

# برای مصرف کنندگان Amorest 28®

(نورژستیمیت + اتینیل استرادیول)



## معرفی Amorest 28

Amorest 28 یک قرص ضد بارداری است که به شرط استفاده صحیح از باردار شدن شما جلوگیری می‌کند. این قرص، یک قرص ضد بارداری به اصطلاح ترکیبی است، به این معنی که حاوی دو نوع هورمون استروژن (اتینیل استرادیول) و پروژسترون (لونورژسترون) است.

## Amorest 28 به شکل زیر از بارداری جلوگیری می‌کند:

تخمک گذاری انجام نمی‌شود.  
آندومتر نازک باقی می‌ماند و با خون پر نمی‌شود، این موضوع به معنای این است که تخمک قادر به اتصال نیست.  
ترشحات دهانه رحم غلیظ شده و لایه ضخیمی ایجاد می‌کند که نفوذ اسپرم به داخل تخمک را مشکل می‌کند.

## قبل از مصرف Amorest 28:

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

## چرخه طبیعی قاعدگی شما

به منظور درک نحوه عملکرد Amorest 28، بسیار مهم است که از نحوه عملکرد چرخه طبیعی قاعدگی خود اطلاع داشته باشید. یکبار در ماه، یک عدد تخمک از یکی از تخمدان‌های شما آزاد می‌شود. آندومتر با پر شدن از خون و قوی شدن، برای دریافت تخمک آماده می‌شود، بنابراین در صورت لجاج، تخمک باید بتواند تغذیه کند و به جنین تبدیل شود. در صورتی که تخمک بارور نشود، پس از 14 روز همراه با آندومتر تازه تشکیل شده در رحم، از بدن خارج می‌شود. خونریزی حاصل از این فرایند، پرئود نامیده می‌شود.

پرئود معمولی بین 3 تا 8 روز طول می‌کشد. کل چرخه قاعدگی، از شروع خونریزی تا خونریزی بعدی معمولاً 28 روز طول می‌کشد، اما در بین زنان از 21 تا 35 روز متغیر است. در یک چرخه 28 روزه، تخمک گذاری می‌تواند بین روزهای 12 تا 16 اتفاق بیفتد.

## اثرات مثبت قرص‌های ضد بارداری

هنگامی که از قرص‌های ضد بارداری ترکیبی استفاده می‌کنید، خونریزی قاعدگی شما در مقایسه با حالت عادی، کمتر می‌شود. گرفتگی قاعدگی و درد تخمک‌گذاری نیز کاهش پیدا می‌کند. ترشحات غلیظ و ضخیم شده در دهانه رحم، ورود باکتری‌ها را مشکل‌تر می‌کند. زنانی که از قرص‌های ضد بارداری استفاده می‌کنند، کمتر به سالپنژیت مبتلا می‌شوند. از سوی دیگر، قرص‌های ضد بارداری هیچ محافظتی در برابر بیماری‌های مقاربتی ایجاد نمی‌کنند.

## توجه:

قرص‌های ضد بارداری، محافظتی در برابر بیماری‌های آمیزشی ایجاد نمی‌کنند، بنابراین اگر قصد رابطه جنسی با شریک جدیدی دارید، باید از کاندوم به عنوان شیوه محافظتی اضافی استفاده کنید.

بسته‌بندی Amorest 28 حاوی 3 یا 6 بسته قرص است که هر یک دارای 28 عدد قرص می‌باشد. 21 قرص سفید آبی (ردیف‌های 1 تا 3) حاوی هورمون هستند، در حالی که 7 قرص سبز (ردیف 4) بدون هورمون هستند.

