



## دليلك لاستخدام جهاز Mirena®



## هل يمكن أن يُسبب Mirena® أي آثار جانبية؟

على غرار وسائل منع الحمل الهرمونية الأخرى التي تحتوي على البروجسترون، يمكن أن يُسبب جهاز Mirena® آثارًا جانبية لدى بعض النساء، مثل النزيف المهبلي بما في ذلك التنقيط والغياب، أو الدورة الشهرية الخفيفة أو غير المتكررة.<sup>1</sup> يمكن العثور على تفاصيل كاملة عن ذلك في النشرة التي تأتي في علبة Mirena® ويجب أن يعطيك طبيبك أو ممرضتك إياها. إذا عانيت من أي آثار جانبية، فتحدثي إلى طبيبك أو الممرضة أو الصيدلي للحصول على المشورة.

**هل يمكنني تغيير رأيي بشأن استخدام جهاز Mirena®؟**  
يمكن لطبيبك أو ممرضتك إزالة جهاز Mirena® بسهولة في أي وقت.<sup>1</sup> إذا كنت لا ترغبين في الحمل، فيجب إجراء الإزالة خلال الأيام السبعة الأولى من دورتك الشهرية أو يجب استخدام وسائل منع حمل بديلة.<sup>1</sup>

### الإبلاغ عن الآثار الجانبية

إذا تعرّضت لأي آثار جانبية، فتحدثي إلى طبيبك أو الصيدلي أو الممرضة أو اختصاصي رعاية صحية آخر. ويشمل ذلك أي آثار جانبية مُحتملة غير مُدرّجة في هذه النشرة. يمكنك أيضًا الإبلاغ عن الآثار الجانبية مباشرة عبر Yellow Card Scheme على:

<https://yellowcard.mhra.gov.uk>

أو ابحثي عن MHRA Yellow Card في متجر Google Play أو Apple App. من خلال الإبلاغ عن الآثار الجانبية، يمكنك المساعدة في توفير المزيد من المعلومات عن سلامة هذا الدواء. يُرجى الإبلاغ عن المعلومات من وقت تركيب جهاز Mirena وإزالته، حسب الاقتضاء.

بعد تركيب الجهاز، قد تشعرين ببعض الألم المماثل لتشنجات الحيض. ومع ذلك، عادةً ما يختفي هذا في غضون بضعة أيام. إذا عانيت من ألم شديد، أو حمى، أو نزيف شديد بعد تركيب Mirena®، أو إذا استمر الألم/النزيف لأكثر من بضعة أسابيع، فيُرجى تحديد موعد لزيارة طبيبك أو ممرضتك.<sup>1</sup>

يجب أن يُعرض عليك فحص بعد 6 أسابيع من الوضع للتأكد من أن كل شيء يسير على ما يرام.<sup>1</sup>

بعد ذلك بين أربع وثمان سنوات، اعتمادًا على ما وصفه لك الطبيب أو الممرضة، يجب إخراج Mirena®.

إذا كنتِ ترغبين في الاستمرار في استخدام جهاز Mirena®، فيمكنك الحصول على واحد جديد يتم تركيبه خلال نفس الموعد.

## قد تتغير دورتك الشهرية، ولكن هذا أمر طبيعي

تختلف كل امرأة عن الأخرى، ولكن من المُحتمل أن يؤثر جهاز Mirena® على دورتك الشهرية، خاصة خلال أول 3-6 أشهر بعد التركيب.<sup>1</sup> يشمل النزيف الذي يمكن أن يحدث النزيف والبقع بين دوراتك الشهرية المنتظمة بينما يتكيف رحمك مع جهاز Mirena®.<sup>1</sup>

بعد بضعة أشهر، قد تجدين أن دورتك الشهرية أصبحت أخف أو أقصر أو تتوقف تمامًا.<sup>1</sup> هذا أمر طبيعي.

## هل يمكن حدوث الحمل خلال استخدام جهاز Mirena®؟

من غير المُحتمل جدًا أن يحدث حملًا خلال استخدام جهاز Mirena®. تجد بعض النساء أن دورتهن الشهرية تتوقف خلال استخدام جهاز Mirena®، لذا إذا حدث ذلك لك، فقد لا يعني ذلك أنك حامل.<sup>1</sup> إذا كنت قلقة بشأن الحمل أو تعانين من أي أعراض حمل، فيجب عليك إجراء اختبار حمل، أو زيارة طبيبك أو ممرضتك في أقرب وقت ممكن.

