

اس کے بعد کیا ہوتا ہے؟

داخل کرنے کے بعد، آپ کو ماہواری کے درد کی طرح کچھ درد محسوس ہو سکتا ہے۔ تاہم، یہ عام طور پر چند دنوں میں غائب ہو جاتا ہے۔ اگر آپ کو Mirena® داخل کرنے کے بعد شدید درد، بخار یا بہت زیادہ خون بہنے کا تجربہ ہوتا ہے، یا اگر درد/خون بہنا چند ہفتوں سے زیادہ جاری رہتا ہے، تو براہ کرم اپنے ڈاکٹر یا نرس سے ملاقات کے لیے ملاقات کریں۔¹

آپ کو پلیسمنٹ کے 6 ہفتے بعد چیک اپ کی پیشکش کی جائے گی تاکہ یہ یقینی بنایا جاسکے کہ سب کچھ ٹھیک ہو رہا ہے۔¹

چار سے آٹھ سال کے درمیان کے بعد لیے تجویز کیا گیا ہے، آپ کی Mirena® کو آپ کے ڈاکٹر یا نرس کو نکالنا چاہیے۔

اگر آپ Mirena® کا استعمال جاری رکھنا چاہتے ہیں، تو آپ اسی ملاقات کے دوران ایک نیا حاصل کر سکتے ہیں۔

آپ کی ماہواری تبدیل ہو سکتی ہے، لیکن یہ عام بات ہے۔

ہر عورت مختلف ہوتی ہے، لیکن Mirena® آپ کے ماہواری کو متاثر کرنے کا امکان ہے، خاص طور پر تعیناتی کے بعد پہلے 3-6 ماہ کے دوران۔¹ جو خون بہہ سکتا ہے اس میں خون بہنا اور آپ کے ماہواری کے درمیان دھبوں کا آنا شامل ہے جب آپ کا رحم Mirena® کے مطابق ہوتا ہے۔¹

اگرچہ کچھ مہینوں کے بعد، آپ کو معلوم ہو سکتا ہے کہ آپ کے ماہواری ہلکے، چھوٹے ہو جاتے ہیں یا بالکل بند ہو جاتے ہیں۔¹ یہ عام بات ہے۔

کیا میں Mirena® سے حاملہ ہو سکتی ہوں؟

اس بات کا بہت کم امکان ہے کہ آپ Mirena® سے حاملہ ہو جائیں۔ کچھ خواتین کو معلوم ہوتا ہے کہ ان کی ماہواری Mirena® کے ساتھ رک جاتی ہے، لہذا اگر آپ کے ساتھ ایسا ہوتا ہے، تو اس کا مطلب یہ نہیں ہو سکتا ہے کہ آپ حاملہ ہیں۔¹ اگر آپ حاملہ ہونے کے بارے میں فکر مند ہیں یا آپ میں حمل کی کوئی علامات ہیں، تو آپ کو حمل کا ٹیسٹ کرانا چاہیے، یا جتنی جلدی ممکن ہو اپنے ڈاکٹر یا نرس سے ملیں۔

کیا میری فرٹیلائٹی متاثر ہوگی؟ Mirena® کو ہٹانے کے بعد جلد ہی آپ کی فرٹیلائٹی کی معمول کی سطح واپس آجائے گی۔¹

کیا میں دودھ پلانے کے دوران Mirena® استعمال کر سکتی ہوں؟ Mirena® کو بچہ پیدا ہونے کے 6 ہفتوں بعد رکھا جاسکتا ہے اور اگر آپ دودھ پلا رہے ہیں تو استعمال کیا جاسکتا ہے۔ دودھ پلانے والی ماؤں کے دودھ میں

لیونونوجسٹریل کی بہت ہی کم مقدار پائی جاتی ہے۔¹ اگر آپ اپنے بچے کو دودھ پلانا چاہتی ہیں تو آلہ لگوانے کے وقت اپنے ڈاکٹر یا نرس سے اس بارے میں ضرور بات کریں۔¹

