

56902217 56902217 56902217

 Schering-Plough

®

نوفارینج



٥٤م. كل حلقة معبأة في كيس قابل لإعادة الإغلاق مصنوع من ورق الألومنيوم.  
الكيس معبأ في علبة من الورق الكرتون مع هذه النشرة الخاصة بالعبوة. تحتوي  
كل علبة على حلقة واحدة أو ٣ حلقات.

آخر مراجعة لهذه النشرة المرفقة بالعبوة  
تت آخر مراجعة لهذه النشرة في يوليو ٢٠٠٨

تصنيع ومالك حق التسويق:

ن. ف. أوجانون.

١ كلوسترشترات.

٥٣٤٩ اي بي أوس. هولندا

#### إن هذا الدواء

- الدواء مستحضر يؤثر على صحتك وإستهلاكه خلافاً للتعليمات يعرضك للخطر.
- إتبع بدقة وصفة الطبيب وطريقة الإستعمال المنصوص عليها وتعليمات الصيدلاني الذي صرفها لك فالطبيب والصيدلاني هما الخبيران بالدواء وبنفعه وضرره.
- لا تقطع مدة العلاج المحددة لك من تلقاء نفسك.
- لا تكرر صرف الدواء بدون وصفة طبية.
- لا تترك الدواء في متناول أيدي الأطفال.

مجلس وزراء العرب وإتحاد الصيادلة العرب

## ٦- كيف يتم تخزين نوفارينج

يجب حفظ نوفارينج بعيداً عن متناول ومرأى الأطفال!  
إذا اكتشفت أن طفلاً قد تعرّض للهرمونات الموجودة في نوفارينج، استشيرى طبيبك.

احفظي نوفارينج في العبوة الأصلية في درجة حرارة أقل من ٣٠°م.  
لا تستعملي نوفارينج إذا كان قد تم صرفها لك منذ أكثر من ٤ شهور، أو إذا كان تاريخ انتهاء الصلاحية قد مضى. تاريخ الصرف وتاريخ الصلاحية مكتوبان كلاهما على العبوة الورقية وعلى الكيس.  
لا تستعملي الحلقة إذا لاحظت تغيراً في لون الحلقة أو أي علامات مرئية تدل على التلف.

## ٧- معلومات أخرى

### ما هي محتويات نوفارينج

\* المواد الفعالة هي إيتونوجستريل (١١,٧ مجم) وإيثينيل إستراديول (٢,٧ مجم)  
\* المواد الأخرى هي: إيثيلين فينيل أسيتات كوبوليمر (نوع من البلاستيك لا يذوب في الجسم) وستيارات ماغنسيوم.

ينطلق إيتونوجستريل وإيثينيل إستراديول من الحلقة بمعدل ٠,١٢٠ مجم/ يوم و٠,٠١٥ مجم/ يوم، كل منهما لمدة ٣ أسابيع.

كيف تبدو نوفارينج وما هي محتويات العبوة  
نوفارينج هي حلقة مرنة، شفافة، عديمة اللون إلى شبه عديمة اللون وعرضها

ارتفاع ضغط الدم.

زيادة الشهية.

ألم في الظهر. تشنجات عضلية. ألم في الساقين أو الذراعين.

نقص الإحساس في الجلد.

ألم أو انتفاخ الثدي. مرض الثدي اللبني التكيسي (تكيسات في الثديين قد يحدث انتفاخ أو ألم).

التهاب عنق الرحم. بوليبيات في عنق الرحم (زوائد في عنق الرحم). انثناء حافة عنق الرحم إلى الخارج (انقلاب خارجي).

إفراز تناسلي. تغيرات في دورات الطمث (مثلاً قد يكون الطمث كثيفاً، أو طويلاً، أو غير منتظم، أو قد يتوقف تماماً)، عناء في الحوض. متلازمة ما قبل الطمث. تشنجات في الرحم.

التهاب المهبل. إحساس حارق. رائحة. ألم. عناء أو جفاف في المهبل أو الفرج. سقوط الشعر. إكزيما. حكة. طفح. أو توهجات ساخنة.

انكسار الحلقة.

الإبلاغ عن الآثار الجانبية النادرة التالية أثناء استخدام نوفارينج في مرحلة ما بعد نسويق: حساسية مفرطة. شرى. عناء في القضيب لدى الزوج (في شكل تهيج. فح. حكة). إذا اشتدت أي من الآثار الجانبية، أو إذا لاحظت أي آثار جانبية غير ذكورة في هذه النشرة. برجاء إبلاغ طبيبك أو الصيدلي.

