

ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਕੜਵੱਲ ਵਰਗਾ ਕੁਝ ਦਰਦ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਗਾਇਬ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ Mirena® ਪਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਬਹੁਤ ਦਰਦ, ਬੁਖਾਰ ਜਾਂ ਭਾਰੀ ਖੂਨ ਵਗਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਜੇ ਦਰਦ/ਖੂਨ ਵਗਣਾ ਕੁਝ ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸਮੇਂ ਲਈ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਲਈ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਕਰੋ।

ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਸਭ ਕੁਝ ਠੀਕ ਚੱਲ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਲੇਸਮੈਂਟ ਤੋਂ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਚੈੱਕ-ਅੱਪ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਚਾਰ ਤੋਂ ਅੱਠ ਸਾਲਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ, ਇਹ ਇਸ ਗੱਲ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਕਿਸ ਲਈ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਤੁਹਾਡੀ Mirena® ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਦੁਆਰਾ ਕੱਢੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ Mirena® ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਜਾਰੀ ਰੱਖਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਉਸੇ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਨਵੀਂ ਰੱਖ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।

ਹਰ ਔਰਤ ਵੱਖਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਪਰ Mirena® ਤੁਹਾਡੇ ਮਾਹਵਾਰੀ ਚੱਕਰ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਨ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਰੱਖਦੀ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਪਲੇਸਮੈਂਟ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਪਹਿਲੇ 3-6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੌਰਾਨ। ਜਿਸ ਖੂਨ ਵਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਉਸ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਨਿਯਮਤ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਖੂਨ ਵਗਣਾ ਅਤੇ ਦਾਗ ਲੱਗਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ ਜਦੋਂ ਤੁਹਾਡੀ ਕੁੱਖ Mirena® ਦੇ ਅਨੁਕੂਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਹਾਲਾਂਕਿ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਸੀਂ ਪਾ ਸਕਦੇ ਹੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਮਾਹਵਾਰੀ ਘੱਟ, ਘੱਟ ਜਾਂ ਪੂਰੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੰਦ ਹੋ ਗਈ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਗੱਲ ਹੈ।

ਕੀ ਮੈਂ Mirena® ਨਾਲ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਇਹ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ Mirena® ਨਾਲ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਵੋਗੇ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਮਾਹਵਾਰੀ Mirena® ਨਾਲ ਬੰਦ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਅਜਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਇਸਦਾ ਮਤਲਬ ਇਹ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਤ ਹੋ ਜਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਹਨ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਜਿੰਨੀ ਜਲਦੀ ਹੋ ਸਕੇ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨੂੰ ਮਿਲਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਕੀ ਮੇਰੀ ਜਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੋਵੇਗੀ? Mirena® ਨੂੰ ਹਟਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਹਾਡੀ ਆਮ ਜਣਨ ਸ਼ਕਤੀ ਦਾ ਪੱਧਰ ਜਲਦੀ ਹੀ ਵਾਪਸ ਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕੀ ਮੈਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ Mirena® ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ? Mirena® ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਤੋਂ 6 ਹਫ਼ਤਿਆਂ ਬਾਅਦ ਲਗਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਇਸਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਛਾਤੀ ਦੇ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚ

ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਲੇਵੋਨੋਰਜੈਸਟ੍ਰਲ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਲੇਸਮੈਂਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਨਾਲ ਇਸ ਬਾਰੇ ਚਰਚਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਕੀ Mirena® ਦੇ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ?

ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਜਨ ਵਾਲੇ ਹੋਰ ਹਾਰਮੋਨਲ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕਾਂ ਵਾਂਗ, Mirena® ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਯੋਨੀ ਵਿੱਚੋਂ ਖੂਨ ਵਗਣਾ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਦਾਗ ਲੱਗਣਾ ਅਤੇ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰ, ਹਲਕੀ ਜਾਂ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਮਾਹਵਾਰੀ। ਇਹਨਾਂ ਦੇ ਪੂਰੇ ਵੇਰਵੇ Mirena® ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਮਿਲ ਸਕਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਦੁਆਰਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਮਹਿਸੂਸ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਸਲਾਹ ਲਈ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ।

ਕੀ ਮੈਂ Mirena® ਬਾਰੇ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਸਾਨੀ ਨਾਲ Mirena® ਨੂੰ ਹਟਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਹਟਾਉਣਾ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਪਹਿਲੇ 7 ਦਿਨਾਂ ਦੌਰਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਵਿਕਲਪਕ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਤਰੀਕਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਫਾਰਮਾਸਿਸਟ, ਨਰਸ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਿਹਤ ਸੰਭਾਲ ਪੇਸ਼ੇਵਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਇਸ ਪਰਚੇ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸੰਭਾਵੀ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਇੱਥੇ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

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

ਜਾਂ ਗੂਗਲ ਪਲੇ ਜਾਂ ਐਪਲ ਐਪ ਸਟੋਰ ਵਿੱਚ MHRA ਯੈਲੋ ਕਾਰਡ ਖੋਜੋ। ਮਾੜੇ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਕੇ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿਓ ਕਿ Mirena ਕਦੋਂ ਪਾਈ ਗਈ ਅਤੇ ਕਦੋਂ ਹਟਾਈ ਗਈ, ਜਿਵੇਂ ਵੀ ਲਾਗੂ ਹੋਵੇ।

ਹਵਾਲੇ

1. Mirena® ਮਰੀਜ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਰਚਾ।
2. Mirena® ਉਤਪਾਦ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਤਾਵਾਂ ਦਾ ਸੰਖੇਪ
3. ਨੈਸ਼ਨਲ ਇੰਸਟੀਚਿਊਟ ਫਾਰ ਹੈਲਥ ਐਂਡ ਕੇਅਰ ਐਕਸੀਲੈਂਸ (National Institute for Health and Care Excellence, NICE). ਭਾਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਖੂਨ ਵਗਣਾ: ਮੁਲਾਂਕਣ ਅਤੇ ਪ੍ਰਬੰਧਨ (NG88). ਮਾਰਚ 2018.
4. NHS. ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ ਗਾਈਡ। <https://www.nhs.uk/conditions/contraception/ius-intrauterine-system/> [ਅਪ੍ਰੈਲ 2024 ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕੀਤੀ]।

Bayer plc, 400 ਸਾਉਥ ਓਕ ਵੇਅ, ਗ੍ਰੀਨ ਪਾਰਕ, ਗੀਡਿੰਗ, ਬਰਕਸ਼ਾਇਰ, RG2 6AD, ਯੂਨਾਈਟਿਡ ਕਿੰਗਡਮ

ਅਗਸਤ 2024. PP-MIR-GB-0280



Mirena®

52 mg levonorgestrel
intrauterine delivery system

ਤੁਹਾਡੀ Mirena® ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ



Bayer ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ



ਇਹ ਪਰਚਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ Mirena® ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੂਰੇ ਵੇਰਵਿਆਂ ਲਈ ਆਪਣੇ Mirena® ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਮਰੀਜ਼ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪਰਚਾ (PIL) ਪੜ੍ਹੋ।

ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਪਰਚਾ ਇਸ ਲਈ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਤੁਸੀਂ Mirena®, ਇੱਕ IUS (ਇੰਟਰਾਯੂਟਰਾਈਨ ਸਿਸਟਮ - intrauterine system) ਨੂੰ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਜਾਂ ਵੱਧ ਕਾਰਨਾਂ ਲਈ ਚੁਣਿਆ ਹੈ:

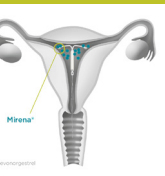
- ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ ਦੇ ਇੱਕ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਅਤੇ ਰੀਵਰਸਿਬਲ ਵਿਧੀ ਵਜੋਂ
- ਭਾਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਖੂਨ ਵਗਣ (heavy menstrual bleeding, HMB) ਦਾ ਇਲਾਜ
- ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ (hormone replacement therapy, HRT) ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ, ਮੀਨੋਪੌਜ਼ ਦੌਰਾਨ ਤੁਹਾਡੇ ਕੁੱਝ ਦੀ ਪਰਤ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ।