**هل ستأثر خصوبتي؟** سيعود مستوى الخصوبة المعتاد لديك بعد فترة وجيزة من إزالة جهاز Mirena®.<sup>1</sup>

**هل يمكنني استخدام جهاز Mirena® خلال الرضاعة الطبيعية؟**  
يمكن تركيب جهاز Mirena® بعد 6 أسابيع من الولادة ويمكن استخدامه إذا كنتِ ترضعين رضاعة طبيعية. توجد كميات صغيرة جدًا من ليفونورجيستريل في حليب الثدي.<sup>1</sup> إذا كنتِ ترغبين في إرضاع طفلك طبيعيًا، فيجب عليك مناقشة هذا الأمر مع طبيبك أو ممرضتك في وقت الوضع.<sup>1</sup>

### المراجع

1. Mirena® Patient Information Leaflet.
2. Mirena® Summary of Product Characteristics.
3. The National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Heavy menstrual bleeding: assessment and management (NG88). March 2018.
4. NHS. Your Contraception Guide. <https://www.nhs.uk/conditions/-/contraception/ius-intrauterine-system/> [Accessed April 2024]

Bayer plc, 400 South Oak Way, Green Park  
Reading, Berkshire, RG2 6AD

أغسطس 2024. MIR-GB-0285 – Arabic

هذه النشرة مُخصّصة للنساء اللواتي وُصف لهنّ استخدام Mirena®. يُرجى قراءة نشرة معلومات المريضة (PIL) المُرفقة في علبة جهاز Mirena® للحصول على التفاصيل والمعلومات الكاملة.

## هل جهاز Mirena® هو نفسه اللولب؟

جهاز Mirena® ليس هو نفسه اللولب النحاسي. إنه لولب هرموني. على عكس اللولب النحاسي، الذي يستخدم النحاس لمنع الحمل، يمنع جهاز Mirena® الحمل عن طريق إطلاق كمية صغيرة من الهرمون.

## استلام Mirena® من الصيدلية

قبل تركيب جهاز Mirena®، قد يتعيّن عليك استلامه من الصيدلية. إنه يأتي في علبة

ستبدو كبيرة بالنسبة لوسيلة منع الحمل الصغيرة هذه، ولكن لا تقلقي. وذلك لأن العلبة تحتوي على كل ما هو مطلوب لملاءمة Mirena®، وليس فقط Mirena® نفسه.

لا داعي للقلق بشأن القيام بأي شيء مع Mirena® في هذه المرحلة، عليك فقط أن تتذكرتي إحضاره معك في موعدك. سيتعامل طبيبك أو ممرضتك مع الباقي.

## ماذا يحدث عندما تذهبين إلى موعدكِ؟

يستغرق تركيب Mirena® حوالي خمس دقائق<sup>4</sup>، ولكن سيكون لديك موعد أطول حتى يتمكن طبيبك أو ممرضتك من التحدث معك عن كل شيء والتأكد من أنك سعيدة بالمتابعة. إذا كنت تعانين من الصرع، فيُرجى إبلاغ طبيبك أو ممرضتك بذلك قبل تركيب Mirena® لديك.

عندما تكونين مرتاحة وجاهزة، يتم تركيب جهاز Mirena® في الرحم باستخدام أنبوب رفيع. بمجرد تركيبه، يفتح على شكل حرف "T" ويتم قطع السنن الصغيرين في الجزء السفلي من Mirena® إلى الطول الصحيح. سيوضح لك طبيبك أو ممرضتك كيفية التحقق من وجود Mirena® في مكانه عن طريق العثور على الخيوط وملمسها.

بمجرد تركيبه، لن تشعرني بوجود Mirena®.

## هل سيكون مؤلماً؟

قد يبدو وضع Mirena® مشابهاً لاختبار مسحة عنق الرحم، لذا قد تشعر بعض النساء بعدم الارتياح، ولكن يمكنك أن تسألي طبيبك أو ممرضتك عن طرق لتقليل الانزعاج قبل موعدك. قد ترغبين في إحضار بطانة السراويل الداخلية معك في حالة تعرضك لأي بقع أو نزيف بعد الوضع.

## ماذا يحدث بعد ذلك؟

## ما مدى فعالية Mirena® كوسيلة لمنع الحمل؟

جهاز Mirena® فعال بنسبة تزيد عن 99%<sup>2</sup>، مما يعني أنه أحد أكثر وسائل منع الحمل المتاحة فعالية.

**يوفر جهاز Mirena® وسيلة منع حمل فعالة قابلة للعكس لمدة 8 سنوات<sup>1</sup>، ولكن يمكنك إزالته في وقت أقرب إذا كنتِ ترغبين في ذلك.**

## جهاز Mirena® كعلاج لنزيف الحيض الغزير (HMB)

**ما هو نزيف الحيض الغزير؟** يُعتبر نزيف الحيض غزيراً عندما يؤثر على نوعية حياتك البدنية، والاجتماعية، والعاطفية.<sup>3</sup> تغيير القوط الصحية أكثر من مرة كل ساعتين، أو الحاجة إلى حماية مزدوجة، هي أيضاً علامات على الإصابة بنزيف الحيض الغزير.

