



# jaydess®

13,5 MG LEVONORGESTREL

## معلومات للمريضة



## هذا Jaydess®

نأمل أن تجيب هذه النشرة على أسئلتك ومخاوفك بخصوص Jaydess®.

## ما هو Jaydess®؟

Jaydess® هو جهاز رحمي يتألف من كبسولة هرمون مرفقة بإطار على شكل T مصنوع من البلاستيك الناعم المرن. الجهاز بطول 30 ملم ويتم إدخاله في الرحم بواسطة أداة إدخال.

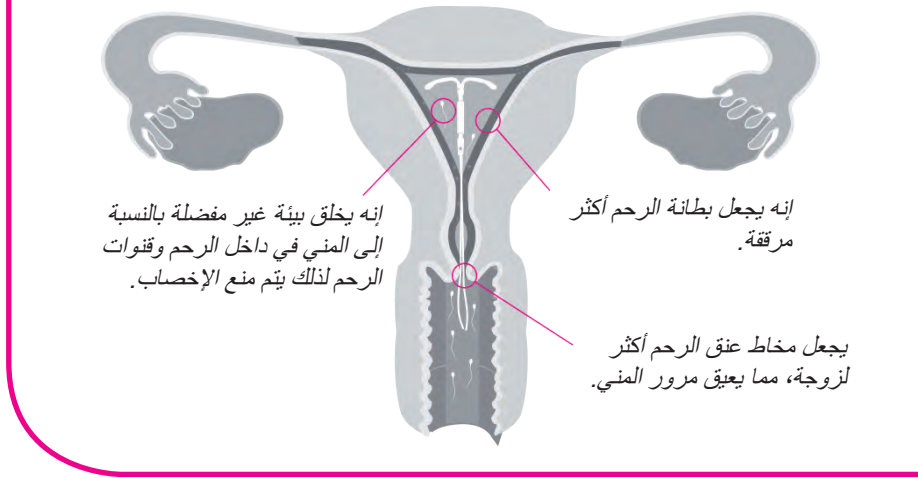
Jaydess® هو أصغر لولب هرموني متوفر ويحتوي على جرعة منخفضة من الهرمون. سوف تقوم مولدتك/طبيبك بإدخاله إلى داخل رحمك، حيث يقوم بالحماية من حمل غير مرغوب به. من خلال التسريح البطيء لجرعة منخفضة من هرمون البروجستيرون ليفونورجيستريل موضعياً في داخل الرحم، يومياً لغاية حتى 3 سنوات، فلن يتوجب عليك التفكير بخصوص التناول اليومي، الأسبوعي، أو الشهري.

## كيف يعمل Jaydess®؟

عندما يتم إدخال Jaydess® في الرحم، يتم تسريح جرعة منخفضة من هرمون ليفونورجيستريل ببطء وبصورة مستمرة في الرحم على أساس يومي، مما يمنع الحمل من خلال ثلاث طرق.

1. يجعل Jaydess® مخاط عنق الرحم لزجاً، مما يعيق مرور المنى.
2. يؤثر Jaydess® على نمو بطانة الرحم. يصبح الغشاء المخاطي رقيقاً وغير خصب.
3. كما يساهم الجهاز بحد ذاته في تكوين بيئة غير مفضلة للمني في داخل الرحم وقنوات الرحم. تتأثر حركية المنى ويُمنع الإخصاب.

يمنع Jaydess® الحمل من خلال جمعه لعدة خواص.



الهرمون الوحيد في Jaydess® هو ليفونورجيستريل، وهو بروجستيرون اصطناعي شائع في موانع حمل هرمونية أخرى. لا يحتوي Jaydess® على إيستروجين.

## ما مدى فعالية Jaydess®؟

Jaydess® هو أحد أكثر موانع الحمل فعالية. Jaydess® ذو درجة فعالية أعلى من 99% ضد الحمل من وقت إدخاله في الرحم وحتى تتم إزالته. يعمل Jaydess® لغاية حتى 3 سنوات.

## كيف سيؤثر ليفونورجيستريل، الهرمون في Jaydess®، على جسمي؟

يعمل Jaydess® بشكل رئيسي موضعياً في الرحم. إنه يسرح ليفونورجيستريل في داخل الرحم وتدخل كميات صغيرة فقط من الهرمون إلى تيار الدم. يُستعمل هرمون ليفونورجيستريل بشكل شائع في موانع الحمل. لا يؤثر Jaydess® على الإباضة لدى غالبية النساء. هذا يعني أن المبايض تستمر بإنتاج الإيستروجين الخاص بها. للمزيد من المعلومات عن التأثيرات الجانبية عند استعمال Jaydess®، أنظري في أدنى هذه النشرة والنشرة للمستهلك المرفقة في هذه العبوة.