کیا Mirena® کوئی مضر اثرات پیدا کر سکتی ہے؟

پروجسٹوجن پر مشتمل دیگر ہارمونل مانع حمل ادویات کی طرح، Mirena® کچھ خواتین میں ضمنی اثرات کا سبب بن سکتا ہے، جیسے اندام نہانی سے خون بہنا، بشمول دھبہ اور ماہواری کا رک جانا، ہلکی یا کبھی کبھار ماہواری۔¹ ان کی مکمل تفصیلات اس کتابچے میں مل سکتی ہیں جو Mirena® بالکس میں آتا ہے اور یہ آپ کے ڈاکٹر یا نرس کے ذریعہ آپ کو دینا چاہئے۔ اگر آپ کو کوئی مضر اثرات محسوس ہوتے ہیں، تو مشورہ کے لیے اپنے ڈاکٹر، نرس یا فارماسسٹ سے بات کریں۔

کیا میں Mirena® کے بارے میں اپنا خیال بدل سکتی ہوں؟

آپ کا ڈاکٹر یا نرس کسی بھی وقت Mirena® کو آسانی سے ہٹا سکتے ہیں۔¹ اگر آپ حاملہ نہیں ہونا چاہتے ہیں، تو آپ کی ماہواری کے پہلے 7 دنوں کے دوران ہٹانا چاہیے یا متبادل مانع حمل طریقے استعمال کیے جائیں۔¹

ضمنی اثرات کی اطلاع دینا

اگر آپ کو کوئی مضر اثرات ہوتے ہیں تو اپنے ڈاکٹر، فارماسسٹ، نرس یا دیگر صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور سے بات کریں۔ اس میں کوئی بھی ممکنہ ضمنی اثرات شامل ہیں جو اس کتابچے میں درج نہیں ہیں۔ آپ یلو کارڈ اسکیم کے ذریعے براہ راست ضمنی اثرات کی اطلاع بھی اس پر دے سکتے ہیں:

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

یا گوگل پلے یا ایپل ایپ

اسٹور میں MHRA ییلو کارڈ تلاش کریں۔ ضمنی اثرات کی اطلاع دے کر آپ اس دوا کی حفاظت کے بارے میں مزید معلومات فراہم کرنے میں مدد کر سکتے ہیں۔ براہ کرم اس معلومات کی اطلاع دیں کہ Mirena کو کب ڈالا اور ہٹایا گیا، جیسا کہ قابل اطلاق ہو۔

حوالہ جات

1. Mirena® مریض کی معلومات کا کتابچہ۔
2. Mirena® پروڈکٹ کی خصوصیات کا خلاصہ
3. نیشنل انسٹی ٹیوٹ فار ہیلتھ اینڈ کیئر ایکسی لینس (NICE). ماہواری سے زیادہ خون بہنا: تشخیص اور انتظام (NG88). مارچ 2018۔
4. NHS. آپ کی مانع حمل گائیڈ۔ <https://www.nhs.uk/conditions/contraception/ius-intrauterine-system> [اپریل 2024 تک رسائی]۔

© 400 Bayer plc، سائٹھ اوک وے، گرین پارک، ریڈنگ، برکشائر، RG2 6AD، یونائیٹڈ کنگڈم

اگست 2024. PP-MIR-GB-0288

Mirena®
52 mg levonorgestrel
intrauterine delivery system

آپ کی Mirena® کے لیے ایک گائیڈ



یہ کتابچہ ان خواتین کے لیے ہے جنہیں Mirena® تجویز کیا گیا ہے۔ مکمل تفصیلات کے لیے براہ کرم اپنے Mirena® بالکس میں شامل مریض کی معلوماتی کتابچہ (PIL) پڑھیں۔

آپ کو یہ کتابچہ اس لیے دیا گیا ہے کیونکہ آپ نے Mirena®، یعنی ایک IUS (انٹرا یوٹرین سسٹم)، کو درج ذیل میں سے ایک یا زیادہ وجوہات کی بنا پر منتخب کیا ہے:

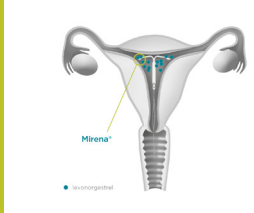
- طویل مدتی اور قابل واپسی مائع حمل طریقے کے طور پر
- زیادہ مابواری کے خون بہنے (heavy menstrual bleeding, HMB) کے علاج کے لیے
- ہارمون ریپلیسمنٹ تھراپی (HRT) کا حصہ ہونے کے طور پر، سن یاس (رجنورٹی/میٹوپاز) کے دوران بچہ دانی کی اندرونی تہ کی حفاظت کے لیے

