



## زانبارى نەخۇش

ھىوادارىن ئەم نامىلكەيە بتوئىت وەلامى پىسپار و سەرنجەكانت بداتەوۋە سەبارەت بە  
\*Kyleena.

### \*Kyleena چىيە؟

\*Kyleena ئامپىرىكى ناو مىندالدا نە كە پىسولپىكى ھۆرمۇن پىك دېت ھاوپىچى ئامپىرىكى پلاستىكى نەرمى دۆستى شانەيى شىۋە پىتى  
T كراۋە. ئامپىرەكە ۲۸ ملىم بەرىن و ۳۰ ملىم درىزە دەخىرىتە ناو مىندالدا نە بەكارھىتەننى ئامپىرىكى تىخەر.

\*Kyleena پىچووكىرىن كۆپلى ۵-سالىيە لە بازاردا و ژەمە دەرماتىكى كەمى پىرۇجىستىن (پىرۇجىستىرۇنى پىكھىتەراۋ) لەخۇ دەگرىت. مامان  
يان پىزىشكەكەت دەيخاتە ناو مىندالدا نە، كە بەرامبەر بە دووگىيانى نەوئىستراۋ دەتپارىزىت. سوپاس بۇ بلاۋكردنەۋەي لەسەرخۇي ژەمە  
دەرمانى كەمى لىفۇنۇرگىستىرل، پىرۇجىستىن (پىزەي ۹ ماپكروگرام لەسەر ۲۴ كاتزىمىر)، لە ناو مىندالدا نە بۇ ماۋەي ۵ سال، پىيوست ناكات  
بىر لە پىنگرى كردن لە دووگىيان بوونى رۇژانە، ھەفتانە يان مانگانە بىكەيتەۋە.

### \*Kyleena چۇن كار دەكات؟

كاتىك \*Kyleena لە شوپىيى خۇي دەپىت لە ناو مىندالدا نە، بىرىكى كەمى لىفۇنۇرگىستىرل دەردەدات، پىرۇجىستىن، بە ھىۋاشى و  
بەردەۋامى، بە سى شىۋاز تۇ لە دووگىيانى دەپارىزىت.

1. \*Kyleena لىنجى مىلى رەحم زىاد دەكات، كە جوۋلەي سىپىم لە كار دەخات.
2. \*Kyleena كار دەكاتە سەر گەشەي پەردەي لىنجى ناو مىندالدا نە. پەردەكە تەنكتر و ناچالاكتەر دەپىت.
3. ئامپىرەكە ھەرۋەھە ژىنگەيەكى نا-سوودبەخىش بۇ سىپىم لە ناو مىندالدا نە كەنالى فالوپ دروست دەكات. جوۋلەي سىپىم رىگرى  
لىدەكرىت و پىتاندن روو نادات.

### \*Kyleena چەندە كارىگەرە؟

\*Kyleena يەكىكە لە كارىگەرترىن شىۋازەكانى رىگرىكردن لە دووگىيانى كە پاراستنى ۹۹% دابىن دەكات بەرامبەر دووگىيانى لەو كاتەي  
دەخىرىتە ناو مىندالدا نە تا ئەو كاتەي دەردەھىتەزىت. \*Kyleena تا ۵ سال كار دەكات.

### فەرمانى ھۆرمۇنى پىرۇجىستىرۇن چىيە؟

بەشىۋەيەكى سەرەكى \*Kyleena لە ناۋەۋەي مىندالدا نە كار دەكات. پىرۇجىستىن دەردەداتە ناو مىندالدا نە تەنھا بىرىكى زۇر كەمى  
دەچىتە ناو خۇي. لىفۇنۇرگىستىرل باۋترىن پىرۇجىستىن بەكارھاتوۋە لە ھەبى رىگرىكردن لە دووگىيانى. \*Kyleena كار ناكاتە سەر  
دەرچوونى ھىلكەي ھىلكەدان لە زۇرىنەي ئافرەتاند. ئەمە واتە كە بەرھەمھىتەننى سىروشتى ئۆيىستىرۇجىن لە رىگەي ھىلكەدانەۋە دەپىت.  
بۇ زانبارى زىاتر دەربارەي كارىگەرەي لاۋەكىەكانى بەكارھىتەننى \*Kyleena، سەپرى خوارەۋەي ئەم نامىلكەيە و ناو پاكىتەكە بىكە.

