

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

بسته‌بندی قرص پریونل حاوی 3 یا 13 بسته قرص است که هر یک دارای 21 عدد قرص می‌باشد. 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 می‌توانید 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.
- قرص‌ها 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 فلش‌ها ادامه داده و به مدت 21 روز، هر روز یک قرص مصرف کنید.
- پس از این 21 روز، به مدت 7 روز مصرف قرص‌ها 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 می‌شوید.
- 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 می‌کنید و پریود شما تقریباً در روزهای یکسانی از ماه خواهد بود.

پریونل 28



جعبه حاوی برچسب‌هایی است که می‌توانید 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 قرص‌ها را شروع کرده‌اید.

بسته‌بندی پریونل 28 حاوی 3 یا 13 بسته قرص است که هر یک دارای 28 عدد قرص می‌باشد. 21 قرص سفید اول (ردیف‌های 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 می‌توانید 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.
- قرص‌ها 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 جمعه شروع می‌کنید، قرصی را مصرف کنید که با علامت "FRE" مشخص شده است. روز شروع را با یک برچسب در ردیف بالای بسته قرص مشخص کنید.
- مصرف را مطابق با جهت فلش‌ها 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 می‌کنید و پریود شما تقریباً در روزهای یکسانی از ماه خواهد بود.

این محصول، پریونل/پریونل 28 می‌باشد

پریونل/پریونل 28 یک قرص ضد بارداری است که در صورت استفاده صحیح، از باردار شدن شما جلوگیری می‌کند. این قرص، یک قرص به اصطلاح ترکیبی است، به این معنی که حاوی دو نوع هورمون استروژن (اتینیل استرادیول) و پروژسترون (لونورژسترول) می‌باشد.

پریونل/پریونل 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 استفاده از پریونل/پریونل 28:

- بروشور موجود در بسته‌بندی 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. یکبار در ماه، یک عدد تخمک از یکی از تخمدان‌های شما آزاد می‌شود. آندومتر پر از خون شده و قوی‌تر می‌شود و با این کار آماده دریافت تخمک می‌شود 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 تقریباً 14 روز همراه با آندومتر تازه تشکیل شده در رحم، از بدن خارج می‌شود. خونریزی حاصل از این فرایند، پریود نامیده می‌شود. پریود معمولی بین 3 تا 8 روز طول می‌کشد. 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 می‌تواند بین روزهای 12 تا 16 اتفاق بیفتد.

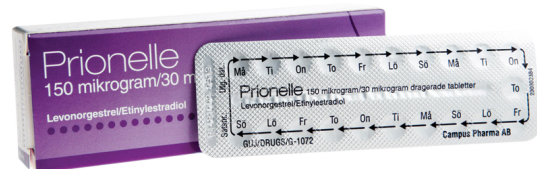
اثرات مثبت قرص‌های ضد بارداری

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 سالیپرنیث مبتلا می‌شوند. از سوی دیگر، قرص‌های ضد بارداری هیچ محافظتی در برابر بیماری‌های آمیزشی 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.

پریونل



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

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

اگر مصرف قرص پروینول/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 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:

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 پروینول مصرف می‌کنید). در صورتی که پروینول 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. پروینول: 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.

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

پروینول: 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.

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

پروینول: 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.

پروینول 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 3-4 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 و همچنین داروی گیاهی سنت جان ورت مثال‌هایی از این موارد هستند. همچنین باید از نوشیدن آب گریپ فروت خودداری کنید زیرا ممکن است اثر قرص ضد بارداری را تضعیف کند.

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 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.

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 پاهای (مثلاً قرمز شدن، آبی شدن یا رنگ پریدگی)، تغییر ناگهانی در بینایی، سردردهای شبيه 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.

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 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 فعال خود را مصرف کنید، دوره‌های خونریزی شما می‌تواند کاهش پیدا کند. می‌توانید به مصرف قرص‌های فعال تا زمان خونریزی (خونریزی بین قاعدگی) ادامه دهید. سپس در مصرف قرص‌ها وقفه‌ای حداکثر 7 روزه ایجاد کنید و مجدداً مصرف قرص‌های فعال (سفید) را شروع کنید.

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 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 مراجعه نمایید

پریونل، پریونل 28 (150 میکروگرم لونورژسترول، 30 میکروگرم اتینیل استرادیول)، قرص، پروژسترون + استروژن با ترکیبات ثابت. داروی نسخه‌ای تحت پوشش بیمه. **مورد مصرف:** ضد بارداری.

هشدارها و محدودیت‌ها: هنگام تصمیم‌گیری برای تجویز پریونل/پریونل 28 باید عوامل خطر هر زن، مخصوصاً عوامل مرتبط با ترومبوآمبولی وریدی (VTE)، در نظر گرفته شود. در صورت بروز علائم نادر مانند درد قفسه سینه یا پا درد، بیمار باید بلافاصله با پزشک تماس بگیرد. برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد عوامل خطر و علائم لختگی خون، لطفاً به SmPC مراجعه کنید.

عوارض جانبی: افسردگی، سردرد، تغییرات خلقی، حالت تهوع، دل درد، حساس شدن سینه‌ها، درد قفسه سینه، فشار در قفسه سینه، خونریزی و افزایش وزن. خلاصه محصول به روزرسانی شده در 29 سپتامبر 2021. برای کسب اطلاعات بیشتر و اطلاع از قیمت‌ها، به وبسایت www.fass.se مراجعه کنید.

CampusPharma AB, www.campuspharma.se