## نحوه استفاده از Amorest 28

با اولین قرص آبی که با برچسب شروع در ردیف بالایی علامت گذاری شده‌است شروع کنید.  
اگر اولین قرص آبی را در اولین روز قاعدگی خود مصرف کنید، بلافاصله در برابر بارداری محافظت خواهید شد. شما همچنین می‌توانید مصرف Amorest 28 را از روز 2 تا 5 چرخه قاعدگی خود شروع کنید، اما در این صورت در طی 7 روز اول باید از یک روش پیشگیری اضافی هم (مانند کاندوم) استفاده کنید.  
قرص‌ها را باید همراه با مقدار کمی مایعات و هر روز در زمان تقریباً یکسانی مصرف کنید.  
هر ورق قرص دارای یک برچسب است که با روزهای هفته علامت گذاری شده‌اند. هر برچسب شامل 7 نوار است که روزهای هفته را نشان می‌دهند. نواری را انتخاب کنید که شروع روز هفته آن با روزی که شما شروع به مصرف قرص‌ها کردید مطابقت داشته باشد. نوار را به بالای بسته ورق قرص بچسبانید.  
مصرف را مطابق با جهت فلش‌ها ادامه دهید تا زمانی که تمام 28 قرص را مصرف کنید. معمولاً به مدت 2-3 روز پس از مصرف آخرین قرص هورمون آبی خونریزی مشابه قاعدگی خواهید داشت (خونریزی ناشی از محرومیت از هورمون).  
روز بعد از اتمام یک ورق قرص، مصرف ورق جدید را شروع کنید حتی اگر هنوز خونریزی دارید. این یعنی شما همیشه در روز یکسانی از هفته، مصرف بسته قرص جدید را شروع می‌کنید و پرئود شما تقریباً در روزهای یکسانی از ماه خواهد بود.

تصویر زیر چگونگی مصرف قرص‌ها را از روز 1 تا روز 28 را نشان می‌دهد. در این مثال، اولین روز پرئود پنج شنبه است.

1. با مصرف اولین قرص در اولین روز خونریزی شروع کنید. برای مثال، اگر پنج شنبه باشد، نواری که با "To" (مخفف پنج شنبه) شروع می‌شود را انتخاب کنید. نوارهای نشان دهنده روزهای هفته را به بالای بسته ورق‌ها یعنی در جایی بچسبانید که نوشته "نوار نشان دهنده روزهای هفته را اینجا بچسبانید".
2. هر روز یک قرص بخورید تا وقتی که ورق قرص‌ها خالی و تمام شود.
3. فوراً مصرف ورق جدیدی را شروع کنید.



نوار نشان دهنده روزهای هفته را اینجا بچسبانید.

برای مثال، اگر اولین روز خونریزی پنج شنبه باشد، نوار نشان دهنده روزهای هفته که با "To" شروع می‌شود را در بالای ورق قرص بچسبانید. همیشه با اولین قرص آبی در ردیف بالایی علامت شروع کنید.

جهت کسب اطلاعات بیشتر در مورد نحوه شروع به استفاده از Amorest 28 پس از زایمان یا پس از استفاده از سایر روش‌های هورمونی ضد بارداری به بروشور موجود در بسته‌بندی مراجعه نمایید.

### اگر مصرف قرص Amorest 28 را فراموش کنم چه می شود؟

خطر باردار 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 می‌شود. 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:

شما بیش از 1 قرص رع تر ورق قرص ها فراموش کرده اید: برای دریافت راهنمایی با دکتر/مامای خود تماس بگیرید.

اگر 1 قرص در هفته 1 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 باردار شدن شما وجود دارد. فوراً به ماما یا پزشک خود اطلاع دهید.

اگر 1 قرص در هفته 2 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 3 فراموش کرده‌اید:

اگر یکی از دو گزینه 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. از 7 قرص سبز صرفنظر کرده و فوراً ورق بعدی را شروع کنید. احتمالاً تا پایان ورق قرص دوم، خونریزی برگشتی واقعی نخواهید داشت. با این حال، در روزهای مصرف قرص ممکن است لکه‌بینی یا خونریزی بین قاعدگی داشته باشید.

