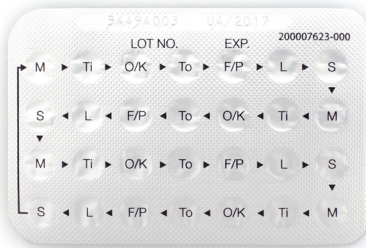


## كيفية استخدام Vinelle

- إذا تعاطيتي القرص الأول في أول يوم من الحيض، ستكونين محمية من الحمل من أول يوم. كما يمكنك البدء في تعاطي Vinelle في الأيام ٢-٥ من دورة الحيض، ولكن يجب أن تستعلمي وسيلة إضافية مانعة للحمل (مثل الواقي الذكري) لأول ٧ أيام.
- إذا بدأت تعاطي Vinelle بعد الولادة أو إذا توجهتي لاستخدام Vinelle بعد استخدام مانع حمل هرموني آخر، فقمي بقراءة المعلومات الواردة بال نشرة المرفقة بالعبوة.
- لتحقيق أقصى حماية، يجب تعاطي الأقراص بانتظام في الوقت ذاته تقريباً كل يوم. تعاطي القرص مع قدر قليل من مشروب.
- توجد أسهم مطبوعة بين الأقراص على الجانب الأمامي لشريط الأقراص. وعلى الجانب الخلفي، توجد أيام الأسبوع مطبوعة على الرقاقة المعدنية. يتوافق كل قرص مع يوم من الأسبوع.



فإذا بدأت يوم الأربعاء، على سبيل المثال، يجب أن تبني بالقرص الذي يحمل علامة يوم الأربعاء "O/K".

- يجب أن تتناولي قرص من الصف العلوي في كل مرة تبدأين فيها في تناول شريط أقراص جديد. فإذا، على سبيل المثال، بدأت في يوم الأربعاء، يجب أن تتناولي القرص الذي يحمل علامة يوم الأربعاء (يحمل علامة يوم الأربعاء "O/K" على شريط الأقراص).
- استمري في تناول قرص يومياً حتى تفرغ العبوة، متبعة اتجاه الأسهم طوال الوقت. عن طريق التحقق من الجانب الخلفي للعبوة، يمكنك دوماً معرفة إذا قمتي بتناول القرص لذلك اليوم بالفعل بسهولة.
- قد يحدث نزيف عند استخدام Vinelle، ولكن يجب أن تستمري في تناول الأقراص كالمعتاد.
- عندما يفرغ شريط الأقراص، ابدي في تناول شريط جديد من اليوم التالي، بدون انتظار حدوث نزيف. ابدي في تناول شريط الأقراص التالي بداية من اليوم ذاته الذي بدأت فيه شريط الأقراص السابق.

تحدثي مع القابلة أو الدكتور الذي تتعاملين معه إذا شعرتي بأنك غير متأكدة حول أي شيء.

## هذا هي أقراص Vinelle

إن Vinelle أقراص مانعة للحمل تمنعك من الحمل، بشرط استخدامها بشكل صحيح. يحتوي Vinelle على كميات صغيرة من هرمون الجنس الأنثوي، ألا وهو progestin desogestrel. لذا يطلق على Vinelle أقراص مانعة للحمل تحتوي على بروجستين فقط. بخلاف الأقراص المانعة للحمل المختلطة، فإن Vinelle لا يحتوي على هرمون الإستروجين.

## يمنع Vinelle 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 Vinelle:

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

## دورة الحيض العادية

من أجل فهم كيفية عمل Vinelle، 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 أقوى من أجل البويضة، إذا تم تخصيبها، للحصول على التغذية التي تحتاج إليها للنمو إلى جنين. إذا لم يتم تخصيب البويضة، فسيتم إخراجها بعد ١٤ يوماً مع بطانة الرحم التي تم تشكيلها حديثاً في الرحم. ويسمى النزيف الذي يحدث الدورة الشهرية. تستمر الدورة الشهرية الطبيعية من ٣ إلى ٨ أيام. تكون دورة الحيض بأكملها عادةً، من بداية النزيف إلى النزيف التالي، ٢٨ يوماً، ولكن تختلف بين النساء من ٢١ إلى ٣٥ يوماً. يمكن أن تتم الإباضة بين اليومين ١٢ و ١٦ في الدورة التي تبلغ ٢٨ يوماً.

## 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 Vinelle على ٣ أو ٦ شرائط أقراص يتضمن كل شريط منهم على ٢٨ قرصاً. أيام الأسبوع مطبوعة على كل شريط أقراص.

## ما يجب فعله في حال نسيت تناول القرص؟

أقل من ١٢ ساعة من التأخير:

تناولي القرص الفائت بمجرد تذكرك القيام بذلك، وتناولي القرص التالي في الوقت المعتاد. ستكونين عندئذٍ محمية من حدوث الحمل.