آثار جانبية شائعة (تحدث في أكثر من ١ من بين ١٠٠ امرأة. ولكن في أقل من ١ من بين ١٠ امرأة).

- \* ألم بطني. غثيان.
- \* عدوى بالفطريات في المهبل (مثلاً في شكل قلاع). عناء في المهبل بسبب الحلقة. حكة في الأعضاء التناسلية. إفراز من المهبل.
- \* صداع أو صداع نصفي. مزاج اكتئابي. نقص الدافع الجنسي.
- \* ألم في الثدي. ألم أثناء الطمث.
- \* حب الشباب.
- \* زيادة وزن الجسم.
- \* سقوط الحلقة إلى الخارج.

آثار جانبية غير شائعة (تحدث في أكثر من ١ من بين ١٠٠٠ امرأة. ولكن في أقل من ١ من بين ١٠٠ امرأة).

- \* خلل في الإبصار. دوار.
- \* انتفاخ البطن. قيء. أو إسهال. أو إمساك.
- \* شعور بالتعب. أو التوعك. أو العصبية. تغيرات في المزاج.
- \* سائل زائد في الجسم (وذمة).
- \* التهاب المثانة أو المسالك البولية.
- \* صعوبة أو ألم أثناء التبول. رغبة شديدة أو إلحاحية في التبول. التبول بشكل أكثر تكراراً.
- \* مشاكل أثناء الاتصال الجنسي. يشمل الألم. أو النزف. أو شعور الزوج بوجود الحلقة.

• تركتِ نوفارينج في موضعها لأكثر من ٤ أسابيع. لا تبدأي في استعمال الحلقة التالية إلى أن يخبرك طبيبك بعمل ذلك.

• لم تحدث دورة الطمث لديك مرتين على التوالي أو اشتبهت في أنك حامل. لا تبدأي في استعمال الحلقة التالية إلى أن يخبرك طبيبك بعمل ذلك.

• كانت لديك إلحاحية، أو تواتر، أو حُرقة، و/أو ألم في التبول. ولا يمكنك تحديد موضع الحلقة في المهبل. هذه الأعراض قد تدل على وضع نوفارينج في المثانة البولية على سبيل الخطأ.

• إذا كنت تشعرين بالحلقة في المهبل، ولكنك غير قادرة على إخراجها.

• انزعي نوفارينج واتصلي بطبيبك فوراً إذا لاحظت علامات تشير إلى احتمال حدوث جلطة دموية. الأعراض المذكورة في البند ٢-٢ "الجلطات الدموية".

## ٥- الآثار الجانبية الممكنة

شأنها شأن جميع الأدوية، فإن نوفارينج قد تسبب آثاراً جانبية، وإن كانت لا تحدث للجميع. التفاعلات الخطيرة التي شوهدت مع نوفارينج، وكذلك الأعراض المرتبطة بها، المذكورة في البند ٢-٢ "الجلطات الدموية" و "السرطان".

أبلغت مستخدمات نوفارينج عن الآثار الجانبية التالية:

## ٤- متى يجب أن تتصلي بطبيبك

اتصلي بطبيبك في أسرع وقت ممكن إذا:

- \* لاحظت أي تغييرات في صحتك، ولا سيما تلك المتعلقة بأي من البنود المذكورة في هذه النشرة (انظري أيضاً البند ٢-١ "متى يجب ألا تستعملي نوفارينج" والبند ٢-٢ "متى يجب توخي الحذر عند استعمال نوفارينج").
- \* احتجت إلى تثبيت الحركة أو إجراء عملية جراحية. أخبري طبيبك قبلها بأربعة أسابيع على الأقل (انظري أيضاً في البند ٢-٢ "الجلطات الدموية")
- \* شعرت بكتلة في ثديك. هذا العرض قد يُشير إلى سرطان في الثدي (انظري أيضاً في البند ٢-٢ "السرطان").
- \* حدثت لديك أعراض الوذمة الوعائية مثل تورم الوجه، اللسان، وأو الحلق وأو صعوبة في البلع أو شرى مع صعوبة في التنفس.
- \* حدثت لديك ألم شديد في البطن.
- \* حدثت لديك نزف شديد، غير معتاد من المهبل. هذا العرض قد يشير إلى سرطان في عنق الرحم.
- \* احتجت إلى استعمال أدوية أخرى (انظري أيضاً في البند ٢-٢ "استعمال أدوية أخرى").
- \* ظلت الحلقة خارج المهبل لأكثر من ٣ ساعات في الأسبوع الأول من الاستعمال وحدث اتصال جنسي في السبعة أيام السابقة.
- \* نسيت أن تضعي حلقة جديدة بعد فترة السبعة أيام الخالية من الحلقة.

