

### እዚ Vinelle እዩ

Vinelle ካብ ጥንሲ ዝከላኸል ናይ ጥንሲ መከላኸሊ ከኒና እዩ፡ እዚ ድማ ብዝግባእ እንተድኣ ተጠቐምኩምዎ እዩ፡ Vinelle ትሑት ናይ ደቂ ኣንስትዮ ሆርሞን፡ ፕረጂስቲን ዲሶጂስትራል ይሕዝ፡ ስለዝኾነ ድማ Vinelle ፕሮጂስቲን ጥራሕ ናይ ጥንሲ መከላኸሊ ከኒና እዩ፡ Vinelle ከም ካልኣት መከላኸሊ ጥንሲ ኣስተሮጅን የብሉን፡፡

### Vinelle በዞም ዝሰቡ መንገድታት ጥንሲ ይከላኸል፡

- ፅፍዮ እንቋቋሶ ኣይካየድን፡፡
- ሓኻኹ ዘርእ ቀጠን ኮይኑ ይቕፅልን ደም ኣይመልእን እዚ ማለት ድማ እንቋላሊሕ ክጣበቕ ኣይክእልን፡፡
- ኣብ ክሳድ ዝርከብ ጥንካረ ነዝዒ እቲ ዘርእ ተባዕታይ ንክይሳገር ይገብር፡፡

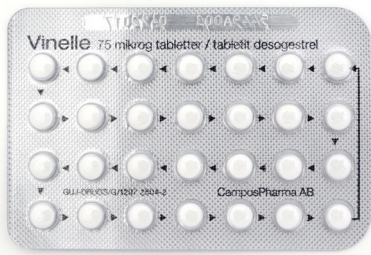
**Vinelle ቅድሚ ምውሳድኪ፡**

- ኣብቲ ካርቶን ዝርከብ ሓበራታ ብዝግባእ ኣንብቢ፡፡
- ዝኾነ ሕቶ እንተድኣ ኣለኪ ንመሕረሲት ወይ ሓኪም ርኽቢ፡፡

### ልሙድ ዝኾነ ወርሓዊ ጽግዖ

Vinelle ብኸመይ ከም ዝሰርሕ ንምርዳእ፡ እቲ ልሙድ ወርሓዊ ጽግዖ ብኸመይ ከም ዝሰርሕ ክትፈልጢ ትኽእሊ ኣለኪ፡፡ ብወርሒ ሓደ ግዜ እንቋላሊሕ ካብ ማህፀንኪ ይሰደድ፡፡ እቲ ውሽጣዊ ኣደጎ እንቋቋሶ ንምቕባል ዓርሱ ዘዳልው ደም ብምምላእን ነቲ እንቋቋሶ ጥንኩር ብምዳን፡ ሓኻኽ ንምርካብ ናብ ዕሽል ክዓብይ ይግባእ፡፡ እንቋቋሶ ተዘይፀድዩ፡ ኣብ ማህፀንኪ ሓደሽ ውሽጣዊ ኣደጎ ክፍጠር ከሎ ብሓባር ድሕሪ 14 መዓልታት ይወፅእ፡፡ እዚ ዝፈሰሰ ደም ድማ ወርሓዊ ፅግዖ ተባሂሉ ይፀዋዕ፡፡ ልሙድ ዝኾነ ምግብ 3-8 መዓልታት ይፀንሕ፡፡ እቲ ሙሉእ ናይ ፅግዖት ዑደት፡ ካብቲ ፈላጊ ዝፈሰሰ ደም ክሳዕ እቲ ቀፃሊ ዝፈሰሰ ደም መብዛሕትኡ ግዜ 28 መዓልቲ እንትኸውን፡ እንተኾነ ግና ኣብ ገለገለ ደቂ ኣንስትዮ 21 ክሳዕ 35 መዓልቲ ክኸውን ይኽእል፡፡ ፅፍዮ እንቋቋሶ ኣብ 28 መዓልቲ ኣብ ሞንጎ 9ን 20 መዓልታት ይፍጠር፡፡