ਇਹ Mirena® ਹੈ



ਇੱਕ ਛੋਟੀ, ਲਚਕੀਲੀ, ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ T-ਸ਼ੇਪ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਕੁੱਝ ਵਿੱਚ ਬੈਠਦੀ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਫਿੱਟ ਹੋ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲੱਗੇਗਾ ਕਿ ਇਹ ਉੱਥੇ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਇਹ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਖਾਸ ਕੇਸ ਵਿੱਚ ਕਿੰਨੀ ਵਾਰ ਅਤੇ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਚੈੱਕ-ਅੱਪ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

Mirena® ਕਿਵੇਂ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ?



Mirena® ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਥੋੜ੍ਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨ ਛੱਡਦੀ ਹੈ, ਇੱਕ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਜਨ ਜਿਸਨੂੰ ਲੇਵੋਨੋਰਜੈਸਟਰਲ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।¹ ਜਿਵੇਂ ਹੀ Mirena® ਨੂੰ ਕੁੱਝ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ,² ਇਹ ਉੱਥੇ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿੱਥੇ ਇਸਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਹਾਰਮੋਨ ਦੀ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਮਾਤਰਾ ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਦੇ ਪ੍ਰਵਾਹ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਵੇਗੀ। ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ Mirena® ਨਾਲ ਓਵੂਲੇਸ਼ਨ (ਅੰਡੇ ਛੱਡਣ) ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੀ Mirena® ਮੇਰੇ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਹੈ?

Mirena® ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਤਜਵੀਜ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਭਾਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹੋਇਆ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ। ਇਹ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਪੁੰਜਨਨ ਉਮਰਾਂ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਢੁਕਵੀਂ ਹੈ, ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿੱਚ ਮੀਨੋਪੌਜ਼ ਵਿੱਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

Mirena® ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਕਿਵੇਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ?

- ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੇ ਮੂੰਹ ਦੇ ਬਲਗ਼ਮ ਨੂੰ ਸੰਘਣਾ ਕਰਕੇ, ਸੁਕਰਾਣੂ ਨੂੰ ਅੰਡੇ ਨੂੰ ਗਰੰਥਧਾਰਣ ਕਰਨ ਲਈ ਅੰਦਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਕੇ।
- ਤੁਹਾਡੀ ਕੁੱਝ ਦੀ ਪਰਤ ਨੂੰ ਪਤਲੀ ਕਰਕੇ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅੰਡੇ ਨੂੰ ਜੋੜਨਾ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।
- ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਅੰਡਿਆਂ (ਓਵੂਲੇਸ਼ਨ) ਦੇ ਨਿਕਾਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਕੇ।

ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਤੁਰੰਤ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ? ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ 7 ਦਿਨਾਂ ਦੇ ਅੰਦਰ-ਅੰਦਰ Mirena® ਲਗਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਤੁਰੰਤ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੋਗੇ।¹

ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ Mirena® ਕਿੰਨੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ?

Mirena® 99% ਤੋਂ ਵੱਧ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਹੈ,² ਭਾਵ ਇਹ ਉਪਲਬਧ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ ਦੇ ਸਭ ਤੋਂ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਰੂਪਾਂ ਵਿੱਚੋਂ ਇੱਕ ਹੈ।

Mirena® 8 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ, ਰੀਵਰਸਿਬਲ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ,¹ ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਜਲਦੀ ਹਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

Mirena® ਭਾਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਖੂਨ ਵਗਣ (HMB) ਦੇ ਇਲਾਜ ਵਜੋਂ

