

مرحباً عزيزتي المستخدمة،

بالتعاون مع طبيبتك النسائية/طبيبك النسائي، اخترت وسيلة منع الحمل باستخدام الحبوب المركبة **Dielera®**. وللإجابة عن الأسئلة التي قد تطرأ بشأن هذه الحبوب الجديدة، تجدين في هذه النشرة المعلومات الأساسية مجتمعة بشكل موجز. إن الالتزام بالتعليمات الخاصة بالاستخدام الصحيح يُعد الركيزة الأساسية لضمان فعالية وسيلة منع الحمل.

طريقة عملها:

تعتبر **Dielera®** حبوباً مركبة منخفضة الجرعة، تحتوي على هرمونين مسؤولين عن فعالية منع الحمل: إستراديول فاليرات (هرمون الإستروجين) ودينوغيست (هرمون البروجستين) أو ما يُعرف بهرمون الجسم الأصفر). يوفر البروجستين حماية ثلاثية ضد الحمل غير المرغوب فيه: حيث إنه يثبط عملية الإباضة، ويجعل السادة المخاطية في عنق الرحم كثيفة وغير قابلة لاختراق الحيوانات المنوية، كما أنه يمنع انغراس البويضة المخصبة في بطانة الرحم. يحافظ هرمون الإستروجين على استقرار دورتك الشهرية. ولضمان حماية فعّالة، يجب تناول هذه الحبوب يومياً لمدة 28 يوماً في نفس الوقت من اليوم. على أن يبدأ تناول من العبوة التالية في اليوم الذي يلي تناول آخر قرص من العبوة السابقة. عادةً ما يحدث نزيف انسحابي أثناء تناول الأقراص الأخيرة من الشريط، وقد يستمر حتى بعد البدء بتناول الأقراص من الشريط الجديد.

يحتوي كل شريط على 28 قرصاً. كل واحد من الأقراص الـ 26 الملوّنة يحتوي على كمية قليلة من الهرمونات المذكورة أعلاه: 22 قرصاً تحتوي على مزيج من دينوغيست وإستراديول فاليرات، كما أن 4 أقراص تحتوي فقط على إستراديول فاليرات. 2 قرص خالٍ من أي مادة فعّالة. تكون جرعة الأقراص متزايدة في محتوى البروجستين ومترابطة في محتوى الإستروجين - أي أنها مصممة بشكل مشابه للبنية الطبيعية للدورة الشهرية لدى المرأة. المراحل الهرمونية المختلفة مُميّزة من خلال اختلاف ألوان الأقراص.

الجرعة الأولى:

إذا لم تكوني قد استخدمت سابقاً أي وسيلة هرمونية لمنع الحمل
ابدئي بتناول أول قرص من الشريط في اليوم الأول من نزيف الدورة الشهرية.

إذا كنت قد استخدمت سابقاً حبوباً مركبة أخرى

يُفضّل البدء باستخدام **Dielera®** في اليوم التالي لتناول آخر قرص فعّال من الشريط السابق. إذا كنت قد استخدمت سابقاً الحلقة المهبلية أو اللصاقة المانعة للحمل، فيجب البدء باستخدام **Dielera®** في يوم إزالة الحلقة أو اللصاقة.

إذا كنت قد استخدمت سابقاً حبوباً خالية من الإستروجين
(الحبة الصغيرة؛ فعاليتها فقط من خلال البروجستين)

إذا كنت قد استخدمت سابقاً حبوباً خالية من الإستروجين كوسيلة لمنع الحمل، فيمكنك تغيير وسيلة منع الحمل في اليوم الذي ترغبين به، والبدء بتناول **Dielera®**. مهم: خلال الأيام التسعة الأولى من تناول **Dielera®** يجب استخدام وسيلة إضافية غير هرمونية لمنع الحمل (وسيلة حاجزية مثل الواقي الذكري).

ما يجب فعله، عندما تنسين تناول الحبوب:

في حال نسيان تناول قرص، يجب أخذه فوراً عند التذكّر، ثم متابعة تناول الأقراص **Dieler®** بشكل اعتيادي. لا يتأثر مستوى الحماية من الحمل بذلك.

نسيان تناول قرص واحد (أقل من 12 ساعة)

إذا حدث جماع خلال الأيام السبعة الماضية، يجب أخذ احتمال حدوث حمل بعين الاعتبار. يرجى الاتصال بطبيبتك/طبيبك.

إذا لم يحدث ذلك



- تناول القرص المنسي فور تذكّره، ثم تابعي تناول الأقراص في الوقت المعتاد*

- تابعي استخدام العبوة كما هو مقرر

- يجب استخدام وسيلة إضافية لمنع الحمل خلال الأيام التسعة التالية

- أوقفي تناول الأقراص فوراً

- وابدئي مباشرةً دون فاصل باستخدام عبوة جديدة، وتابعي تناول الأقراص بشكل اعتيادي

- يجب استخدام وسيلة إضافية لمنع الحمل خلال الأيام التسعة التالية

- تناول القرص المنسي فور تذكّره، ثم تابعي تناول الأقراص في الوقت المعتاد*

- تابعي استخدام العبوة كما هو مقرر

- لا حاجة لاستخدام وسيلة إضافية لمنع الحمل

- تجاهلي القرص المنسي، واستمري في تناول الأقراص بشكل اعتيادي

- لا حاجة لاستخدام وسيلة إضافية لمنع الحمل

يجب أخذ احتمال حدوث حمل بعين الاعتبار. يرجى الاتصال بطبيبتك/طبيبك.

نسيان أكثر من قرص واحد (كل مرة أكثر من 12 ساعة)

مزيد من المعلومات حول مواضيع منع الحمل، الصحة والجنس تجدونها على الموقع:

www.meine-pille.de

* حتى وإن أدى ذلك إلى تناول قرصين في يوم واحد