### داۋە ھاۋپىچىكراۋەكان لەگەل \*Kyleena بۇ چى بەكاردىن؟

داۋە ھاۋپىچىكراۋەكان لەگەل \*Kyleena بۇ مامان يان پىزىشكەكەتن بۇ راپكىشانى ئامپىرەكە. مامان يان پىزىشكەكەت پىت دەپىت چۇن  
ھەست دەكەيت كاتىك كە داۋەكان دەچنە شوپىيى خۇيان.  
بە ھەستىردن بە بوونى داۋەكان، دەتوانىت ئەۋە بىشكىنەت كە \*Kyleena ھىشتا لە شوپىيى خۇيەتى لە ناو مىندالدا نە، و پاراستنى  
كارىگەرت پىدەبەخىشەت. ئەگەر پىسپارى تىرت ھەيە دەربارەي داۋەكان، تىكايە قسە لەگەل مامان يان پىزىشكەكەت بىكە.



## Kyleena به کار مهینه نه گهر:

دوو گیانیت (سهیری به شی «دوو گیانی، شیردانی سروشتی و توانای دوو گیان بوون» بکه) هه وکردنی ملی مندالانت هه به (بوونی نه خوښی له ئەندامی زاوژی مینه) یان بوونی دۆخی هاووشیوهی دووباره بووهوه. بوونی نامادهیی زیاده بو نه خوښیهکان له ئەندامهکانی زاوژی نه خوښی له ئەندامی زاوژی دهرهوه، بو نموونه نه خوښی له زنی یان مل پيشووتر هه بوونی نه خوښی له مندالان له دواي مندال بوون، له بارچوون یان له باربردن له سنی مانگی رابردوودا هه بوونی گۆرانکاری خانهی ملی مندالان هه بوونی شیرپه نجه یان شیرپه نجهی گومانلیکراو له مل یان مندالان هه بوونی وهره م که هه ستیاره بو هورمونهکانی پرۆجیستین بو گه شه، بو نموونه شیرپه نجهی مه مکه هه بوونی خوین بهر بوونی هۆکارنادیار له مندالان هه بوونی ههر شپواندیتیک له ملی یان مندالان، وهک مایوماس (وهه ره م له ماسولکهی مندالان) نه گهر کار بکه نه سه ر بوشایی مندالان هه بوونی نه خوښی جگهر یان وهه رمی جگهر هه سه ته وهه ری بو لیفونۆرگیستریل یان هه ر ماده ده یه کی تر (که له به شی 6 دا باسکراوه).

## پۆژه کانی سه ره تات له گه ل Kyleena®

زانباری گرنگ که پیوسته بیژانیت بهرله وهی Kyleena® دابنرته ناوه وه

### چۆن Kyleena® ده خرته ناوه وه؟

کاتیکی بریار ده دهیت Kyleena® وهه رگریت، ده کریت له سه ردانی داهاوتوت بو لای مامان یان پزیشکه کهت دابنرته. Kyleena® وهک به شیک له پشکینی نه خوښی ئافره تان بخرته ژوره وه به به کاره یانی لوه لی خسته ناوه وهی گونجاو. کاتیکی Kyleena® ده خرته ناوه وه، داوه کان ده پردرین بو دریزی 2-3 سم.