HMB ਕੀ ਹੈ? ਮਾਹਵਾਰੀ ਖੂਨ ਵਗਣ ਨੂੰ ਉਦੋਂ ਭਾਰੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸਰੀਰਕ, ਸਮਾਜਿਕ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਭਾਵਨਾਤਮਕ ਜੀਵਨ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਵਿੱਚ ਵਿਘਨ ਪਾਉਂਦੀ ਹੈ।³ ਹਰ 2 ਘੰਟਿਆਂ ਤੋਂ ਵੱਧ ਸੈਨੇਟਰੀ ਪਹਿਨਣ ਨੂੰ ਬਦਲਣਾ, ਜਾਂ ਦੋਹਰੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ, ਵੀ HMB ਦੇ ਲੱਛਣ ਹਨ।

Mirena® HMB Mirena® ਲਈ ਕੁੱਝ ਦੀ ਪਰਤ ਨੂੰ ਸੰਘਣਾ ਹੋਣ ਤੋਂ ਰੋਕਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੌਰਾਨ ਖੂਨ ਦੇ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੁੱਝ ਦੀ ਪਰਤ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।¹ Mirena® HMB ਲਈ ਇੱਕ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਇਲਾਜ ਹੈ ਅਤੇ 3-6 ਮਹੀਨਿਆਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹਲਕਾ ਖੂਨ ਨਿਕਲੇਗਾ।¹ Mirena® ਜੇਕਰ 5 ਸਾਲਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਦੇ ਬਾਅਦ ਵੀ ਲੱਛਣ ਵਾਪਸ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੇ, ਤਾਂ Mirena® ਦੇ 8 ਸਾਲਾਂ ਤੱਕ ਲਗਾਤਾਰ ਵਰਤੋਂ 'ਤੇ ਵਿਚਾਰ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Mirena® ਹਾਰਮੋਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ (HRT) ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ

HRT ਕੀ ਹੈ? ਮੀਨੋਪੌਜ਼ ਦੇ ਕਾਰਨ ਅਕਸਰ ਦੁਖਦਾਈ ਲੱਛਣ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਕਿਉਂਕਿ ਅੰਡਕੋਸ਼ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮਾਦਾ ਸੈਕਸ ਹਾਰਮੋਨਜ਼, ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਅਤੇ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਨ ਦੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਨੁਕਸਾਨ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।¹ HRT ਨੂੰ ਇਹਨਾਂ ਹਾਰਮੋਨਾਂ ਦੇ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਵਧਾ ਕੇ ਇਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਤਿਆਰ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਮੀਨੋਪੌਜ਼ ਦੇ ਲੱਛਣਾਂ ਤੋਂ ਰਾਹਤ ਪਾਉਣ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਹਾਲਾਂਕਿ, ਸਿਰਫ਼ ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਲੈਣ ਨਾਲ ਕੁੱਝ ਦੀ ਪਰਤ ਦੇ ਅਸਧਾਰਨ ਵਧੇ ਜਾਂ ਕੈਂਸਰ ਦਾ ਖ਼ਤਰਾ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ।¹

Mirena® ਐਸਟ੍ਰੋਜਨ ਰਿਪਲੇਸਮੈਂਟ ਥੈਰੇਪੀ ਦੌਰਾਨ ਐਂਡੋਮੈਟਰੀਅਲ ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ

HRT ਵਿਧੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੋਜਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ Mirena® ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹਾਰਮੋਨ, ਲੈਣਾ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਪਰਤ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰਕੇ ਅਸਧਾਰਨ ਵਿਕਾਸ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦਾ ਹੈ।¹

Mirena® ਨੂੰ HRT ਲਈ ਵਰਤੋਂ ਜਾਣ 'ਤੇ 4 ਸਾਲਾਂ ਲਈ ਵਰਤਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ,¹ ਪਰ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਇਸਨੂੰ ਜਲਦੀ ਹਟਾ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੀ Mirena® ਕੋਇਲ ਦੇ ਸਮਾਨ ਹੈ?

