسيلة إضافية مانعة للحمل (مثل الواقي الذكري) لأول ٧ أيام.
- يجب أن تتناولي الأقراص مع قدر قليل من مشروب في الوقت ذاته تقريبًا كل يوم.
- ابدئي في تناول قرص يحمل علامة اليوم الحالي للأسبوع. بعد ذلك، اتبعي اتجاه الأسهم وتناولي قرص كل يوم لمدة ٢١ يومًا.
- بعد ٢١ يومًا، خذي فترة انقطاع من الأقراص لمدة ٧ أيام. عادة ما سيحدث نزيف انسحاب لمدة يومان إلى ثلاث أيام بعد تناول آخر قرص. ستكونين محمية من حدوث الحمل طوال فترة الانقطاع.
- في اليوم ٨، ابدئي في تناول شريط أقراص جديد. يجب أن تتناولي الأقراص حتى لو استمر النزيف. هذا يعني أنه يمكنك دومًا بدء شريط أقراص جديد في نفس اليوم من الأسبوع وستكون دورتك في الأيام ذاتها تقريبًا كل شهر.

هذه هي أقراص Prionelle/Prionelle 28:

إن أقراص Prionelle/Prionelle 28 مانعة للحمل تمنعك من الحمل، بشرط استخدامها بشكل صحيح. إن تلك الأقراص هي ما يطلق عليها أقراص مانعة للحمل مركبة، مما يعني إنها تحتوي على نوعين من الهرمونات، ألا وهي إسترودجين (ethinylestradiol) وبروجسترون (levonorgestrel).

يمنع Prionelle/Prionelle 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 استخدام Prionelle/Prionelle 28:

- اقرأي النشرة المرفقة بالعبوة بحرص.
- تواصلتي مع القابلة أو الدكتور الذي تعاملين معه إذا كان لديك أي أسئلة.

## دورة الحيض العادية

من أجل فهم كيفية عمل Prionelle/Prionelle 28، من المهم أيضًا 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 أقوى من أجل البويضة، إذا تم تخصيبها، للحصول على التغذية التي تحتاج إليها للنمو إلى جنين. إذا لم يتم تخصيب البويضة، سيتم إخراجها مع بطانة الرحم التي تم تشكيلها حديثًا في الرحم بعد حوالي ١٤ يومًا. ويسمى النزيف الذي يحدثه الدورة الشهرية. تستمر الدورة الشهرية الطبيعية من ٣ إلى ٨ أيام. تكون دورة الحيض بأكملها عادةً، من بداية النزيف إلى النزيف التالي، ٢٨ يومًا، ولكن تختلف بين النساء من ٢١ إلى ٣٥ يومًا. يمكن أن يتم التبويض بين اليومين ١٢ و ١٦ في الدورة التي تبلغ ٢٨ يومًا.

## الآثار الإيجابية للأقراص المانعة للحمل

عندما تستخدمين الأقراص المانعة للحمل المركبة، فإن تدفق الحيض يكون قليلًا 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 جنسيًا.

## ملحوظة!

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

## Prionelle



إذا بدأت في يوم الثلاثاء، على سبيل المثال، يجب أن تبدي بالقرص الذي يحمل علامة الثلاثاء "T".

## Prionelle 28



تحتوي العبوة على ملصقات لاصقة يمكنك لصقها على الجزء العلوي من الشريط لوضع علامة على القرص الأول باليوم الصحيح من الأسبوع. القرص الأول في كل صف يكون دومًا اليوم ذاته من كل أسبوع مثل يوم البدء.

تشمل عبوة Prionelle 28 على ٣ أو ١٣ شريط أقراص يتضمن كل شريط منهم على ٢٨ قرصًا. يحتوي أول ٢١ قرصًا أبيضًا (صف ١-٣) على هرمونات، بينما تخلو الأقراص الصفراء البالغ عددها ٧ أقراص (صف ٤) من الهرمونات.

## كيفية استخدام Prionelle 28

- إذا تعاطيتي القرص الأبيض الأول في أول يوم من الحيض، ستكونين محمية من الحمل في الحال. كما يمكنك البدء في تعاطي Prionelle 28 في الأيام ٢-٥ من دورة الحيض، ولكن يجب أن تستعملي وسيلة إضافية مانعة للحمل (مثل الواقي الذكري) لأول ٧ أيام.
- يجب أن تتناولي الأقراص مع قدر قليل من مشروب في الوقت ذاته تقريبًا كل يوم.
- ابدئي بالقرص من الصف العلوي مع وضع العلامة الأسبوعية لليوم الحالي. على سبيل المثال، إذا بدأت يوم الجمعة «Friday»، فخذي قرصًا يحمل العلامة «جم FRE».
- ضعي علامة على يوم البدء باستخدام بطاقة لاصقة على الجزء العلوي من العبوة.
- اتبعي اتجاه الأسهم حتى تتناولين جميع الأقراص البالغ عددها ٢٨ قرصًا. عادة ما سيحدث نزيف انسحاب لمدة يومان إلى ثلاث أيام بعد تناول آخر قرص أبيض.
- ابدئي في تناول شريط جديد، حتى لو استمر النزيف، في اليوم الذي يلي تكلمة شريط الأقراص. هذا يعني أنه يمكنك دومًا بدء شريط أقراص جديد في نفس اليوم من الأسبوع وستكون دورتك في الأيام ذاتها تقريبًا كل شهر.

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

## ما يجب فعله في حال نسيت تناول Prionelle/Prionelle 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. تناولي 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.

نسيت تناول 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 واقي 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.

نسيت تناول 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.