الفترة الخالية من الحلقة (ولكن ممنوع إطالتها!).

على سبيل المثال، إذا كانت الفترة الخالية من الحلقة تبدأ يوم الجمعة، يمكنك تغييرها إلى يوم الثلاثاء (أي مبكرة ٣ أيام). استعملي ببساطة الحلقة التالية قبل ٣ أيام من المعتاد.

إذا جعلتِ الفترة الخالية من الحلقة قصيرة جداً (مثلاً ٣ أيام أو أقل)، ربما لا يحدث لديك النزف المعتاد. ربما يحدث لديك تبقيع (نقط أو بقع من الدم) أو نزف اقتحامي أثناء استعمال الحلقة التالية.

أردتِ تأخير دورة الطمث لديكِ

يمكنك تأخير دورة الطمث لديكِ (النزف الانسحابي) باستعمال حلقة جديدة فوراً بعد إخراج الحلقة الحالية، مع عدم إتاحة فترة خالية من الحلقة بين الحلقتين. يمكنك ترك الحلقة الجديدة في مكانها بحد أقصى ٣ أسابيع. ربما يحدث لديك تبقيع (نقط أو بقع من الدم) أو نزف اقتحامي أثناء استعمال هذه الحلقة الجديدة. عندما ترغبين في بدء دورة الطمث، انزعي الحلقة ببساطة. خذي الفترة المعتادة الخالية من الحلقة لمدة أسبوع واحد وبعد ذلك استعملي حلقة جديدة.

أردتِ التوقف عن استعمال نوفارينج

يمكنك التوقف عن استعمال نوفارينج في أي وقت تريدينه.

إذا كنتِ ترغبين في عدم الحمل، اسألي طبيبك عن وسائل أخرى لمنع الحمل.

إذا أوقفتِ استعمال نوفارينج لأنك ترغبين في الحمل، يجب أن تنتظري حتى حدوث الطمث الطبيعي قبل أن تحاولي الحمل. هذا سيساعدك على حساب موعد ولادة الطفل.



اتصلي بطبيبك قبل البدء في استعمال حلقة جديدة.

لم تحدث لك إحدى دورات الطمث

\* مع التزامك بتعليمات استعمال نوفارينج

إذا لم تحدث إحدى دورات الطمث لديك ولكنك التزمت بتعليمات استعمال

نوفارينج، ولم تستعملي أدوية أخرى، فمن المستبعد جداً أن تكوني حاملاً. استمري

في استعمال نوفارينج كالمعتاد. أما إذا لم تحدث دورة الطمث لديك مرتين على

التوالي، فربما يوجد حمل. أخبري طبيبك فوراً. لا تبدأي في استعمال نوفارينج

التالية إلا بعد أن يفحصك طبيبك للتأكد من عدم وجود حمل.

\* مع عدم التزامك بتعليمات استعمال نوفارينج

إذا لم تحدث إحدى دورات الطمث لديك وكنيت غير ملتزمة بتعليمات استعمال

نوفارينج، ولم تحدث دورة الطمث المتوقعة في أول فترة معتادة خالية من الحلقة،

فربما يوجد حمل. اتصلي بطبيبك قبل البدء في استعمال نوفارينج جديدة.

حدث لديك نزف غير متوقع

أثناء استعمال نوفارينج. قد يحدث لدى بعض النساء نزف مهبلي غير متوقع بين

الدورات الشهرية. ربما تحتاجين إلى استعمال فوط صحية. على أي حال، اتركي الحلقة

في المهبل واستمري في استعمال الحلقة كالمعتاد. إذا استمر النزف غير المنتظم، أو

إذا أصبح كثيفاً، أو إذا بدأ من جديد، أخبري طبيبك.

أردت تغيير أول يوم في دورة الطمث لديك

إذا التزمت بتعليمات استعمال نوفارينج، ستبدأ دورة الطمث لديك (النزف

الانسحابي) في الفترة الخالية من الحلقة. إذا أردت تغيير يوم ابتدائها، يمكنك إنقاص

مفرطة لأن الحلقة لن تطلق كمية أكبر من الهرمونات المانعة للحمل. إذا انكسرت نوفارينج، تكون الحلقة أكثر عرضة للطرد (انظري البند ٣-٤ "ماذا تفعلين إذا ... ظلت الحلقة خارج المهبل لفترة مؤقتة"). لذلك إذا لاحظت أن نوفارينج مكسورة، تخلصي من الحلقة واستبدليها بحلقة جديدة في أسرع وقت ممكن.

**أدخلت أكثر من حلقة واحدة**

لا توجد تقارير عن حدوث آثار ضارة خطيرة بسبب تجاوز جرعة الهرمونات الموجودة في نوفارينج. إذا كنت قد أدخلت أكثر من حلقة واحدة على سبيل الخطأ، ربما يحدث لديك غثيان، أو قيء، أو نزف مهبلي. أخرجي الحلقات الزائدة واتصلي بطبيبك إذا استمرت هذه الأعراض.

### **نسييت إدخال حلقة جديدة بعد الفترة الخالية من الحلقة**

إذا زادت الفترة الخالية من الحلقة عن ٧ أيام، استعملي حلقة جديدة بمجرد أن تتذكرها. استعملي وسيلة إضافية لمنع الحمل (مثل العازل الطبي) إذا حدث اتصال جنسي خلال السبعة أيام التالية. إذا حدث اتصال جنسي في الفترة الخالية من الحلقة، فهناك احتمال بأن يحدث حمل. في هذه الحالة اتصلي بطبيبك فوراً. كلما طاللت الفترة الخالية من الحلقة، كلما زادت المخاطرة بحدوث حمل.

**نسييت أن تنزعي الحلقة**

\* إذا ظلت الحلقة في مكانها بين ٣ و ٤ أسابيع، سيظل مفعولها سارياً في منع الحمل. خذي الفترة المعتادة الخالية من الحلقة لمدة أسبوع واحد ثم استعملي حلقة جديدة.

\* إذا ظلت الحلقة في مكانها لأكثر من ٤ أسابيع، هناك احتمال بأن يحدث حمل.

الحمل. أعيدي الحلقة إلى المهبل في أسرع وقت ممكن ولكن خلال ٣ ساعات على الأكثر.

\* إذا ظلت الحلقة خارج المهبل، أو إذا اشتبهت أنها ظلت خارج المهبل لأكثر من ٣ ساعات خلال الأسبوع الأول والثاني، فربما يبطل مفعولها المانع للحمل. أعيدي الحلقة إلى المهبل بمجرد أن تتذكرها، واطريها بلا انقطاع لمدة ٧ أيام على الأقل. يُنصَح باستخدام عازل طبي إذا حدثت معاشرة جنسية خلال هذه الأيام السبعة. إذا كنتِ في أسبوعك الأول، وحدثت معاشرة جنسية خلال السبعة أيام السابقة، فهناك احتمال بأن يحدث حمل. في هذه الحالة اتصلي بطبيبك.

\* إذا ظلت الحلقة خارج المهبل، أو إذا اشتبهت أنها ظلت خارج المهبل لأكثر من ٣ ساعات خلال الأسبوع الثالث، فربما يبطل مفعولها المانع للحمل. تخلصي من هذه الحلقة واختاري أحد الاختيارين التاليين:

١- استعملي حلقة جديدة في الحال.

بذلك ستبدأ فترة الاستعمال التالية لمدة ٣ أسابيع. ربما لن يحدث لديك طمث، وإنما قد يحدث نزف اقترامي أو تبقيع.

٢- لا تُعدي الحلقة مرة أخرى. انتظري حتى يحدث الطمث أولاً ثم استعملي حلقة

جديدة بعد مدة لا تزيد عن ٧ أيام منذ وقت إخراج الحلقة السابقة أو سقوطها.

لا ينبغي اتخاذ هذا الاختيار إلا إذا كنتِ قد استعملت نوفارينج خلال السبعة أيام السابقة باستمرار.