Mirena® ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਕੋਇਲ ਵਰਗੀ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਹਾਰਮੋਨਲ ਕੋਇਲ ਹੈ। ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਕੋਇਲ ਦੇ ਉਲਟ, ਜੋ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਤਾਂਬੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੀ ਹੈ, Mirena® ਥੋੜ੍ਹੀ ਜਿਹੀ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਹਾਰਮੋਨ ਛੱਡ ਕੇ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ ਰੋਕਦੀ ਹੈ।

ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ Mirena® ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨਾ



ਆਪਣੀ Mirena® ਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਫਾਰਮੇਸੀ ਤੋਂ ਲੈਣਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਇੱਕ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਆਉਂਦੀ ਹੈ ਜੋ ਇੰਨੇ ਛੋਟੇ ਗਰਭ ਨਿਰੋਧਕ ਲਈ ਵੱਡੀ ਦਿਖਾਈ ਦੇਵੇਗੀ, ਪਰ ਚਿੰਤਾ ਨਾ ਕਰੋ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਸਭ ਕੁਝ ਹੈ ਜੋ Mirena® ਨੂੰ ਫਿੱਟ ਕਰਨ ਲਈ ਲੋੜੀਂਦਾ ਹੈ, ਨਾ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ Mirena® ਖੁਦ ਹੀ।

ਇਸ ਸਮੇਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ Mirena® ਨਾਲ ਕੁਝ ਵੀ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਚਿੰਤਾ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਇਸਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਲਿਆਉਣਾ ਯਾਦ ਰੱਖਣਾ ਹੋਵੇਗਾ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਬਾਕੀ ਸਭ ਕੁਝ ਸੰਭਾਲ ਲੈਣਗੇ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਅਪੋਇੰਟਮੈਂਟ ਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

Mirena® ਨੂੰ ਫਿੱਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਪੰਜ ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ⁴, ਪਰ ਤੁਹਾਡੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਲੰਬੀ ਹੋਵੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਹਰ ਚੀਜ਼ ਬਾਰੇ ਦੱਸ ਸਕਣ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾ ਸਕਣ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਅੱਗੇ ਵਧਣ ਲਈ ਖੁਸ਼ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਮਿਰਗੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਆਪਣਾ Mirena® ਫਿੱਟ ਕਰਵਾਨੇ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਇਸ ਬਾਰੇ ਅਵਗਤ ਕਰੋ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਅਤੇ ਤਿਆਰ ਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ Mirena® ਨੂੰ ਇੱਕ ਪਤਲੀ ਟਿਊਬ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ ਕੁੱਝ ਵਿੱਚ ਰੱਖਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇੱਕ ਵਾਰ ਅੰਦਰ ਜਾਣ 'ਤੇ, ਇਹ 'T' ਆਕਾਰ ਵਿੱਚ ਖੁੱਲ੍ਹਦੀ ਹੈ ਅਤੇ Mirena® ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਦੇ ਛੋਟੇ ਧਾਗੇ ਸਹੀ ਲੰਬਾਈ ਵਿੱਚ ਕੱਟੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਾਗੇ ਲੱਭ ਕੇ ਅਤੇ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਕੇ ਦਿਖਾਏਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ Mirena® ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ 'ਤੇ ਹੈ ਜਾਂ ਨਹੀਂ।

ਇੱਕ ਵਾਰ ਜਦੋਂ ਇਹ ਫਿੱਟ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੀ Mirena® ਮਹਿਸੂਸ ਵੀ ਨਹੀਂ ਹੋਵੇਗੀ।

ਕੀ ਇਹ ਦਰਦਨਾਕ ਹੋਵੇਗਾ?

Mirena® ਲਗਾਉਣਾ ਸਮੀਅਰ ਟੈਸਟ ਵਰਗਾ ਮਹਿਸੂਸ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਕੁਝ ਔਰਤਾਂ ਬੇਆਰਾਮ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਪਰ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੀ ਮੁਲਾਕਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਜਾਂ ਨਰਸ ਤੋਂ ਬੇਆਰਾਮੀ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕਿਆਂ ਬਾਰੇ ਪੁੱਛ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸਨੂੰ ਲਗਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਧੱਬਾ ਜਾਂ ਖੂਨ ਨਿਕਲਣ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਚਾਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਨਾਲ ਪੈਂਟੀ ਲਾਈਨਰ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਹੋ।