

પછી શું થાય છે?

દાખલ કર્યા પછી, તમને માસિક ખેંચાણ જેવો દુખાવો થઈ શકે છે. જોકે, આ સામાન્ય રીતે થોડા દિવસોમાં અદૃશ્ય થઈ જાય છે. જો તમને Mirena® દાખલ કર્યા પછી તીવ્ર દુખાવો, તાવ અથવા ભારે રક્તસ્રાવનો અનુભવ થાય, અથવા જો દુખાવો/રક્તસ્રાવ થોડા અઠવાડિયાથી વધુ સમય સુધી ચાલુ રહે, તો કૃપા કરીને તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સને મળવા માટે એપોઇન્ટમેન્ટ લો.¹

બધું બરાબર ચાલી રહ્યું છે કે નહીં તેની ખાતરી કરવા માટે પ્લેસમેન્ટના 6 અઠવાડિયા પછી તમને ચેક-અપની ઓફર કરવી જોઈએ.¹

ચોથા કે પાંચમા વર્ષના અંતે, તમને તે શા માટે સૂચવવામાં આવ્યું છે તેના આધારે, તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ દ્વારા તમારું Mirena® કાઢી નાખવું જોઈએ.

જો તમે Mirena®, નો ઉપયોગ ચાલુ રાખવા માંગતા હો, તો તમે તે જ એપોઇન્ટમેન્ટ દરમિયાન એક નવું મૂકી શકો છો.

તમારા માસિક ધર્મમાં ફેરફાર થઈ શકે છે, પરંતુ આ સામાન્ય છે

દરેક સ્ત્રી અલગ હોય છે, પરંતુ Mirena® તમારા માસિક ચક્રને અસર કરે તેવી શક્યતા છે, ખાસ કરીને પ્લેસમેન્ટ પછીના પ્રથમ 3-6 મહિના દરમિયાન.¹ જે રક્તસ્રાવ થઈ શકે છે તેમાં તમારા નિયમિત માસિક સ્રાવ વચ્ચે રક્તસ્રાવ અને સ્પોટિંગનો સમાવેશ થાય છે જ્યારે તમારું ગર્ભાશય Mirena® સાથે સમાયોજિત થાય છે.¹

જોકે, થોડા મહિનાઓ પછી, તમને લાગશે કે તમારા માસિક સ્રાવ ઓછા, ટૂંકા અથવા સંપૂર્ણપણે બંધ થઈ જાય છે.¹ આ સામાન્ય છે.

શું હું Mirena® થી ગર્ભવતી થઈ શકું?

Mirena® થી તમે ગર્ભવતી થવાની શક્યતા ખૂબ જ ઓછી છે. કેટલીક સ્ત્રીઓને લાગે છે કે Mirena® લેવાથી તેમના માસિક સ્રાવ બંધ થઈ જાય છે, તેથી જો તમારી સાથે આવું થાય, તો તેનો અર્થ એ નથી કે તમે ગર્ભવતી છો.¹ જો તમે ગર્ભવતી હોવાની ચિંતા કરો છો અથવા ગર્ભાવસ્થાના કોઈ લક્ષણો હોય, તો તમારે ગર્ભાવસ્થા પરિક્ષણ કરાવવું જોઈએ, અથવા શક્ય તેટલી વહેલી કે તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સને મળવું જોઈએ.

શું મારી પ્રજનન ક્ષમતા પર અસર થશે? Mirena® દૂર કર્યાપછી તરત જ તમારી પ્રજનન ક્ષમતાનું સામાન્ય સ્તર પાછું આવશે.¹

શું હું સ્તનપાન કરાવતી વખતે Mirena® નો ઉપયોગ કરી શકું? Mirena® જન્મ આપ્યાના 6 અઠવાડિયા પછી મૂકી શકાય છે અને જો તમે સ્તનપાન કરાવતા હોવ તો તેનો ઉપયોગ કરી શકાય છે. માતાના દૂધમાં ખૂબ જ ઓછી માત્રામાં લેવોનોર્જેસ્ટ્રેલ

જોવા મળે છે.¹ જો તમે તમારા બાળકને સ્તનપાન કરાવવા માંગતા હો, તો તમારે પ્લેસમેન્ટ સમયે તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ સાથે આ વિશે ચર્ચા કરવી જોઈએ.¹

શું Mirena® કોઈ આડઅસર કરી શકે છે?