## ما الغرض من الخيوط على Jaydess®؟

الخيوط موجودة على Jaydess® لتتمكن المولدة/الطبيب من سحبه. سوف تخبرك مولدتك/طبيبك عن الشعور الذي تثيره الخيوط بعد إدخال الجهاز. من خلال الشعور بالخيوط، يمكنك التأكد بنفسك أن Jaydess® لا يزال في المكان الصحيح في الرحم، مما يعطيك حماية فعالة من الحمل. للمزيد من الأسئلة عن الخيوط، لا ترددي في التحدث مع مولدتك/طبيبك.

# أيامك الأولى مع Jaydess®

معلومات مهمة ينبغي عليك معرفتها قبل القيام بإدخال Jaydess®

## كيف يتم إدخال Jaydess®؟

حالما اتخذت قرارك بخصوص Jaydess®، يمكن إدخاله خلال زيارتك التالية إلى مولدتك/طبيبك. خلال فحص الحوض، يمكنهم ببساطة أن يدخلوا Jaydess® إلى داخل رحمك بواسطة جهاز إدخال مرن. بعد إدخال Jaydess®: سوف يتم قص خيوط الإزالة لتكون بطول 2-3 سم.

## ماذا ينبغي أن أتوقع مباشرة بعد الإدخال؟

غالبية النساء تجد أن الإدخال سهل نسبيًا، لكن بعضهن قد تعانين من بعض الألم والدوخة خلال الإدخال. إذا كان لديك ألم حاد أو أن الألم لم يختفِ خلال بضع أسابيع بعد الإدخال، عليك أن تتصلي بمولدتك/طبيبك.

## ما مدى سرعة حماية Jaydess® من الحمل؟

إذا تم إدخال Jaydess® ضمن 7 أيام من اليوم الأول من دورتك الشهرية، سوف يزود Jaydess® حماية فورية فعالة ضد الحمل لغاية حتى 3 سنوات. إذا تم إدخال Jaydess® في أي وقت آخر من دورة حيضك: عليك ان تحمي نفسك من خلال استعمال واقيات مطاطية أيضًا لأول 7 أيام. يوصى بأن تنتظري 24 ساعة قبل الاتصال الجنسي بعد إدخال Jaydess®. مع Jaydess® لا داعي أن تفكري بأخذ موانع الحمل اليومية، الأسبوعية أو الشهرية.

## هل علي أن أخضع لمتابعة لدى المولدة/الطبيب بعد إدخال Jaydess®؟

سوف تقرر المولدة/الطبيب فيما إذا كنت بحاجة للمتابعة بعد الإدخال. كما ستحصلين على معلومات إذا كنت بحاجة للقيام بزيارات إضافية.

# شهرك الأول مع Jaydess®

معلومات مهمة ينبغي عليك معرفتها قبل القيام بإدخال Jaydess®

## هل هناك أسباب أخرى لم ينبغي بي الاتصال بمولدي/طبيبي؟

عليك الاتصال بالمولدة/الطبيب الخاص بك إذا حصل أي مما يلي:

- لديك ألم حاد أو نزف شديد بعد الإدخال أو إذا استمر الألم أو النزيف لأكثر من 5 أسابيع.
- أنت تظنين أنك قد تكوني حاملاً.
- لديك ألم بطني مستمر، حمى، أو إفرازات غير طبيعية.
- أنت أو شريكك تشعران بالألم أو مضايقة خلال الاتصال الجنسي.
- لديك تغيرات في أنماط النزف الحيضي (مثلًا إذا كانت دورتك الشهرية قليلة أو منقطعة وأصبحت فجأة مطولة أو غزيرة).
- طورت مشاكل صحية أخرى، مثل صداع الشقيقة/صداع حاد جدًا، مشاكل فجائية في الرؤية، بركان أو ارتفاع في ضغط الدم.

# المزيد من الأمور التي ينبغي عليك معرفتها عند استعمال Jaydess®

## كيف سوف يؤثر Jaydess® على أنماط النزف الحيضي؟ هل سيكون لدي حيض بشكل شهري؟

سوف يكون لديك نزف حيضي أقل، سواء من ناحية الكمية وعدد أيام نزفك بكل شهر. خلال أول 3-6 أشهر بعد إدخال Jaydess®، قد يكون لديك تقيع أو نزف خفيف. بعض النساء قد يكون لديهن نزيف أطول أو أثقل خلال هذه الفترة، لكن هذا لا يعني أنك سوف تنزفين كل يوم. قد يكون مفيداً لو كتبتِ بخصوص كيفية النزيف لديك لتري بأنه يتحسن يوماً بعد يوم (مفكرة الدورة الشهرية مرفقة في نهاية هذه النشرة).