2. فوراً مصرف قرص‌های آبی فعال ردیف 3 را قطع کرده و مصرف قرص‌های بدون هورمون (سبز) ردیف آخر را شروع کنید. سپس با یک بسته قرص جدید ادامه دهید.

اگر 1 قرص در هفته 4 فراموش کرده‌اید:

فراموش کردن مصرف یک قرص سبز بدون هورمون تأثیری بر این روش ضد بارداری ندارد. قرص سبز فراموش شده را دور بیندازید و قرص بعدی را در زمان عادی خود مصرف کنید.

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

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

قبل از شروع ورق جدید تمامی قرص‌های ردیف 4 را مصرف نکنید. 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 3 روز زودتر از حالت عادی شروع کنید. از ردیف بالا یعنی قرص‌های آبی شروع کنید. قرص‌های اضافی ورق اول را دور بریزید.

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

هنگامی که آخرین قرص ردیف 3 را مصرف کردید، از قرص‌های سبز 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 هورمون آبی ادامه دهید. پس از آن قرص‌های سبز را به مدت 7 روز مصرف کنید و سپس ورق جدیدی حاوی 28 قرص و یک روز شروع جدید را آغاز کنید.

### اگر خونریزی اندک داشته باشم باید چه کار کنم؟

خونریزی اندکی می‌تواند رخ دهد 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 3-4 ساعت پس از مصرف قرص آبی استفراغ کردید یا اینکه دچار اسهال شدید، ممکن است بدن شما قادر به جذب صحیح هورمون‌ها نباشد. پس از استفراغ یا اسهال، باید در اسرع وقت یک قرص آبی از یک بسته دیگر (بسته یکدی) مصرف کنید. اگر این کار امکانپذیر نیست یا اینکه 12 ساعت از زمانی که به طور معمول قرص را مصرف می‌کنید گذشته است، از توصیه 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 شاکرکول 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 بخواهم 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 فرآیند 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 هفته 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.

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 Amorest 28 باشد، با یک ماما یا پزشک تماس بگیرید.

**اگر بخواهم از خونریزی جلوگیری شود باید چه کار 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 Amorest 28 مربوط نیستند. هیچ روش 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 آبی فعال خود را مصرف کنید، دوره‌های خونریزی شما می‌تواند کاهش پیدا کند. می‌توانید به مصرف قرص‌های آبی تا زمان خونریزی (خونریزی بین قاعدگی) ادامه دهید. سپس در مصرف قرص‌ها وقفه‌ای حداکثر 7 روزه ایجاد کنید و مجدداً مصرف قرص‌های فعال آبی را شروع 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 میکروگرم 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](http://www.natalben.se) مراجعه نمایید.

**Amorest 28** (250 میکروگرم نوروستیمات، 35 میکروگرم اتینیل استرادیول)، قرص، پروژسترون + استروژن با ترکیبات ثابت. داروی نسخه‌ای تحت پوشش بیمه. **مورد مصرف:** پیشگیری از بارداری برای زنان.

**هشدارها و محدودیت‌ها:** هنگام تصمیم‌گیری در مورد تجویز Amorest 28، باید عوامل خطر هر زن، به خصوص برای ترومبوآمبولی وریدی (VTE) در نظر گرفته شود. در صورت بروز علائم غیر معمول مانند درد قفسه سینه یا پا درد، بیمار باید فوراً با پزشک تماس بگیرد. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد عوامل خطر و علائم لخته‌گی خون، لطفاً به SmPC مراجعه کنید.

**عوارض جانبی:** سردرد، اختلالات قاعدگی و حالت تهوع. خلاصه محصول به روزرسانی شده در 29 سپتامبر 2021. برای کسب اطلاعات بیشتر و اطلاع از قیمت‌ها، به وبسایت [www.fass.se](http://www.fass.se) مراجعه کنید.

CampusPharma AB, [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)