انكسرت الحلقة

في أحيان نادرة جداً قد تنكسر نوفارينج. لا يُرجَّح أن تؤدي الحلقة المكسورة إلي جرعة

\* بعد السقط أو الإجهاض  
سينصحك طبيبك بما يجب عمله.

### ٤-٣ ماذا تفعلين إذا ...

#### ظردت الحلقة من المهبل عن غير قصد

ربما تطرد نوفارينج من المهبل عن غير قصد. مثلاً إذا لم يتم إدخالها بالطريقة الصحيحة. أو أثناء إخراج حشوة قطنية. أو أثناء الاتصال الجنسي. أو بسبب الإمساك. أو إذا كان لديك سقوط في الرحم. لذلك فمن العادات الجيدة أن تتأكد بصفة دورية من أن الحلقة لا زالت في المهبل.

إذا ظلت الحلقة خارج المهبل لأقل من ٣ ساعات. سيظل مفعولها سارياً في منع الحمل. يمكنك شطف الحلقة بالماء البارد أو الدافئ (لا تستعملي الماء الساخن) وإعادتها إلى مكانها. إذا ظلت الحلقة خارج المهبل لأكثر من ٣ ساعات. فرما يبطل مفعولها المانع للحمل. انظري النصيحة في البند ٤-٣ "ماذا تفعلين إذا ... ظلت الحلقة خارج المهبل لفترة مؤقتة".

#### ظلت الحلقة خارج المهبل لفترة مؤقتة

عندما تكون نوفارينج في المهبل. فإنها تطلق هرمونات في الجسم لمنع الحمل. إذا ظلت الحلقة خارج المهبل لأكثر من ٣ ساعات. فرما يبطل مفعولها المانع للحمل. لذلك لا ينبغي أن تظل الحلقة خارج المهبل لأكثر من ٣ ساعات من كل ٢٤ ساعة. \* إذا ظلت الحلقة خارج المهبل لأقل من ٣ ساعات. سيظل مفعولها سارياً في منع

أنت لست حاملاً، يمكنك أيضاً التوقف عن استعمال اللصوق في أي يوم، والبدء فوراً في استعمال نوفارينج.

\* استعملت قرصاً صغيراً (قرصاً يحتوي على بروجستاجين فقط) خلال الشهر الأخير

يمكنك التوقف عن استعمال القرص الصغير في أي يوم والبدء في استعمال نوفارينج في اليوم التالي، في نفس الموعد الذي كنت ستأخذين فيه القرص. ولكن احرصي أيضاً على استعمال وسيلة إضافية لمنع الحمل (مثل العازل الطبي) خلال السبعة أيام الأولى من استعمال الحلقة.

\* استعملت وسيلة لمنع الحمل بالحقن أو بالغرس أو وسيلة لمنع الحمل داخل الرحم (IUD) ينطلق منها بروجستاجين خلال الشهر الأخير.

ابدأي في استعمال نوفارينج عند حلول موعد الحقنة التالية أو في يوم نزع الغرس أو نزع وسيلة منع الحمل داخل الرحم (IUD) التي ينطلق منها بروجستاجين. ولكن احرصي أيضاً على استعمال وسيلة إضافية لمنع الحمل (مثل العازل الطبي) خلال السبعة أيام الأولى من استعمال الحلقة.

\* بعد الولادة

إذا كنت قد ولدت للتو، ربما يطلب منك طبيبك أن تنتظري حتى بعد أول طمث طبيعي قبل أن تبدأي في استعمال نوفارينج. أحياناً يمكنك البدء قبل ذلك. سينصحك طبيبك بما يجب عمله. إذا كنت ترضعين طفلك رضاعة طبيعية وتريدين استعمال نوفارينج يجب أن تناقشي ذلك أولاً مع طبيبك.

احتياطات أخرى لمنع الحمل.

يمكنك أيضاً البدء في استعمال نوفارينج بين اليوم ٢ واليوم ٥ من دورة الطمث. ولكن إذا حدثت معاشرة جنسية خلال الـ ٧ أيام الأولى من استعمال نوفارينج، احرص على استعمال أيضاً وسيلة إضافية لمنع الحمل (مثل العازل الطبي). ستحتاجين إلى اتباع هذه النصيحة فقط عند استعمال نوفارينج للمرة الأولى. \* استعملت أقراصاً مشتركة لمنع الحمل خلال الشهر الماضي.