**መዘከርታ፡**  
መከላኸሊ ጥንሲ ካብ ብጾታዊ ርክብ ዝመሓላለፉ ሕመማት ኣይከላኸልን፡ ሓደሽ መፃምዲ እንተድኣ ረኺብኪ ከንዶም ከም ተወሳኺ ሓለዋ ክትጥቀሙ ይግባእ፡፡



### Vinelle ብኸመይ ትጥቀሙ

- ወርሓዊ ፅግዖኹ ምስ መፀ ኣብ ፈላጊ መዓልቲ ከኒና እንተድኣ ወሲድኪ፡ ካብ ፈላጊ መዓልቲ ጀሚሩ ካብ ጥንሲ ትሕለዩ፡፡ ብተወሳኺ ድማ ኣብ ወርሓዊ ፅግዖኹ 2-5 ሳይክል ኣብ ዘለው መዓልቲ Vinelle ምውሳድ ክትጀምሩ ትኽእሊ ኣኺ፡ እንተኾነ ግና ንቀፃሊ 7 መዓልታት ተወሳኺ መከላኸሊ ጥንሲ (ከም ኮንደም ዝኣመሰሉ) ክትጥቀሙ ኣለኪ፡፡
- ድሕሪ ምውሳድኪ Vinelle ምውሳድ እንተድኣ ጀሚርኪ ወይ ካብ ካልእ መከላኸሊ ጥንሲ እንተድኣ ናብ Vinelle ቀይርኪ ኣብቲ ካርቶን ዝርከብ መረዳኣታ ኣንብቢ፡፡
- ሙሉእ ሓለዋ ንምርካብ ብተመሳሳሊ ሰዓት እንተይተቋረፀ ከኒና ክትወስዱ ኣለኪ፡፡ እቲ ከኒና ምስ ቅርብ ፈሰሲ ውሳዒ፡፡
- ኣብቲ ካርቶን ኣብቲ ከኒና ዝተፅሓፉ ምልክታት ኣለው እዮም፡፡ ኣብ ድሕሪት፡ እቲ ይደል ናይ ሰሙናት መዓልቲ ተፃሒደም እዮም፡፡ ሕድሕድ ከኒናን ኣብ ሰሙን ዘሎ መዓልቲ የመላኽት፡፡



ፎቡሳ እንተድኣ ጀሚርኪ፡ ንኣብነት "O/K" ዝብል ምልክት ብዘለዎ ክትጀምሩ ኣለኪ፡፡

- ሓደሽ ዕሽግ ክትጀምሩ ከለኺ ካብ ላዕሊ ካብ ዝርከብ ምልክት ክትጀምሩ ይግባእ፡፡ እንድሕን ንኣብነት ፎቡሳ ጀሚርኪ ፎቡሳ ዝብል ምልክት ዘለዎ ከኒና ክትወስዱ ይግባእ (ኣብቲ ከኒና "O/K" ዝብል ምልክት ዘለዎ)፡፡
- እቲ ዕሽግ ጥርሑ ክሳዕ ዝኸውን እቲ ከኒና ምውሳድኪ ቀፅሎ፡ ኩሉ ግዜ ናይቲ መመላኸሊ ምልክት ረኣይ፡፡ ኣብቲ ዕሽግ ድሕሪት ብምርኣይ ጥራሕ ዕለታዊ ከኒናኺ ብቐሊሉ ከም ዝወሰድኪ ክትርእ ትኽእሊ ኣኺ፡፡
- ክትወስዱ ከለኺ መድመይቲ ክጋጥመኪ ይኽእል እዩ እንተኾነ ግና እቲ ከኒናን ምውሳድ ቀፅሎ፡፡
- እቲ ሓደ ዕሽግ ከኒና ምስ ወዳእኺ ወርሓዊ ፅግዖ ከይተፀበኺ ካልእ ሓደሽ ከኒና ጀምሩ፡፡ ከምቲ ናይ ሕሉፍ ዕሽግ ከኒና እቲ ቀፃሊ ዕሽግ ከኒና እውን ብተመሳሳሊ መንገዲ ውሳዒ፡፡

ብዛዕባ ዝኾነ ነገር ርግፀኛ እንተዘይኮይንኪ ንመሕረሲት ወይ ሓኪምኪ ኣካርቢ፡፡

Vinelle 3 ወይ 6 ሰውል ባኮን 28 ከኒና ይሕዝ፡፡ ኣብ ውሽጢ ሓደ ሰሙን ዝርከቡ መዓልታት ኣብ ሕድሕድ ዕሽግ ሰውል ባኮ ከኒና ተፃሒደም እዮም፡፡

ከኒና ምዑሳድ እንተድኣ ረሰዐኹ?