### پیوسته پیشینی چی بکه م راسته وخو له دواي خسته ناوه وه؟

زۆریه یی ئافره تان به شیوه یه کی ریژه یی خسته ناوه وه که به شتیکی ساده هه ژمار ده کن، به لام هه ندیکیان په نگه تووشی که میک ژان و سه رسوران بکه ن له کاتی خسته ناوه وه که. نه گهر تووشی ژانیکی توند بوویت یان نه گهر ژانه که که م نه بوویه وه له دواي چهند هه فته یه کی که م، په یوه ندی به مامان یان پزیشکه کهت بکه.

### چهنده به خیرایی Kyleena® ریگری له دوو گیان بوون ده کات؟

نه گهر له ماوهی 7 پۆژ له دواي سووری مانگانانهت Kyleena® دابنیت، نه وه Kyleena® بو ماوهی 5 سال ریگری کاریگهر له دوو گیانی ده کات. نه گهر Kyleena® له هه ر کاتیکی تری سووری مانگانانهت دابنرته، کۆندۆم به کاریته بو پاراستنی زیاتر بو 7 پۆژی یه که م.

پیوست ناکات بیر له ریگری کردنی پۆژانه، هه فته، یان مانگانه له دوو گیانی بکه یه له گه ل Kyleena®.

## مانگی یه که مت له گه ل Kyleena®

زانباری گرنگ که پیوسته بیژانیت بهرله وهی Kyleena® دابنرته ناوه وه

### ئایا هۆکاری تر هه یه که بوچی پیوسته په یوه ندی به مامان یان پزیشکه که م بکه م؟

### په یوه ندی به مامان یان پزیشکه کهت بکه نه گهر یه کیکی له مانهی خواره وه روویدا:

تووشی ژانی توند یان خوین بهر بوونی توند بوویت له دواي خسته ناوه وه که، یان ژان یان خوین بهر بوونه که بو زیاتر له 5 هه فته هه ده وام بیت. هه ست کرد که دوو گیانیت. ژانه سک، تا، یان دهره اویشته ی ناسروشتی بهر ده وامت هه بوو خو ت یان هاوسه ره کهت هه ست به ژان و ناره حه تی ده کات له کاتی سه رجییدا.



تووشی گۆرانکاریهک ده بیټ له شیوازی خوین به ربوون (هیچ یان که میک خوین به ربوونت ده بیټ، که دواتر له ناکاو زۆر و بهردهوام ده بیټ).  
تووشی کیشهی تری پیشکی ده بیټ (بۆ نموونه، شه فیهه/سه رژی شهی زۆر توند، کیشهی له ناکاوی بینین، زهردووی، یان پهستانی بهرزی خوین).

## پۆیسته ئەم شتانهش بزانیته له کاتی به کارهینانی <sup>®</sup>Kyleena

<sup>®</sup>Kyleena چۆن کار دهکاته سهه شیوازهکانی سووری مانگانه؟

ئایا هه موو مانگیک خوین به ربوونی سووری مانگانه ده بیټ؟

سووری مانگانهت که مته ده بیټ، له بواری خوین به ربوون و ژمارهی پۆژهکان له مانگیکدا. ده کریت تووشی خوین به ربوونی پچرپچر یان کهم بیټ له ۳-۶ مانگی به کهم له دوا وهرگرتنی <sup>®</sup>Kyleena. هه ندیک ئافرهت ئەو کاتهی تووشی خوین به ربوونی درێژتر یان قورستر ده بیټ له م کاتهدا، به لأم ئەمه به واتای ئەوه نیه هه موو پۆژیک خوین به ربوونت هه بیټ. پێشنیاری ئەوه ده که بن تۆماریکت هه بیټ له کاتی تووشی بوون به خوین به ربوون، تا بتوانیت باشتکردنی دواتر تییینی بکهیت (پۆژژمیریکی خوین به ربوون هه یه کۆتایی ئەم نامیلکه به).

قسه له گه ل مامان یان پیشکه کهت بکه ئەگه ر خوین به ربوونه کهت بهردهوام بوو له وهی له شیوهی ئاسایی قورستر بیټ، یان ئەگه ر له ناکاو خوین به ربوونه که له پێشووتر پۆژی زیاتر خایاند.

هه ندیک ئافرهت ده شیته ماوه کانیان به به ته واوی بوه سیت له کاتی به کارهینانی <sup>®</sup>Kyleena. ئەگه ر هیچ خوین به ربوونیکت نه بوو له ماوهی ۶ هه فتهی رابردوو و نیگه رانیته ده ربارهی دوو گیان بوون، پشکنینیکی دوو گیانی ئەنجام بده. ئەگه ر پشکنینه که نیگه تیف بوو، پۆیسته ناکات پشکنینی زیاتر بکهیت ئەگه ر هیچ نیشانه یه کی ترت نه بوو که ئاماژه بیته بۆ دوو گیانی (وهک هیلنج، ماندوویی، مه مکی هه لاساو). ئەگه ر سووری مانگانهت وه ستا له کاتی به کارهینانی <sup>®</sup>Kyleena، دووباره ده گه رپته وه له دواي ده رهینانی <sup>®</sup>Kyleena.

ئایا <sup>®</sup>Kyleena کار دهکاته سهه ژیا نی سیکسیم؟

کاتیکی <sup>®</sup>Kyleena شوینی خوئی له ناو مندالان ده گریت، نه خووت و نه هاوسه ره کهت هه سته پێناکه ن له کاتی سه رجی کردن.

## ئایندته له گه ل <sup>®</sup>Kyleena

ئایا پۆیسته تۆماریکم هه بیته بۆ شیوازهکانی خوین به ربوونی سووری مانگانه؟

به هوئی ئەوهی پهنکه تییینی جیاوازیهک بکهیت له خوینها تته، له وانه یه بیرو که یه کی باش بیته تۆماریکت هه بیته بۆ خوینها تته یارمه تیدانت و مامان یان پیشکه کهت بۆ رچه گرتنی ئەزموونت له گه ل <sup>®</sup>Kyleena. له کۆتایی ئەم نامیلکه یه دا پۆژژمیریکی خوینها تته ده ست ده که ویت.

چی ده بیته ئەگه ر بپارمدا مندالم بیته؟

<sup>®</sup>Kyleena پارێزگاری دهکات به رابه ر دوو گیان بوون بۆ ماوهی ۵ سال، به لأم ده توانیت داوا له مامان یان پیشکه کهت بکهیت که ئامیره که ده رهینیت. ده توانیت هه ول بدهیت دوو گیان بیته له دواي ده رهینانی <sup>®</sup>Kyleena. زۆرینهی ئافره تان له توێژینه وه کلینیکه کان که ویستوو یانه دوو گیان بن له دواي ده رهینانی <sup>®</sup>Kyleena له ماوهی ۱ سالدا سه رکه وتوو بوونه، که هه مان پێژه یه بۆ ئەو ئافره تانه ش که حه بی ریگری کردن له دوو گیانی به کار ناهینن.

## ئه گه ر ده ته ویت دوو گیان بیته

باشه له یادته بیته له کاتی پلاندانان بۆ دوو گیانی.

ئازانس نیشتیمانی خوړاک له سوید پێشنیاری ئەوه دهکات ۴۰۰ مایکروگرام له فۆلیک ئەسید له هه موو پۆژیک وه ریگریته یه ک مانگ بهرله ده سته پیکردن و بۆ ماوهی لایه نی به کهم ۱۲ هه فتهی دوو گیانیه که. ئەمه بۆ ریگری کردنه له فتقی بربره یی له منداله که. ئاستی پۆیستی فۆلیک ئەسید گرنگه له کۆی کاتی دوو گیانی، بۆ پیکهاتنی خانهی خوینی دایکه که و گه شهی کۆرپه له که.

(National Food Agency, Sweden 2018).



## پرسپاره گشتیه کان دهر باره ی کویله کان

ئایا ده توانم ساتنی به کاربئیم له کاتی هه بوونی کویلیک؟  
به لئ، به لأم ئاگادار به له کایت دهرهینانی سانتیه که خۆت به دوور بگریت له گرتنی داوه هاوینچکراوه کانی کویله که.

### ئایا ده توانم هه رکاتییک مه وپت کویله که دهر بئیم؟

به لئ ده توانیت داوا له مامان یان پزشک که بکهیت که کویله که دهر بئیت، به لأم له دوا ی دهرهینانی تۆ چی پاریزراو نیت به رامبه، دووگیان بوون.

### ئایا ده کرپت کویلیک بکه وپته خواره وه؟

کویله ده کرپت به شیک یان هه موو بکه وپته خواره وه، به لأم زۆر ده گمه نه. ئه گه هه ست ده کهیت ئاستی خوینها تنت وه که پتوووتری پیش دانانی کویله که ی لئ هاووته وه، پیوسته ئه وه پشکنیت که به دروستی له شوینی خوینی له ناوی مندا لانت. ئه گه خوینها تنه کهت دهستی کرد به نارپک بوون له دوا ی ئه وه ی ئاسایی بوو، ده کرپت نیشانه یه که بیت که کویله کهت به شیک که وتوو. ئه گه کویله که بکه وپت، تۆ چی تر پاریزراو نابیت له دووگیان بوون. پیوسته خۆت دوور بگریت له سه رجی کردن یان کۆندۆم به کاربئنه و راویژ له گه ل مامان یان پزشک کهت بکه.

### ئایا کویله که وا ده کات کیشم زیاد بکات؟

نه هۆرمۆن و نه کویلی مس نابنه هۆی زیاد بوونی کیش.

### ئایا ده کرپت ببینیت کامه جور ی کویله به کار دیت له و کاته ی ده خرپته ناو مندا لاندان؟

کارمه ندانی چاودیری ته ندروستی ده توانن جیاوازی ئیوان جۆره جیاوازه کانی کویله پ ب بلین به به کارهینانی سۆنه ر یان تیشکی ئیکس. جیاوازی له ئیوان کویله کانی پرۆجیستین ئه وه یه که ئه لقه یه کی زیوی هه یه (مادده ی نیکی تیدا نیه) له سه ر ئه لقه بچووکه کانی تر، و Kyleena داوی شینی هه یه (له سه ر کویله کانی تری پرۆجیستین رهنگی قاوه یه).

### ئایا کویله که ریگری ده کات له نه خۆشیه سیکیسه گوازاوه کان؟

نه خیر، کویله کان به کار دین بۆ ریگری کردن له دووگیانی نه خوازاو و هیچ پاراستنی پشکه ش ناکه ن له دژی نه خۆشیه سیکیسه گوازاوه کان، به له خۆگرتنی HIV و AIDS. به کارهینانی کویلی هۆرمۆنی له وه ده چیت بریک له پاراستن پشکه ش بکات له دژی سه رکه وتنی هه ندیک نه خۆشی، رهنگه له ریگری کاربگری سه ر چینه لینجه که ی ملی بیت، که به کتری ناتوانری لپی بچپته ژوو ره وه، و له سه ر په رده ی لینجی مندا لاندانیش. گرنگه که کۆندۆم به کاربئیت بۆ پاراستن له دژی نه خۆشیه سیکیسه گوازاوه کان.

### چی رووده دات ئه گه ر تووشی نه خۆشیه سیکیسه گوازاوه کان بووم؟

ئه گه هه ست ده کهیت تووشی نه خۆشیه سیکیسه گوازاوه کان بوویت له کاتی به کارهینانی کویله که، پیوسته په یوه ندی به مامان یان پزشکی خۆت بهیت. پیوسته خۆت دوور بگریت له سه رجی کردن تا ئه و کاته ی مامان یان پزشک کهت ده ببینت.