પ્રોજેસ્ટોજન ધરાવતા અન્ય હોર્મોનલ ગર્ભનિરોધકોની જેમ, Mirena® કેટલીક સ્ત્રીઓમાં આડઅસરો પેદા કરી શકે છે, જેમ કે યોનિમાર્ગ રક્તસ્રાવ, જેમાં સ્પોટિંગ અને ગેરહાજર, હળવો અથવા ભાગ્યે જ માસિક સ્રાવનો સમાવેશ થાય છે.¹ આની સંપૂર્ણ વિગતો Mirena® બોક્સમાં આવતી પત્રિકામાં મળી શકે છે અને આ તમને તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ દ્વારા આપવી જોઈએ. જો તમને કોઈ આડઅસર થાય, તો સલાહ માટે તમારા ડૉક્ટર, નર્સ અથવા ફાર્માસિસ્ટ સાથે વાત કરો.

શું હું Mirena® વિશે મારો વિચાર બદલી શકું?

તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ કોઈપણ સમયે સરળતાથી Mirena® કાઢી શકે છે.¹ જો તમે ગર્ભવતી થવા માંગતા ન હોવ, તો તમારા માસિક સ્રાવના પહેલા 7 દિવસ દરમિયાન તેને કાઢી નાખવું જોઈએ અથવા વૈકલ્પિક ગર્ભનિરોધક પદ્ધતિઓનો ઉપયોગ કરવો જોઈએ.¹

આડઅસરોની જાણ કરવી

જો તમને કોઈ આડઅસર થાય તો તમારા ડૉક્ટર, ફાર્માસિસ્ટ, નર્સ અથવા અન્ય આરોગ્યસંભાળ વ્યાવસાયિક સાથે વાત કરો. આ પત્રિકામાં સૂચિબદ્ધ ન હોય તેવી કોઈપણ સંભવિત આડઅસરો શામેલ છે. તમે યલો કાર્ડ સ્કીમ દ્વારા સીધી આડઅસરોની જાણ અહીં કરી શકો છો:

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

અથવા ગૂગલ પ્લે અથવા એપલ એપમાં MHRA યલો કાર્ડ શોધો.

સ્ટોર. આડઅસરોની જાણ કરીને તમે વધુ પ્રદાન કરવામાં મદદ કરી શકો છો

આ દવાની સલામતી અંગેની માહિતી. કૃપા કરીને માહિતીની જાણ કરો

લાગુ પડતું હોય ત્યારે, Mirena ક્યારે દાખલ કરવામાં આવી અને દૂર કરવામાં આવી.

સંદર્ભ

1. Mirena® દર્દી માહિતી પત્રિકા.
2. Mirena® ઉત્પાદન લાક્ષણિકતાઓનો સારાંશ
3. નેશનલ ઇન્સ્ટિટ્યૂટ ફોર હેલ્થ એન્ડ કેર એક્સેલન્સ (NICE). ભારે માસિક રક્તસ્રાવ: મૂલ્યાંકન અને વ્યવસ્થાપન (NG88). માર્ચ 2018.
4. NHS. તમારી ગર્ભનિરોધક માર્ગદર્શિકા. <https://www.nhs.uk/conditions/contraception/ius-intrauterine-system/> [જાન્યુઆરી 2023 માં પ્રવેશ].