12 ሰዓት ገታሕቲ እንተድኣ ዘንጊዎኹ፡ እቲ ዘይወሰድክዮ ከኒና ምስ ዘከርክዮ ብቕልጡፍ ውሰዲ ብምቕፃል ድማ እቲ ከኒና ኣብ ልሙድ ሰዓት ውሰዲ፡ ሕጂ ካብ ጥንቡ ተሓሊውኪ ኢኹ።

12 ሰዓት ገላዕሊ ተዘንጊዎኹ፡ 12 ሰዓት ገላዕሊ እንተድኣ ዘንጊዎኹ፡ ማለት እውን እቲ መውዳእታ ከኒና ካብ ዝወሰድኪ 36 ሰዓት ኮይኑ ማለት ኣይተሓለውክን ማለት እዩ። ምስ ዘከርክዮ ብቕልጡፍ እቲ ከኒና ውሰዲ ከምኡ ድማ እቲ ቀጻሊ ከኒና ኣብ ልሙድ ሰዓት ውሰዲ፡ እቲ ከኒና ባቲ ልሙድ ምዑሳድ ቀፅሎ፡ እንተኾነ ግና ንቀፃሊ 7 መዓልቲ ከም ኮንደም ዝኣመሰሉ ተወሳኺ መከላኸሊ ውሰዲ።

ኣብታ ቐዳመይቲ ሰሙን ሓይ ወይ ካብኡ ገላዕሊ ጽላታት እንተ ኣምሊጥካ እም ነቲ ጽላታት ምዑሳድ ቅድሚ ምርሳዕካ ኣብታ ሰሙን እቲ ጽላታት ኣንተ ፈጸምካ ክትጠንሰ ትኽእል ኢኹ። ምኽሪ ደሊኻ ነታ መሕረስቲ ወይ ንሓኪምካ ሕተታ ።

ዘይልሙድ መድመይቲ እንተድኣ ኣጋጢሙ ኹ?

ዘይልሙድ መድመይቲ ልሙድ እዩ። እዚ ድማ ላይነር ዘዩልዮ ጠብታ ወይ ቀሊል ወርሓዊ ፅግዖ መድመይቲ ክኸውን ይኽእል እዩ። ብተወሳኺ ድማ ምንም ምድማይ የለን። ዘይተለመደ መድመይቲ Vinelle ሓለዋ ምንካይ ምልክት ኣይኮነን። ብሓፈሻ፡ ካልእ ክትገብር የብልክን እንተኾነ ግና Vinelle ምዑሳድ ክትቅፅሎ ኣለኪ። እቲ መድመይቲ ከቢድን ነዊሕ እዋን ዝፀንሐ እንተድኣ ኮይኑ ንሓኪምኪ ርኽቢ።

ተምላሕን ውፅኢት እንተድኣ ኣለኪ ኹ?

ከኒና እንተድኣ ዘንጊዎኹ ትኸተልዮ ዝግባእ መምርሒ ተኸተለ። እቲ ከኒና ድሕሪ ምዑሳድኪ ኣብ ውሽጢ 3-4 ሰዓት እንተድኣ ኣምሊሰኪ ወይ ውፅኢት እንተድኣ ኣልኪ፡ ሰብነትኪ ነቲ ሆርሞን ብትኽክል ክወስድ ኣይከኣለን ማለት እዩ። እዚ እንተድኣ ተፈጢሩ ንሓይ ሰሙን ተወሳኺ መከላኸሊ (ከም ኮንደም ዝኣመሰሉ) ክትወስዱ ኣለኪ። ከምኡ ድማ እቲ ከኒና እውን ምዑሳድ ክትቅፅሎ ኣለኪ።

ካልኣት መድሓኒታት ዝወስድ እንተድኣ ኮይኑ ኹ?