یہ Mirena® ہے۔

چھوٹا، لچکدار، پلاسٹک کا T کی شکل کا آلہ جو آپ کے رحم میں رہتا ہے۔ ایک بار لگنے کے بعد، آپ کو محسوس بھی نہیں ہونا چاہیے کہ یہ وہاں ہے۔ آپ کا ڈاکٹر اس بات کا تعین کر سکتا ہے کہ آپ کے خاص معاملے میں کتنی بار اور کس قسم کے چیک اپ کی ضرورت ہے۔

Mirena® کیسے کام کرتا ہے؟

Mirena® آہستہ آہستہ ہارمون کی ایک کم مقدار خارج کرتا ہے، جسے لیونورجسٹریل نامی پروجیسٹوجن کہا جاتا ہے۔¹ چونکہ Mirena® رحم میں ڈالا جاتا ہے،² اس لیے یہ بالکل وہیں کام کرتا ہے جہاں اس کی ضرورت ہوتی ہے اور ہارمون کی بہت کم مقدار ہی آپ کے خون میں شامل ہوگی۔ کچھ خواتین میں Mirena® کے ساتھ بیضہ (انڈے کا اخراج) کو روکا جا سکتا ہے۔



کیا Mirena® میرے لیے موزوں ہے؟

Mirena® زیادہ تر خواتین کے لیے تجویز کیا جاتا ہے اس سے قطع نظر کہ آپ کے ہاں بچہ ہوا ہے یا نہیں۔ یہ مختلف تولیدی عمروں کی خواتین کے لیے موزوں ہے، بشمول وہ خواتین جو رجنورٹی سے گزر رہی ہیں۔

Mirena® حمل کو کیسے روکتا ہے؟

- آپ کے گریوا کے بلغم کو گاڑھا کرنا، نطفہ کو انڈے کو فرٹیلائز کرنے سے روکنا¹
- آپ کے رحم کی پرت کو پتلا کرنا، انڈے کے لیے جوڑنا مشکل بنانا ہے¹
- کچھ عورتوں میں انڈوں (بیضہ) کے اخراج کو روکنا¹

کیا مجھے فوری طور پر تحفظ دیا جائے گا؟ اگر آپ کی مابواری کے آغاز سے

7 دنوں کے اندر Mirena® لگانی جاتی ہے، تو آپ فوراً حمل سے محفوظ رہیں گے۔¹

Mirena® مائع حمل کے طور پر کتنا

موثر ہے؟

99% Mirena® سے زیادہ موثر ہے،² اس کا مطلب ہے کہ یہ دستیاب مائع حمل طریقوں میں سے ایک ہے۔

8 Mirena® سال کے لیے موثر، اٹھنے والا مائع حمل فراہم کرتا ہے¹ لیکن اگر آپ چاہیں تو اسے جلد ہٹا سکتے ہیں۔

Mirena® بھاری مابواری کے خون کے

علاج کے طور پر (HMB)

HMB کیا ہے؟ مابواری کا خون بہت زیادہ سمجھا جاتا ہے جب یہ آپ کے جسمانی، سماجی اور/یا جذباتی معیار زندگی میں مداخلت کرتا ہے۔³ ہر 2 گھنٹے سے زیادہ سینٹری پینا، یا دوبرے تحفظ کی ضرورت، بھی HMB کی علامات ہیں۔

Mirena® برائے HMB Mirena® رحم کی پرت کو گاڑھا ہونے سے روکتا ہے، جو رحم کے استر کے بہانے پر مابواری کے دوران خون کی کمی کو کم کرتا ہے۔¹ Mirena HMB کے لیے ایک موثر علاج ہے اور اس کے نتیجے میں 3-6 ماہ اگر استعمال کے 5 سال بعد علامات واپس نہ آئیں تو Mirena® کو 8 سال تک جاری رکھنے پر غور کیا جا سکتا ہے۔¹ تک علاج کرتا ہے، لیکن اگر آپ چاہیں تو آپ اسے جلد ہٹا سکتے ہیں۔¹

Mirena® ہارمون ریپلیسمنٹ تھراپی

(HRT) کے ایک حصے کے طور پر

HRT کیا ہے؟ رجنورٹی اکثر پریشان کن علامات کا باعث بنتی ہے، جس کی وجہ خواتین کے جنسی ہارمونز، ایسٹروجن اور پروجیسٹرون کے بتدریج ضائع ہو جاتے ہیں، جو بیضہ دانی سے پیدا ہوتے ہیں۔¹ HRT ان ہارمونز کی سطح کو بڑھا کر ان علامات کو کم کرنے کے لیے ڈیزائن کیا گیا ہے۔