Bayer plc, 400 સાઉથ એક વે, ગ્રીન પાર્ક, રીડિંગ, બર્કશાયર, RG2 6AD, યુનાઇટેડ કિંગડમ

ઓગસ્ટ 2024. PP-MIR-GB-0284



Mirena®

52 mg levonorgestrel
intrauterine delivery system

તમારા Mirena® માટે માર્ગદર્શિકા



Bayer દ્વારા બનાવેલ



આ પત્રિકા એવી સ્ત્રીઓ માટે છે જેમને Mirena® સૂચવવામાં આવી છે. સંપૂર્ણ વિગતો માટે કૃપા કરીને તમારા Mirena® બોક્સમાં સમાવિષ્ટ દર્દી માહિતી પત્રિકા (Patient Information Leaflet, PIL) વાંચો.

તમને આ પત્રિકા આપવામાં આવી છે કારણ કે તમે નીચેનામાંથી એક અથવા વધુ માટે Mirena®, એક IUS (ઇન્ટ્રાઉટેરાઇન સિસ્ટમ - intrauterine system), પસંદ કરી છે:

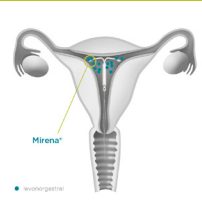
- ગર્ભનિરોધકની લાંબા ગાળાની અને ઉલટાવી શકાય તેવી પદ્ધતિ તરીકે
- ભારે માસિક રક્તસ્રાવ (Heavy Menstrual Bleeding, HMB) ની સારવાર
- હોર્મોન રિપ્લેસમેન્ટ થેરાપી (Hormone Replacement Therapy, HRT) ના ભાગ રૂપે, મેનોપોઝ દરમિયાન તમારા ગર્ભાશયના અસ્તરનું રક્ષણ

આ Mirena® છે



એક નાનો, લવચીક, પ્લાસ્ટિક T-આકાર જે તમારા ગર્ભાશયમાં બેસે છે. એકવાર ફીટ થઈ ગયા પછી, તમને ખબર પણ ન પડે કે તે ત્યાં છે. તમારા ડૉક્ટર નક્કી કરી શકે છે કે તમારા ચોક્કસ કેસમાં કેટલી વાર અને કયા પ્રકારના ચેક-અપની જરૂર છે.

Mirena® કેવી રીતે કામ કરે છે?



Mirena® ધીમે ધીમે થોડી માત્રામાં હોર્મોન, લેવોનોર્જેસ્ટ્રેલ નામનું પ્રોજેસ્ટોજન મુક્ત કરે છે.¹ જેમ જેમ Mirena® ગર્ભાશયમાં મૂકવામાં આવે છે,² તે જ્યાં જરૂર હોય ત્યાં બરાબર કાર્ય કરે છે અને ખૂબ જ ઓછી માત્રામાં હોર્મોન તમારા લોહીના પ્રવાહમાં પ્રવેશ કરશે. કેટલીક સ્ત્રીઓમાં Mirena® સાથે ઓવ્યુલેશન (સ્ત્રીબીજ છોડવાનું) અટકાવી શકાય છે.

શું Mirena® મારા માટે યોગ્ય છે?

મોટાભાગની સ્ત્રીઓ માટે Mirena® સૂચવવામાં આવે છે, પછી ભલે તમને બાળક થયું હોય કે ન હોય. તે વિવિધ પ્રજનન વયની સ્ત્રીઓ માટે યોગ્ય છે, જેમાં મેનોપોઝમાંથી પસાર થઈ રહેલી સ્ત્રીઓનો પણ સમાવેશ થાય છે.

Mirena® ગર્ભાવસ્થાને કેવી રીતે અટકાવે છે?