**تحديث مع** مولدتك/طبيبك إذا استمر نزيف الدورة الشهرية بكونه أثقل من المعتاد أو إذا كنت تنزفين فجأة لأيام أكثر من السابق.

لدى بعض النساء، يختفي الحيض تماماً عند استعمال Jaydess®. إذا لم يكن لديك نزيف حيضي في آخر 6 أسابيع وأنت قلقة بأنك قد تكونين حاملاً، قومي بإجراء فحص حمل. إذا كان سلبياً فليست بحاجة للمزيد من الفحوصات، إلا إذا كانت لديك أعراضاً أخرى قد تشير إلى الحمل (مثل غثيان، تعب، أو إيلام في الثديين). إذا توقف نزيف الحيض لديك بينما تستعملين Jaydess®، فينبغي أن يستمر عندما يتم نزع Jaydess®.

## هل سوف يؤثر Jaydess® على حياتي الجنسية؟

عندما يكون Jaydess® في مكانه في الرحم، من غير المرجح أن تشعرى به أنت أو شريكك خلال الاتصال الجنسي.

## مستقبلك مع Jaydess®

### هل علي أن أستمّر بمتابعة نمط نزف الحيض لدي؟

حيث أنك سوف تلاحظين على الأغلب وجود فرق في نزيفك الحيضي، قد يكون من المفيد المحافظة على سجل لنزيفك/تقبّيعك ليساعدك ذلك أنتِ ومولدتك/طبيبك بمراقبة تجربتك وما تعاشينه مع Jaydess®. في نهاية هذه النشرة، سوف تجدین مفكرة الدورة الشهرية.

### ماذا لو قررت إنجاب الأطفال؟

يحميك Jaydess® من الحمل لغاية حتى 3 سنوات، لكن يمكنك دوماً أن تطلبي من مولدتك/طبيبك نزعها. يمكنك أن تجري الدخول في حمل عندما يتم إزالة Jaydess® خاصتك. غالبية النساء في الدراسات السريرية اللواتي رغبين بأن يدخلن في حمل قد أصيبن حوامل بالفعل في غضون سنة واحدة ما بعد إزالة Jaydess®، وهي نفس الوتيرة بالنسبة إلى النساء اللواتي لا يستعملن موانع الحمل.

## إذا كنت ترغبين بالدخول في حمل

### أمر يجب التفكير بها عند التخطيط للحمل

تنصح وكالة الغذاء الوطنية السويدية (Livsmedelsverket) بتناول 400 ميكروجرام من حمض الفوليك كل يوم بدءاً من شهر واحد قبل الإخصاب وخلال أول 12 أسبوعاً من الحمل على الأقل. هذا يساعد في منع شلل الحبل الشوكي لدى الطفل. تبقى كمية كافية من حمض الفوليك مهمة على مدار الحمل، خاصة لتربية دم الأم وتطور الجنين (Livsmedelsverket 2011).

## أسئلة متكررة

### هل يمكنني أن أستعمل Jaydess® مع أنني لم أنجب من قبل؟

نعم، لكنه ليس الطريقة المثلى بالنسبة إلى النساء اللواتي لم يقمن بالإنجاب بسبب قلة التجربة السريرية.

### هل يمكنني أن أستعمل Jaydess® بين الولادات؟

نعم. الوقت الأبعد لإدخال Jaydess® هو بعد 6 أسابيع من الإنجاب ومن ثم يزود الحماية من الحمل لغاية حتى 3 سنوات. يمكنك أن تحاولي الدخول في حمل عندما تزيل مولدتك/طبيبك Jaydess® من جسمك.

### هل يوفر Jaydess® حماية من الأمراض الجنسية المعدية؟

لا. يُستعمل Jaydess® للحماية من حمل غير مرغوب به ولا يقدم الحماية من الأمراض الجنسية المعدية، بما في ذلك فيروس العوز المناعي البشري (HIV) ومتلازمة نقص المناعة المكتسبة (AIDS). من المهم استعمال واقيٍ مطاطي للحماية من الأمراض الجنسية المعدية.

## ماذا سوف يحصل إذا أصبت بمرض جنسي معدي؟

إذا كنت تظنين أنك تعرضت لإصابة بمرض جنسي معدي خلال استعمال Jaydess®، فاتصلي بمولدتك/طبيبك. عليك تجنب الاتصال الجنسي حتى تتواصلي مع مزود الرعاية الصحية خاصتك.