**جهاز Mirena® كعلاج لنزيف الحيض الغزير** يمنع جهاز Mirena® سماكة بطانة الرحم، مما يقلل من فقدان الدم خلال الحيض عند تساقط بطانة الرحم.<sup>1</sup> جهاز Mirena® هو علاج فعال لنزيف الحيض الغزير ويجب أن يؤدي إلى نزيف أخف بعد 3-6 أشهر من الاستخدام.<sup>1</sup> يعالج Mirena® نزيف الحيض الغزير لمدة 5 سنوات، إذا لم تعد الأعراض بعد 5 سنوات من الاستخدام، يمكن النظر في استخدام Mirena® باستمرار لما يصل إلى 8 سنوات.<sup>1</sup>

## Mirena® كجزء من العلاج بالهرمونات البديلة (HRT)

**ما هو العلاج بالهرمونات البديلة؟** غالباً ما يُسبب انقطاع الطمث أعراضاً مُزعجة، بسبب فقدان التدريجي للهرمونات الجنسية الأنثوية، الإستروجين والبروجستيرون، التي ينتجها المبيضان.<sup>1</sup> صُمم العلاج بالهرمونات البديلة لتقليل هذه الأعراض عن طريق رفع مستويات هذه الهرمونات.

يمكن استخدام هرمون الإستروجين لتخفيف أعراض انقطاع الطمث، ومع ذلك، فإن تناول هرمون الإستروجين وحده يزيد من خطر النمو غير الطبيعي أو سرطان بطانة الرحم.<sup>1</sup>

## جهاز Mirena® لحماية بطانة الرحم خلال العلاج بدائل الإستروجين

إن تناول البروجستيرون، مثل الهرمون في Mirena®، كجزء من نظام العلاج بالهرمونات البديلة يُقلل من خطر النمو غير الطبيعي عن طريق حماية بطانة الرحم.<sup>1</sup>

يمكن استخدام جهاز Mirena® لمدة 4 سنوات عند استخدامه للعلاج بالهرمونات البديلة.<sup>1</sup> ولكن يمكنك إزالته قبل ذلك إذا كنتِ ترغبين في ذلك.

**لقد تم تزويدك بهذه النشرة لأنك اخترت Mirena®، وهو جهاز منع الحمل (لولب رحمي)، لواحد أو أكثر من الأسباب يلي:**

- كوسيلة منع حمل طويلة الأمد وقابلة للعكس
- علاج نزيف الحيض الغزير (HMB)
- حماية بطانة الرحم خلال انقطاع الطمث، كجزء من العلاج بالهرمونات البديلة (HRT)

## هذا هو Mirena®

جهاز صغير، مرّن، على شكل حرف (T) بلاستيكي يتم وضعه داخل الرحم. بمجرد تركيبه، لن تشعرني بوجوده على الإطلاق. قد يُحدّد طبيبك عدد المرات ونوع الفحوص المطلوبة في حالتكِ الخاصة.

## كيف يعمل جهاز Mirena®؟

يُطلق Mirena® ببطء كمية صغيرة من الهرمون، وهو بروجستيرون يُسمّى ليفونورجيستريل.<sup>1</sup> وحيث إنه يتم وضع Mirena® في الرحم،<sup>2</sup> فإنه يعمل في المكان المطلوب، ولن يدخل إلى مجرى الدم سوى كميات صغيرة جداً من الهرمون. قد يتم منع التبويض (إطلاق البويضات) مع جهاز Mirena® لدى بعض النساء.

## هل جهاز Mirena® مناسب لي؟

يُوصف جهاز Mirena® لمعظم النساء بغض النظر عما إذا كنتِ قد أنجبت من قبل أم لا. وهو مناسب للنساء في مختلف الأعمار الإنجابية، بما في ذلك النساء اللاتي يمررن بمرحلة انقطاع الطمث.

## كيف يمنع جهاز Mirena® الحمل؟

- تقيظ مخاط عنق الرحم، مما يمنع الحيوانات المنوية من المرور للوصول إلى البويضة وتخصيبها<sup>1</sup>
- ترقيق بطانة الرحم، مما يجعل من الصعب على البويضة المخصبة أن تنغرس وتلتصق<sup>1</sup>
- منع إطلاق البويضات (التبويض) لدى بعض النساء<sup>1</sup>

**هل سأكون محمية على الفور؟** إذا تم تركيب Mirena® في غضون 7 أيام من بداية الدورة الشهرية، فستكونين محمية ضد الحمل على الفور.<sup>1</sup>