ابدأي في استعمال نوفارينج بحد أقصى في اليوم التالي للفترة الخالية من الأقراص الحالية. إذا كانت عبوة أقراص منع الحمل التي تستعملينها تحتوي أيضاً على أقراص غير نشطة، ابدأي في استعمال نوفارينج بحد أقصى في اليوم التالي لآخر قرص غير نشط. إذا كنت غير متأكدة من نوع الأقراص المستخدمة، اسأل طبيبك أو الصيدلي. لا تمدد الفترة الخالية من الهرمون في عبوتك الحالية من أقراص منع الحمل لأطول من المدة الموصى بها.

إذا كنت قد استعملت الأقراص بطريقة منتظمة وصحيحة، وإذا كنت متأكدة من أنك لست حاملاً، يمكنك أيضاً التوقف عن استعمال الأقراص في أي يوم من عبوتك الحالية من أقراص منع الحمل، والبدء فوراً في استعمال نوفارينج. \* استعملت لصوقاً عبر الجلد خلال الشهر الأخير.

ابدأي في استعمال نوفارينج بحد أقصى في اليوم التالي للفترة المعتادة الخالية من استعمال اللصوق. لا تمدد الفترة الخالية من استعمال اللصوق لأطول من المدة الموصى بها.

إذا كنت قد استعملت اللصوق بطريقة منتظمة وصحيحة، وإذا كنت متأكدة من

### ٣-٢ ثلاثة أسابيع استعمال، أسبوع واحد بدون استعمال

١- ابتداء من اليوم الذي تضعين فيه الحلقة المهبلية. يجب أن تظل في موضعها بصفة مستمرة لمدة ٣ أسابيع.

٢- بعد ٣ أسابيع أخرجي الحلقة في نفس اليوم من الأسبوع. وفي نفس الساعة تقريباً التي تم إدخالها فيها. على سبيل المثال، إذا كنت قد أدخلتِ نوفارينج يوم الأربعاء في الساعة العاشرة مساءً تقريباً. يجب أن تنزعها بعد ٣ أسابيع يوم الأربعاء في الساعة العاشرة مساءً تقريباً.

٣- بعد نزع الحلقة. لا تستعملي أي حلقة لمدة أسبوع. خلال هذا الأسبوع من المفترض أن يحدث نزف من المهبل، وهو يبدأ عادةً بعد ٢-٣ أيام من نزع نوفارينج.

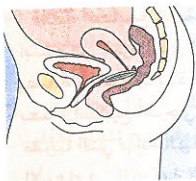
٤- ابدئي في استعمال حلقة جديدة مباشرة بعد فترة الأسبوع (أيضاً في نفس اليوم من الأسبوع وفي نفس الساعة تقريباً). حتى إذا كان النزف لم يتوقف بعد. إذا تم إدخال الحلقة الجديدة بتأخير أكثر من ٣ ساعات، قد تنخفض الحماية من الحمل. اتبعي التعليمات في البند ٣-٤ "ماذا تفعلين إذا ... نسيت إدخال حلقة جديدة بعد الفترة الخالية من الحلقة".

إذا استعملتِ نوفارينج كما هو مذكور عاليه، سيحدث النزف المهبلي لديك كل شهر في نفس الأيام تقريباً.

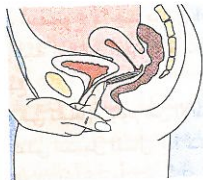
### ٣-٣ متى تبدأين بالحلقة الأولى

\* لم تستخدمي وسيلة هرمونية لمنع الحمل خلال الشهر الماضي.

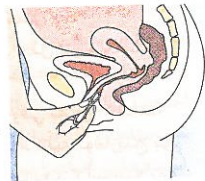
أدخلي أول نوفارينج في اليوم الأول من دورتك الطبيعية (أي في اليوم الأول من دورة الطمث لديك). تبدأ نوفارينج تزاوول مفعولها في الحال. لن تحتاجي إلي اتخاذ أي



شكل ء ج

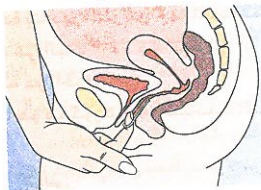


شكل ء ب



شكل ء أ

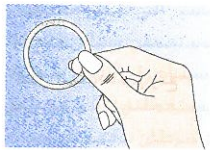
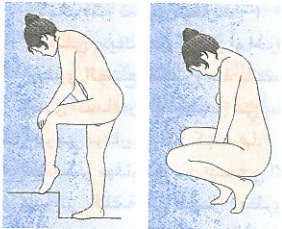
ادخلي الحلقة في المهبل بيد واحدة (صورة ء أ)، لو كان لازما يمكنك فرد الشفة باليد الأخرى. ادخلي الحلقة في المهبل حتي تشعرين بوضعه مريحا (شكل ء ب). اتركي الحلقة في مكانها لمدة ثلاثة أسابيع (شكل ء ج)



شكل ء هـ

يكن ازالة نوفارينج عن طريق اشباك الاصبع السبابة تحت الحلقة أو عن طريق وضع الحلقة بين السبابة والاصبع الأوسط وجذبه الي الخارج.





شكل ١

اخرجي نوفارينج من الكيس



شكل ٢

اضغطي حلقة النوفارينج

شكل ٣

اختاري وضع مريح لادخال الحلقة

"كيف يتم تخزين نوفارينج".

- ١- اغسلي يديك قبل إدخال أو إخراج الحلقة.
- ٢- اختاري الوضع الأكثر راحة بالنسبة لك أثناء إدخال الحلقة، مثل الوقوف مع رفع إحدى الساقين. أو الجلوس في وضع القرفصاء، أو الاستلقاء.
- ٤- أخرجي نوفارينج من كيسها.
- ٥- امسكي نوفارينج بين اصبعي الإبهام والسبابة، اضغطي الجانبين المتقابلين معاً. وأدخلي الحلقة في المهبل (انظري الأشكال ١-٤). عندما تكون نوفارينج في موضعها يجب ألا تشعري بأي شيء. إذا شعرت بعدم الراحة، ادفعي نوفارينج برفق إلى الداخل قليلاً. الوضع الدقيق للحلقة داخل المهبل ليس مهماً.
- ١- بعد ٣ أسابيع أخرجي نوفارينج من المهبل. يمكنك عمل ذلك بأن تثبتي إصبعك السبابة تحت الحافة الأمامية للحلقة أو بأن تمسكي الحافة وتسحبها للخارج (انظري الشكل ٥).
- ١- تخلصي من الحلقة المستخدمة بإلقائها في القمامة المنزلية العادية، يُفضّل داخل الكيس القابل لإعادة إغلاقه. لا تلقي نوفارينج في المراض.

تشير إلى نقص معدلات حدوث الاضطرابات الخطيرة التالية في النساء اللاتي يستعملن وسائل منع الحمل الهرمونية التي تحتوي على ٥٠ ميكروجرام إيثينيل إستراديول (أقراص منع الحمل "ذات الجرعة العالية") عن النساء اللاتي لا يستعملنها. هذا قد ينطبق أيضاً على نوفارينج غير أنه لم يتم تأكيده.

\* سرطان بطانة الرحم

\* سرطان المبيض

\* مرض الثدي الحميد

\* تكيسات المبيض

\* التهابات الحوض (المرض الالتهابي بالحوض أو PID)

\* الحمل المنتبذ (الحمل الذي ينغرس فيه الجنين خارج الرحم)

### ٣- كيف تستعملين نوفارينج

يمكنك إدخال وإخراج نوفارينج بنفسك. سيخبرك طبيبك متى تبدأين في استعمال نوفارينج لأول مرة. يجب إدخال الحلقة المهبلية في اليوم الصحيح من الدورة الشهرية (انظري البند ٣-٣ "متى تبدأين بالحلقة الأولى") ويجب تركها في مكانها لمدة ٣ أسابيع متتالية. من العادات الجيدة أن تتأكدي بصفة دورية من أن الحلقة لا زالت في المهبل. بعد الأسبوع الثالث، أخرجي نوفارينج واستمري بدونها لمدة أسبوع. ستحدث لك عادة دورة الطمث خلال هذه الفترة الخالية من الحلقة.

### ٣-١ كيف يتم إدخال ونزع نوفارينج

١- قبل إدخال الحلقة، تأكدي من أنها ليست منتهية الصلاحية (انظري البند ٦

تقليل فاعلية نوفارينج المانعة للحمل.

### الاختبارات العملية

عند إجراء أي اختبارات للدم أو للبول، أخبري مقدّم الرعاية الصحية أنك تستعملين نوفارينج حيث أنها قد تؤثر على نتائج بعض الاختبارات.