أكثر من ١٢ ساعة من التأخير:

إذا تأخرت لأكثر من ١٢ ساعة، أي مضى أكثر من ٣٦ ساعة منذ تناول القرص الأخير، فقد لا تكونين محمية. تناولي القرص بمجرد تذكرك، وتناولي الجرعة التالية في الوقت المعتاد. استمري في تناول الأقراص كالمعتاد، ولكن يجب استخدام وسيلة إضافية مانعة للحمل، مثل الواقي الذكري، لمدة ٧ أيام مقبلين.

إذا نسيت تناول قرص واحد أو أكثر في الأسبوع الأول وقمت بممارسة الجنس في الأسبوع السابق لنسيان تناول الأقراص، فقد تكونين حاملاً. اطلب المشورة من القابلة / الطبيب.

## ما الأعراض الجانبية التي قد تحدث لي؟

تشمل الآثار الجانبية الشائعة التي قد تحدث النزيف غير المنتظم، والصداع، والحبوب، و / أو إيلام الثدي. قد تحدث أيضاً تقلبات المزاج والاكتئاب وزيادة الوزن. هناك أيضاً آثار جانبية نادرة ولكنها خطيرة. إذا كنت تعاني من أي آثار جانبية، خاصة إذا كانت خطيرة أو طويلة الأمد، أو إذا تغيرت صحتك وتعتقد أن Vinelle قد يكون سببها، فاتصل بطبيبك أو مرضعة التوليد.

تواصل مع الدكتور الذي تتعاملين معه على الفور في حال حدوث أي من الأعراض التالية: نزيف مفاجئ من الأعضاء التناسلية، أو ألم أو تورم مفاجئ في ساقيك/ربتيك، أو ألم بالصدر أو صعوبة في التنفس، أو ألم حاد أو مفاجئ في البطن أو منطقة البطن السفلية، أو إذا شعرتي بوجود كتلة في ثديك، أو إذا اعتقدتي أنك قد تكونين حاملاً.

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

## ماذا لو كان لدي نزيف غير منتظم؟

النزيف غير المنتظم بعد أمراً طبيعياً. ويمكن أن يشمل ذلك التبقيع الذي لا يتطلب استخدام فوط صحية، أو النزيف الذي يشابه تدفق الحيض الخفيف ويتطلب استخدام حماية. كما قد لا يحدث نزيف على الإطلاق. النزيف غير المنتظم ليس علامة تدل على وجود حماية متضائلة من قبل Vinelle. بشكل عام، يجب ألا تقعلي أي شيء بخلاف الاستمرار في تناول Vinelle. إذا استمر النزيف لفترة طويلة وكان غزيراً، فتواصلين مع القابلة/الدكتور الذي تتعاملين معه.

## ماذا لو حدث قيء أو إسهال؟

اتبعي التعليمات ذاتها الخاصة بفقدان تناول القرص. إذا حدث قيء خلال ٣-٤ ساعات بعد تناول القرص و/أو حدث إسهال حاد، فمن الممكن ألا يكون تمكن جسمك من امتصاص الهرمون بشكل صحيح. في هذه الحالة يجب استخدام وسيلة حماية إضافية (مثل الواقي الذكري) لمدة أسبوع واحد. يجب أيضاً الاستمرار في تناول الأقراص كالمعتاد.

## ماذا لو كنت أتناول دواء آخر؟

قومي دوماً بإخطار القابلة أو الدكتور الذي تتعاملين معه إذا كنت تتناولين أي دواء آخر. قد يؤدي تناول Vinelle مع دواء آخر إلى تضائل الحماية. من الأمثلة على ذلك بعض المضادات الحيوية، وأدوية الصرع، وأقراص الفحم، والدواء الطبيعي عشبة سانت جون "St. John".

## ماذا لو كنت أرغب في حدوث حمل؟

إذا كنت ترغبين في حدوث حمل، فتوقفي عن تناول Vinelle. 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 (مطالعة إضافية في الصفحة التالية).

## ابدئي 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 ٤٠٠ 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 ٣، و١٤ 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)

Vinelle (٧٥ ميكروغرام ديزوجيستريل)، أقراص، أقراص البروجيستيرون لمنع الحمل. دواء بوصفة طبية مع الدعم.

دواعي الاستعمال: منع الحمل.

التحذيرات والقيود: أظهرت الدراسات وجود ارتباط بين استخدام موانع الحمل التي تؤخذ عن طريق الفم (موانع الحمل التي تؤخذ عن طريق الفم المحتوية على البروجيستيرون) وزيادة حدوث الجلطات الوريدية (تجلط وريدي عميق وانصمام رئوي). الأهمية السريرية لهذه النتيجة عندما يُستخدم ديزوجيستريل كوسيلة لمنع الحمل دون عنصر هرمون الأستروجين غير معروفة، ولكن ينبغي وقف العلاج ببينيل في حالة تجلط الدم. الآثار الجانبية: الصداع وتقلبات المزاج والاكتئاب وانخفاض الرغبة الجنسية والغثيان والبثور وآلم الثدي والنزيف غير المنتظم وغياب النزيف وزيادة الوزن.

تم تحديث ملخص المنتج في ٢٩ يناير ٢٠٢١. لمزيد من المعلومات والأسعار، انظر [www.fass.se](http://www.fass.se). [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se). CampusPharma AB, [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)