نسيت تناول 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. عند تكتملة شريط الأقراص، ابدي في تناول الشريط التالي فوراً بدون انقطاع عن تناول الأقراص (في حال استخدام Prionelle). إذا كنت تستخدمين Prionelle 28، فقمي بتفويت الأقراص الصفراء 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 تبقيع ونزيف اختراقي في الأيام التي تتناولين فيها الأقراص.

٢- Prionelle: أكلمي شريط الأقراص الحالي وتوقفي عن تناول الأقراص لفترة أقصاها ٧ أيام، بما في ذلك اليوم الذي نسيت فيه تناول القرص. ثم استمري في تناول شريط أقراص جديد.

Prionelle 28: توقفي فوراً عن تناول الأقراص الفعالة في الصف ٣ وابدئي في تناول الأقراص (الصفراء) الخالية من الهرمون في الصف الأخير. ثم استمري في تناول شريط أقراص جديد.

نسيان قرص ١ في أسبوع ٤:

إذا كنت تستخدمين Prionelle 28، فإن نسيان تناول قرص أصفر خالي من الهرمون لا يؤثر على التأثير المانع للحمل. تخلصي من القرص الأصفر الذي نسيتي تناوله وتناولي القرص التالي في الوقت المعتاد.

## ماذا لو كنت أرغب في تغيير أول يوم لدورتني؟

Prionelle: فعلى سبيل المثال، إذا كان النزيف عادةً ما يبدأ في يوم الجمعة وكنت تريدين أن يبدأ يوم الثلاثاء بدلاً من ذلك، فيمكنك تقصير فترة الانقطاع لفترة تبلغ ٣ أيام. احرصي على عدم استمرار فترة الانقطاع لأكثر من ٧ أيام.

Prionelle 28: 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. ابدي بالصف العلوي ذو الأقراص البيضاء.

## ماذا لو كنت أرغب في تأجيل دورتي؟

Prionelle: ابدي في تناول شريط أقراص جديد فوراً عند تكتملة الشريط القديم - أي لا تأخذين أي فترة انقطاع بين تناول الأقراص. واستمري في تناول الأقراص المانعة للحمل طوال الوقت الذي ترغبين فيه في منع حدوث نزيف.

Prionelle 28: عند تناولك لآخر قرص في صف ٣، قومي بتفويت الأقراص الخالية من الهرمون الصفراء وابدئي فوراً بدلاً من ذلك في تناول شريط أقراص جديد بدءاً من صف ١. واستمري في تناول أقراص الهرمون البيضاء طوال الوقت الذي ترغبين فيه في تجنب النزيف.

## ماذا إذا حدثت 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 أبيض و/أو حدث إسهال حاد، فمن الممكن ألا يكون تمكن جسمك من امتصاص الهرمونات بشكل صحيح. بعد القيء أو الإسهال، يجب تناول قرص أبيض 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، فاتبعي المشورة الخاصة بـ "ما يجب فعله في حال نسيت تناول القرص؟"

## ماذا لو كنت أنتناول دواء آخر؟

أخبري القابلة أو الطبيب دائماً إذا كنت تتناولين أي أدوية أخرى. يمكن أن يؤدي استخدام أقراص منع الحمل مع أدوية أخرى إلى تقليل الحماية. بعض المضادات الحيوية، والأدوية لعلاج الصرع، فضلاً عن نبتة سانت جون الطبية العشبية هي أمثلة على ذلك. يجب عليك أيضاً تجنب شرب عصير الجريب فروت، لأنه يمكن أن يقلل من تأثير أقراص منع الحمل.

## ماذا لو كنت أرغب في حدوث حمل؟

إذا رغبت في حدوث حمل، يجب أن تكلمي تناول الشريط الذي تتناولينه ولكن لا تبدي 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 مكملات 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.

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

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

آلم أو تورم مفاجئ في ربتك، أو تغيير لون جلد سابقك (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 آلم بالصدر أو صعوبة في التنفس، أو آلم حاد في منطقة البطن، أو دوام أو اختلال التوازن، أو طفح جلدي أو حكة شديدة.

من المهم التذكر:

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

### هل يمكن منع حدوث الحيض؟

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

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

### ابدئي في تناول حمض الفوليك إذا توقفت 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 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 Natalben Gravid أقراص 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.

تحدثي مع القابلة التي تتعاملين معها أو اقرأ المزيد على [www.natalben.se](http://www.natalben.se)

**Prionelle 28، Prionelle** (150 ميكروغرام من ليفونورجيستريل، 30 ميكروغرام إيثينيل استراديول)، أقراص، هرمونات البروجسترون + والأستروجين في تركيبات ثابتة. دواء بوصفة طبية مع الدعم. دواعي الاستعمال: منع الحمل.

**التحذيرات والقيود:** ينبغي أن يأخذ قرار وصف Prionelle/Prionelle 28 في الاعتبار عوامل الخطر التي تتعرض لها المرأة بشكل فردي، ولا سيما تلك المتعلقة بالجلطات الوريدية. يجب على المريض الاتصال بالطبيب على الفور في حالة ظهور أعراض نادرة مثل آلم الصدر أو آلم الساق. يُرجى الرجوع إلى SMPC للحصول على مزيد من المعلومات حول عوامل الخطر وأعراض جلطات الدم.

**الآثار الجانبية:** المزاج الاكتئاب، والصداع، وتقلبات المزاج، والغثيان، وآلم المعدة، وطراوة الثدي، وآلم الصدر، وضغط الصدر، والنزيف وزيادة الوزن.

تم تحديث ملخص المنتج في 29 سبتمبر 2021. لمزيد من المعلومات والأسعار، انظر [www.fass.se](http://www.fass.se)، [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)، [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)