ካልእ መድሓኒት ትወስድ እንተ ኣለኻ ነታ መሕረስቲ ወይ ንሓኪምካ ወትሩ ንገራ። ንቫይናል ምስ ካልእ መድሓኒት ተተሓሕዞ ምዑሳድ ዕቕዓ ርብ ምንካይ ክመርሕ ይኽእል ኢዩ። ገሊ ኹብቶም ጸረ - ነፍሳት ንትርግትን ዝኸውን መድሓኒት ከምኡውን ሰይንት ጆንስ ዋርት ዝበሃል ኣሕምልቲ ነዚ ኣብነት ክኹነና ይኽእል ኢዩ።

ክጠንሰ እንተድኣ ደልዮ ኹ?

ክትጠንሰ እንተድኣ ደሊኻ Vinelle ምዑሳድ ኣቋርቂ። ኣብ መብዛሕትኣን ደቂ ኣንስትዮ መከላኸሊ ጥንሲ ምዑሳድ ክቋርቅ ከለዎ ብቕልጡፍ ፅፍዮ እንቁሊሊሕ ይምለስ። እንተኾነ ግና ናይቲ ፅፍዮ እንቁሊሊሕ ናይ ዓርሱ ምንቅስቃስ መሰረት ብምግባር ግዘ ክወስድ ይኽእል እዩ። ክከከር ከለዎ ነገር ክጠንሳ ዝደልዩ ኩላን ደቂ ኣንስትዮ ትምባሆን ኣልኮል ክወስዱ የብሉን ከምኡ ድማ ደሊኻ ኣሲድ ንኣብነት Natalben Gravid ክወስዱ ይግባእ (ተወሳኺ መረዳኣታ ኣብ ቀፃሊ ገፅ ይርከብ)።

እንታይ ዓይነት ጎናዊ ሳዕቤን ክህልዎ ይኽእል?

ዘይሰሩዕ መድመይቲ ሕማም ርእሲ ኣምዑት ወይ ለውሃት ኣጥባብ ኪጥቀስ ይከኣል። ጠባይን ጭንቀትን ክብደትን እውን ኬጋጥም ይኽእል እዩ። ብፍላይ ከቢድ ወይ ንነዊሕ ኣዋን ዚጸንሕ እንተ ኹይኑ ወይ ከኣ ጥዕናኻ እንተ ተቐደሩ እም ብሰንኪ ቫይናል ኪኸውን ዚኽእል ኩይኑ እንተ ተሰሚዑካ ምስ ሓኪም ወይ መሕረስቲ ተራኹብ።

እዞም ዝሰዕቡ ምልክታት እንተድኣ ርእኹ ብቕልጡፍ ንሓኪምኪ ኣዛርቢ። ካብ ብልዕቲ ደም ምፍሳስ፡ ሕብጠት ወይ ኣብ ኣግሪ/ታፋ ቃንዛ፡ ናይ ደረት ቃንዛ ወይ ምትንፋስ ምፅጋም፡ ኣብ ከብዲ ወይ ትሕቲ ከብዲ ሃንደበታዊ ወይ ከቢድ ቃንዛ፡ ኣብ ከባቢ ጡብኪ ሕብጠት ወይ ጥንስቲ ከም ዝኸንኪ እንተድኣ ሓሲብኪ።

ካልኣት ሕቶታት ወይ ሰግኣት እንተድኣ ኣለኪ ንሓኪምኪ ወይ መሕረስቲኪ ደውሊ። ተወሳኺ መረዳኣታ ንምርካብ ኣብቲ ካርቶን ዝርከብ ናይ ተሓክምቲ መረዳኣታ ወረቓት ኣንብቢ።