ایسٹروجن کا استعمال رجنورٹی کی علامات کو دور کرنے کے لیے کیا جا سکتا ہے، تاہم، صرف ایسٹروجن لینے سے رحم کی پرت کی غیر معمولی نشوونما یا کینسر کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔¹

ایسٹروجن ریپلیسمنٹ تھراپی کے دوران

Mirena® اینڈومیٹریال تحفظ کے لیے

ایک پروجیسٹوجن لینا، جیسے Mirena® میں ہارمون، HRT کے طریقہ کار کے حصے کے طور پر رحم کی پرت کی حفاظت کر کے غیر معمولی نشوونما کے خطرے کو کم کرتا ہے۔¹

Mirena® کو HRT کے لیے استعمال کرنے پر 4 سال تک استعمال کیا جا سکتا ہے،¹ لیکن اگر آپ چاہیں تو اسے جلد ہٹا سکتے ہیں۔

کیا Mirena® کوائل جیسی ہے؟

Mirena® تانبے کے کوائل جیسی نہیں ہے۔ یہ ایک ہارمونل کوائل ہے۔ تانبے کی کوائل کے برعکس، جو حمل کو روکنے کے لیے تانبے کا استعمال کرتی ہے، Mirena® ہارمون کی تھوڑی مقدار خارج کر کے حمل کو روکتی ہے۔



فارمیسی سے

Mirena® لینا

اپنی Mirena® لگانے سے پہلے، آپ کو اسے فارمیسی سے اٹھانا پڑ سکتا ہے۔ یہ

ایک ایسے باکس میں آتا ہے جو اتنے چھوٹے مائع حمل کے لیے بڑا نظر آنے گا، لیکن فکر نہ کریں۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ باکس میں وہ سب کچھ موجود ہے جو Mirena® کو فٹ کرنے کے لیے درکار ہے، نہ صرف Mirena®۔

اس وقت آپ کو اپنی Mirena® کے ساتھ کچھ کرنے کے بارے میں فکر کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ کا ڈاکٹر یا نرس باقی کو سنبھال لیں گے۔

جب آپ اپنی ملاقات پر جاتے ہیں تو کیا

ہوتا ہے؟

Mirena® کو فٹ کرنے میں تقریباً پانچ منٹ لگتے ہیں⁴، لیکن آپ کو ایک طویل ملاقات ہوگی تاکہ آپ کا ڈاکٹر یا نرس آپ سے ہر چیز پر بات کر سکے اور اس بات کو یقینی بنائے کہ آپ آگے بڑھنے میں خوش ہیں۔ اگر آپ مرگی کا شکار ہیں، اپنی Mirena® لگوانے۔

جب آپ آرام دہ اور تیار ہوں، Mirena® کو ایک پتلی ٹیوب کے ذریعے رحم میں رکھا جاتا ہے۔ اندر ہونے کے بعد، یہ 'T' شکل میں کھلتا ہے اور Mirena® کے نیچے دو چھوٹے دھاگے کو صحیح لمبائی میں کاٹا جاتا ہے۔ آپ کا ڈاکٹر یا نرس آپ کو دکھائے گا کہ آپ کی Mirena® دھاگوں کو تلاش کرنے اور محسوس کر کے یہ کیسے چیک کریں گے۔ ایک بار فٹ ہونے کے بعد آپ کو اپنی Mirena® کو محسوس نہیں کرنا چاہیے۔

کیا یہ تکلیف دہ ہوگا؟

Mirena® لگانا ایک سمیر ٹیسٹ کی طرح محسوس کر سکتا ہے، اس لیے کچھ خواتین بے چینی محسوس کر سکتی ہیں، لیکن آپ اپنے ڈاکٹر یا نرس سے ملاقات سے پہلے تکلیف کو کم کرنے کے طریقوں کے بارے میں پوچھ سکتے ہیں۔ آپ اپنے ساتھ پیٹھی لائنر لانا چاہیں گے اس صورت میں کہ آپ کو جگہ کا تعین کرنے کے بعد کوئی دھبہ یا خون بہنے کا سامنا ہو۔