- તમારા સર્વિક્સના લાળને જાડું કરવું, શુક્રાણુને સ્ત્રીબીજને ફળદ્રુપ કરવા માટે પ્રવેશતા અટકાવવું¹
- તમારા ગર્ભાશયના અસ્તરને પાતળું કરવું, જેનાથી સ્ત્રીબીજને જોડવામાં મુશ્કેલી પડે છે¹
- કેટલીક સ્ત્રીઓમાં સ્ત્રીબીજ (ઓવ્યુલેશન) ના પ્રકાશનને અટકાવવું¹

શું મને તાત્કાલિક રક્ષણ મળશે? જો તમારા માસિક સ્રાવની શરૂઆતના 7 દિવસની અંદર Mirena® ફીટ કરવામાં આવે, તો તમને ગર્ભાવસ્થા સામે તરત જ રક્ષણ મળશે.¹

ગર્ભનિરોધક તરીકે Mirena® કેટલી અસરકારક છે?

Mirena® 99% થી વધુ અસરકારક છે,² એટલે કે તે ઉપલબ્ધ ગર્ભનિરોધકના સૌથી અસરકારક સ્વરૂપોમાંનું એક છે.

Mirena® 5 વર્ષ માટે અસરકારક, ઉલટાવી શકાય તેવું ગર્ભનિરોધક પૂરું પાડે છે,¹ પરંતુ જો તમે ઈચ્છો તો તમે તેને વહેલા દૂર કરી શકો છો.

Mirena® ભારે માસિક રક્તસ્રાવ (HMB) ની સારવાર તરીકે

HMB શું છે? માસિક રક્તસ્રાવ જ્યારે તમારા શારીરિક, સામાજિક અને/અથવા ભાવનાત્મક જીવનની ગુણવત્તામાં દખલ કરે છે ત્યારે તેને ભારે ગણવામાં આવે છે.³ દર 2 કલાકથી વધુ સમય માટે સેનિટરી વસ્ત્રો બદલવા, અથવા બેવડા રક્ષણની જરૂરિયાત, પણ HMB ના સંકેતો છે.

HMB માટે Mirena®: Mirena® ગર્ભાશયના અસ્તરને જાડું થતું અટકાવે છે, જે માસિક સ્રાવ દરમિયાન ગર્ભાશયનું અસ્તર બહાર નીકળે ત્યારે લોહીનું નુકસાન ઘટાડે છે.¹ Mirena® HMB માટે અસરકારક સારવાર છે અને 3-6 મહિનાના ઉપયોગ પછી હળવું રક્તસ્રાવ થવો જોઈએ.¹ Mirena® HMB નીસારવાર 5 વર્ષ સુધી કરે છે, પરંતુ જો તમે ઈચ્છો તો તમે તેને વહેલા દૂર કરી શકો છો.¹

હોર્મોન રિપ્લેસમેન્ટ થેરાપી (HRT) ના ભાગ રૂપે Mirena®

HRT શું છે? મેનોપોઝ ઘણીવાર દુઃખદાયક લક્ષણોનું કારણ બને છે, કારણ કે અંડાશય દ્વારા ઉત્પાદિત સ્ત્રી સેક્સ હોર્મોન્સ, એસ્ટ્રોજન અને પ્રોજેસ્ટેરોન ધીમે ધીમે ઘટે છે.¹ HRT આ હોર્મોન્સનું સ્તર વધારીને આ લક્ષણો ઘટાડવા માટે રચાયેલ છે.

ઓએસ્ટ્રોજેન્સનો ઉપયોગ મેનોપોઝના લક્ષણોને દૂર કરવા માટે થઈ શકે છે, જોકે, ફક્ત ઓએસ્ટ્રોજેન્સ લેવાથી ગર્ભાશયના અસ્તરની અસામાન્ય વૃદ્ધિ અથવા કેન્સરનું જોખમ વધે છે.¹

એસ્ટ્રોજન રિપ્લેસમેન્ટ થેરાપી દરમિયાન એન્ડોમેટ્રાયલ રક્ષણ માટે Mirena®

HRT પદ્ધતિના ભાગ રૂપે Mirena® માં રહેલા હોર્મોન જેવા પ્રોજેસ્ટોજન લેવાથી ગર્ભાશયના અસ્તરને સુરક્ષિત કરીને અસામાન્ય વૃદ્ધિનું જોખમ ઓછું થાય છે.¹

HRT માટે ઉપયોગમાં લેવાતી વખતે Mirena® નો ઉપયોગ 4 વર્ષ સુધી થઈ શકે છે,¹ પરંતુ જો તમે ઈચ્છો તો તેને વહેલા દૂર કરી શકો છો.