**ይሊክ ኣሲድ ምዑሳድ ምጅማር መከላኸሊ ጥንሲ ከኒና ምዑሳድ እንተድኣ ኣቋሪፅኪን ክትጠንሰ እንተድኣ ደሊኻ**

እቲ ዕብል ትኽክለኛ መቐሎ ሴልን ምዕባላ ሓንጎልን ስርዓት ነርቭ ንክህልዎ ደሊክ ኣሲድ ኣገዳሲ እዩ። እኹል ዝኾነ ደሊክ ኣሲድ ዘይምዑሳድ እቲ ህፃን ኤርገያ ዕትብቲ ሕቐ ናይ ምትሓዝ ሰግኣቱ ክውሰኽ ይገብር። ናይ ሰዊድን ሀገራዊ መግቢ ምምሕዳርን ሀገራዊ ናይ ጥዕናን ውሕሰት ቦርድ ብመዓልቲ 400 ማይክሮግራም ደሊክ ኣሲድ ክወስዱ ይምዕድ። እቲ ትኽክለኛ ውፅኢት ንምርካብ ቅድሚ ምጥናስኪ ቅድሚ ሓይ ወርሒ ምዑሳድ ፅቡቕ እዩ።

Natalben Gravid ተወሳኺ ከኒና እንትኸውን ጥንሳት ወይ ንምጥናስ ዝተለማ ደቂ ኣንስትዮ ዝውሰድ እዩ።

Natalben Gravid ንጡፍ ደሊክ ኣሲድ ዝሓዘን ንኩላን ደቂ ኣንስትዮ ዝኸውንን ተወሳኺ ኣይረን፡ ኣዮዲን፡ ቫይታሚን ዲ፡ ኦሚጋ-3ን ካልኣት 14 ንጥንሳት ዝጠቅምን ብጥንቃቄ ዝተመረፀ ኒውትሪሽን ዘካተተ እዩ። ተወሰኽቲ መጠናኸሪ እቲ ጥዕንኡ ዝተሓለወ ኣመጋግባ ኣይትክእን፡ እንተኾነ ግና ምስ ዝተፈለለየን ዝተመጣጠነ ኣመጋግባን ጥዕንኡ ዝተሓለወ መነባብር ክካተት ኣለዎ።

ንመሕረስቲኪ ኣዛርቢ ወይ ተወሳኺ መረዳኣታ ንምርካብ ብ [www.natalben.se](http://www.natalben.se)

**Vinelle** (75 ማይክሮግራም ድሰሰትረል/desogestrel)፡ ከኒናታት፡ ናይ ፕሮጀስቲን መከላኸሊ ጥንሲ ከኒናታት። ምእዛዝ መድሓኒት ብ ድጎማ።  
**ሓብሬታ**፡ መከላኸሊ ከኒና።  
**መጠንቀቕታን ምኽልካልን**፡ መጽናዕታት ከም ዝከርእይዎ ድማ ኣብ ሞንጎ ምጥቃም ናይ COCs (-COCs ዝሓዘ ፕሮጀስቲን) ከምኡከኣ ዝውሰኽ ኣጋጣሚ ናይ ሸፍስ ትሮምቦዮሲዝም (ዓሚቕ ሸፍስ ትሮምቦሲስን ፓልሞናሪ ኢምቦሊዝምን) ዘሎ ሕብረትን። ናይ ክሊኒክ ኣገዳስነት ናይ ዚ ርኽቦት ማለት እዚ ድሰሰትረል ብዘይ ናይ ኣስትረጀን ባኦን ከም መከላኸሊ ጥንሲ ምስ ተወስደ ፍሉጥ ኣይኮነን፡ ኮይኑግን ብ ቪኒላ ዝግበር ሕክምና ድማ ኣብ ኣዋን ትሮምቦሲስ ክቋረጽ ኣለዎ።  
**ጎናዊ ሳዕቤናት**፡ ሕማም ርእሲ፡ ለውጢ ሙድ፡ ጸቕጢ ሙድ፡ ምጉዳል ጸታዊ ድለት፡ ዕግርግር፡ ፈጸጸ፡ ቃንዛ ጡብ፡ ዘይንቦር ምድማይ፡ ደም ዘይምህላውን ምዑሳኽ ክብደት ጸማቕ ፍርያት ድማ ኣብ 29 መስከረም 2021 ተመሓይሹ። ንተወሳኺ ሓብሬታን ዋጋታትን፡ ኣብ'ዚ ርእዩ፡ [www.fass.se](http://www.fass.se). [CampusPharma AB](http://CampusPharma AB), [www.campuspharma.se](http://www.campuspharma.se)