## ماذا لو دخلت في حمل بينما أستعمل Jaydess®؟

خطر الدخول في حمل بينما تستعملين Jaydess® صغير للغاية، لكنه يمكن أن يحدث. حقيقة أنه لا يوجد لديك نزيف حيضي عند استعمال Jaydess® لا تعني عادة أنك حامل. إذا لم تحصلي على الدورة الشهرية كالمتوقع ولديك أعراض أخرى قد تشير إلى وجود حمل (مثل غثيان، إرهاق، إيلام الثديين)، عليك التحدث مع مولدتك/طبيبك على الفور. إذا أصبحت حاملاً، هناك احتمال 50% بأن الحمل خارج الرحم.

قد تشير العلامات والأعراض التالية إلى وجود حمل خارج الرحم:

- انتهت دورتك الشهرية وفجأة لديك نزيف متواصل وألم في البطن.
- لديك ألم حاد أو متواصل في أسفل البطن.
- لديك الأعراض العادية للحمل لكن قد تنزفين أيضاً وتشعرين بدوار.

إذا عايشت أياً من المذكور أعلاه، عليك أن تتحدثي مع مولدتك/طبيبك على الفور.

## هل يمكنني إخراج Jaydess® قبل أن مكث في مكانه لمدة 3 سنوات؟

نعم، يمكنك أن تطلبي من مولدتك/طبيبك إزالة Jaydess® في أي وقت.

## هل يمكنني استعمال السدادات القطنية خلال وضعي لـ Jaydess®؟

نعم، لكن احذري عندما تسحبين السدادة القطنية بحيث لا تسحبي الخيوط الموصلة بـ Jaydess®.

## هل يمكن أن "يسقط" Jaydess®؟

يمكن أن يخرج Jaydess® بشكل جزئي أو تام، لكن هذا غير مرجح. إذا كنت تظنين أن نزيفك أثقل من المعتاد، قد يكون ذلك علامة على أن Jaydess® قد خرج (بشكل جزئي أو تام). إذا خرج Jaydess®، فليست محمية من الحمل أكثر. ينبغي عليك تجنب الاتصال الجنسي أو استعمال الواقيات المطاطية واستشارة مولدتك/طبيبك.

## هل يمكن أن يسبب اللولب الرحمي زيادة في الوزن؟

لقد بينت الدراسات أنه لا فرق في زيادة الوزن عند النساء اللواتي يستعملن لولباً رحمياً مقارنة مع النساء اللواتي يستعملن موانع حمل من دون أي هرمونات (مثل لولب نحاسي).

## لماذا توجد حلقة فضية على Jaydess®؟

هذا يتيح لأخصائيي الرعاية الصحية بتمييز Jaydess® عن لولب أخرى عندما يقومون بفحص الأولتراساوند. الحلقة الفضية خالية من النيكل لكن عليك أن تخبري مولدتك/طبيبك إذا كنت تعانين من حساسية للفضة.

## ما هي التأثيرات الجانبية الشائعة من Jaydess®؟

كما هو الحال مع أي دواء، قد تعايشين بعض التأثيرات الجانبية مع Jaydess®. أدناه قائمة بالتأثيرات الجانبية الأكثر شيوعًا التي بلّغت عنها النساء عند استعمال Jaydess®. إذا كان لديك أسئلة إضافية، يمكنك أن تقرئي المزيد في النشرة للمستهلك الخاصة بالعبوة أو أن تتصلي بمولدتك/طبيبك.

### شائع للغاية (يؤثر على أكثر من 1 من بين 10 مستعملات)

صداع، ألم بطن أو حوض، بثور/جلد دهني، تغيرات في أنماط النزيف، أكياس في المبيض، التهاب في الأعضاء التناسلية أو المهبل.

### شائع (يؤثر على أكثر من 1 من بين 100 مستعملة)

مزاج مكتئب/اكتئاب، صداع الشقيقة، غثيان، عدوى في الأعضاء التناسلية، استحاضة مؤلمة، ألم/مضايقة في الثديين، خروج الجهاز، فقدان الشعر، إفرازات مهبلية.

## مفكرة Jaydess® للدورة الشهرية

الرجاء استعمال مفكرة الدورة الشهرية في الصفحة التالية لتعقب أي نزيف أو تقيع قد يحدث في الأشهر التالية. تذكري أن كل امرأة فريدة من نوعها وأن نمطك في النزيف قد يختلف.

تعليمات:

- ضعي إشارة نقطة (•) عندما يكون لديك تقيع.
- ضعي إشارة (x) عندما تكون لديك دورات شهرية عادية.
- عبئي كل الخانة بـ (■) عندما يكون النزيف الحيضي لديك ثقيل.
- أتركي الخانة فارغة عندما لا يكون لديك نزيف.



كانون الثاني	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
شباط	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28			
آذار	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
نيسان	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
أيار	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
حزيران	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
تموز	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
آب	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
أيلول	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
تشرين الأول	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
تشرين الثاني	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
كانون الأول	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31