### ئایا ده توانم کویلیک به کاربئیم ئه گه ر مندا لیم نه بوو بیت؟

کویلی هۆرمۆنی و مسی پشنیارکراون بۆ ئافره تانی گهنج، به له خۆگرتنی ئه وانیه ی هه رگیز دوو گیان نه بوونه. ئه زموونی به کارهینانی کویله که کاتی ئیستا سنوورداره بۆ ئه وانیه ی زۆر گهنجن (هه رزه کار)، به لأم هه بوونی کویله که به گویره ی هه لبزاردی تاکه که سی ده کرپت چیگره وه یه که بیت.

ئایا ده توانم Kyleena به کاربئیم کاتیکی شیری خۆم ده ده مه کۆر په که م؟ به لئ Kyleena بریکی زۆر که می پرۆجیستین ده رده دات و زۆر گونجاوه بۆ به کارهینانی له کاتی

شیردانی سروشتی. هیچ مادده یکی ئویستر جینی تیدا نیه. پرۆجیستین ده چپته ناو شیری مه مک، به لأم پره که زۆر که مه و ئه وه نه سه لمنازوه که هیچ کاربگریه کی نیکه تیفی له سه ر مندا له که هه بیت.

### ئایا ده توانم کویلیک به کاربئیم له ئیوان له دایک بوونه کان؟

به لئ، به لأم ناکرپت کویله که زووتر بیت له 6 هه فته له دوا ی له دایک بوون، له دوا ی ئه وه ی خۆپاراستنی سه لامه ت پشکه ش ده کات. ده توانیت هه ول به دیت دوو گیان بیته وه ئه و کاته ی مامان یان پزشک کهت کویله که



دەردەھیتت.



### نایا دەتوانم دوو گیان بم له کاتی به کارهینانی کۆیل؟

مەترسی دوو گیان بوون له کاتی به کارهینانی کۆیلە که زۆر کەمه، به لآم دەکریت پروو بدات. ئەگەر تووشی خوینی سووپی مانگانە بوویت له کاتی هەبوونی کۆیلی هۆرمۆنی، ئەوه به مانای ئەوه نیه که تۆ دوو گیان بیت. ئەگەر خوینەتانی سووپی مانگانەت نەبوو به شیوهی چاوه‌پوانکراو، و نیشانەکانی تریش که دەکریت نامازە ی دووگیانی بن (وهک هیلنج، ماندوو بوون، هەلأسانی مەمک)، پێویستە راستەوخۆ پەپوهندی به مامان یان پزیشکەکت بکەیت. ئەگەر دوو گیان بوویت، ئەوه مەترسی دوو گیان بوون له دەرهوهی مندالدا نەهیه. ئەم نیشانانە دەکریت نامازە بن بۆ دووگیانیەک له دەرهوهی مندالدا ن:

خوینی پێنۆیژت وەستاوه و له ناکاو تووشی خوینەتانی بەردەوام و ژانە سک هاتوویت.

ژانی توند یان بەردەوامت له خوارهوهی سکت هەیه.

نیشانە ی دووگیانی ئاساییت هەیه، به لآم هەروەها خوینەتانت و هەستکردن به سەرسووڕان بکەیت.

ئەگەر تووشی هەر یه کێک له مانە ی سەرەوه بوویت، دەستبەجێ پەپوهندی به مامان یان پزیشکەکت بکەت.

### باوترین کاریگەر به لاوه کیه کانی Kyleena\* چین؟

هاوشیوهی گشت بەرهمه پزیشکیه کانی تر، Kyleena دەکریت کاریگەری لاوه کی هەیتت، به لآم هەموو به کارهینەرەکان تووشیان نابن. کاریگەر به لاوه کیه زۆر باوه کان ( که له ۱ له کۆی ۱۰ پروو دەدات) ژانەسەر، ژانی سک و حەوز، پێستی زیپکه دار و چەور، گۆرانکاری له شیوازەکانی خوینەتانی سووپی مانگانە، هەوکردن له ئەندامی زاوژی دەره کی یان زێ دەگریتەوه.

گشت کاتیگ به پزیشکەکت ئاگادار بکەوه له وهی Kyleena\* به کاردینیت هەر کاتیگ راویژکاریت هەبوو.