શું Mirena® એ કોઈલ જેવું જ છે?

Mirena® એ કોપર કોઈલ જેવું નથી. તે એક હોર્મોનલ કોઈલ છે. કોપર કોઈલથી વિપરીત, જે ગર્ભાવસ્થા અટકાવવા માટે કોપરનો ઉપયોગ કરે છે, Mirena® થોડી માત્રામાં હોર્મોન મુક્ત કરીને ગર્ભાવસ્થાને અટકાવે છે.

ફાર્મસીમાંથી Mirena® એકત્રિત કરવું



તમારું Mirena® ફીટ કરાવતા પહેલા, તમારે તેને ફાર્મસીમાંથી લેવાની જરૂર પડી શકે છે. તે એક બોક્સમાં આવે છે જે આટલા નાના ગર્ભનિરોધક માટે મોટું દેખાશે, પણ ચિંતા કરશો નહીં. આનું કારણ એ છે કે બોક્સમાં ફક્ત Mirena® જ નહીં, પણ Mirena® ફિટ કરવા માટે જરૂરી બધું જ છે.

આ સમયે તમારે તમારા Mirena® સાથે કંઈપણ કરવાની ચિંતા કરવાની જરૂર નથી, તમારે ફક્ત તેને તમારી એપોઇન્ટમેન્ટમાં તમારી સાથે લાવવાનું યાદ રાખવાની જરૂર છે. બાકીનું બધું તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ સંભાળશે.

જ્યારે તમે તમારી એપોઇન્ટમેન્ટમાં જાઓ છો ત્યારે શું થાય છે?

Mirena® ફીટ કરવામાં લગભગ પાંચ મિનિટ લાગે છે⁴, પરંતુ તમારી પાસે લાંબી મુલાકાત હશે જેથી તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ તમને બધી બાબતો વિશે વાત કરી શકે અને ખાતરી કરી શકે કે તમે આગળ વધવા માટે ખુશ છો. જો તમને વાઈનો રોગ હોય, તો કૃપા કરીને ફિટિંગ કરાવતા પહેલા તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સને આ વિશે જાણ કરો.

જ્યારે તમે આરામદાયક અને તૈયાર હોવ, ત્યારે Mirena® ને પાતળી નળીનો ઉપયોગ કરીને ગર્ભાશયમાં મૂકવામાં આવે છે. એકવાર અંદર ગયા પછી, તે T-આકારમાં ખુલે છે અને Mirena® ના તળિયે બે નાના દોરા યોગ્ય લંબાઈમાં કાપવામાં આવે છે. તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સ તમને બતાવશે કે તમારા Mirena® શ્રેડો શોધીને અને અનુભવીને કેવી રીતે તપાસવું.

એકવાર તે ફીટ થઈ ગયા પછી તમે તમારા Mirena® ને અનુભવી શકશો નહીં.

શું તે પીડાદાયક હશે?

Mirena® લગાવવું સ્મીયર ટેસ્ટ જેવું જ લાગી શકે છે, તેથી કેટલીક સ્ત્રીઓને અસ્વસ્થતા અનુભવી શકે છે, પરંતુ તમે તમારી એપોઇન્ટમેન્ટ પહેલાં તમારા ડૉક્ટર અથવા નર્સને અગવડતા ઘટાડવાના રસ્તાઓ વિશે પૂછી શકો છો જો તમને પેન્ટી લગાવ્યા પછી કોઈ સ્પોર્ટિંગ કે રક્તસ્રાવ થાય તો તમે તમારી સાથે પેન્ટી લાઇનર લઈ શકો છો.