### الحمل

لا ينبغي استعمال نوفارينج في النساء الحوامل، أو اللاتي يشتبهن في وجود حمل. إذا حبلت أثناء استعمال نوفارينج، انزعي الحلقة واتصلي بطبيبك. إذا رغبت في وقف استعمال نوفارينج لأنك ترغبين في الحمل، انظري البند ٣-٤ "ماذا تفعلين إذا ... أردت التوقف عن استعمال نوفارينج".

### الإرضاع

لا يوصى عادةً باستعمال نوفارينج أثناء الإرضاع. إذا رغبت في استعمال نوفارينج أثناء الإرضاع، برجاء أن تستشيري طبيبك.

### القيادة وتشغيل الآلات

لا يُرجَّح أن تؤثر نوفارينج على قدرتك على القيادة أو تشغيل الآلات.

### المزيد عن وسائل منع الحمل الهرمونية

وسائل منع الحمل الهرمونية المشتركة، مثل نوفارينج، قد تكون لها أيضاً فوائد صحية غير منع الحمل.

قد يصبح الطمث لديك أخف وأقصر في مدته، وهذا يؤدي إلى انخفاض مخاطرة الأنيميا، قد تقل آلام الطمث في شدتها، أو قد تختفي تماماً. قد يقتصر الطمث على الفترة الخالية من الحلقة عند استعمال نوفارينج. بالإضافة إلى ذلك، فإن التقارير

بعض الأدوية قد تسبب مشاكل معيّنة عندما تستعملين وسائل منع الحمل الهرمونية، مثل نوفارينج.

\* هناك أدوية قد تقلل فاعلية نوفارينج في منع الحمل، أو قد تسبب نزفاً غير متوقع. هذه تشمل الأدوية المستخدمة لعلاج:

- الصرع (مثل برميديون، فينيتوين، باربيتورات، كربامازيبين، أو كسكربامازيبين، توبيرامات، فيلبامات)؛

- الدرن (مثل ريفامبيسين)؛

- عدوى HIV (مثل ريتونافير)؛

- الأمراض المعدية الأخرى (المضادات الحيوية باستثناء أموكسيلين، ودوكسيسيسكلين، اللذين ثبت أنهما لا يؤثران على انطلاق الهرمون من نوفارينج).

\* قد يؤدي أيضاً المستحضر العشبي المُسمى عُشبة سان جون إلى إبطال مفعول نوفارينج. إذا رغبت في استعمال مستحضرات عشبية تحتوي على عُشبة سان

جون أثناء استعمال نوفارينج، يجب أن تستشير طبيبك أولاً.

\* قد تؤدي أيضاً نوفارينج إلى إعاقة مفعول أدوية أخرى - مثل سيكلوسبورين ومضاد الصرع لاموتريجين.

يمكنك استعمال الحشوات القطنية أثناء استعمال نوفارينج. أدخل نوفارينج قبل إدخال الحشوة. يجب توخي الحذر عند إخراج الحشوة للتأكد من عدم إخراج الحلقة بدون قصد. إذا خرجت الحلقة، اشطفها ببساطة بالماء البارد إلى الدافئ وأعيدي إدخالها في الحال.

لا يؤدي استعمال مبيدات الحيوانات المنوية أو مستحضرات الخمائر المهبلية إلى

معدل حدوث سرطان الثدي تتناقص تدريجياً بعد وقف استعمال أقراص منع الحمل المشتركة، حتى أنه بعد ١٠ سنوات من وقف الاستعمال تكون المخاطرة الزائدة قد تلاشت.

من المهم أن تفحصي ثدييك بصفة دورية، ويجب أن تتصلي بطبيبك إذا شعرت بأي كتلة، يجب أيضاً أن تخبري طبيبك إذا كانت إحدى قريباتك المقربات لديها أو حدث لديها من قبل سرطان في الثدي (انظري البند ٢-٢ "متى يجب توخي الحذر عند استعمال نوفارينج").

في حالات نادرة، وردت تقارير عن حدوث أورام كبدية حميدة، وفي حالات أقل أورام كبدية خبيثة، في النساء اللاتي يستعملن أقراص منع الحمل. اتصلي بطبيبك إذا حدث لديك ألم شديد غير معتاد في البطن. إن العدوى المزمنة بفيروس الورم الحليمي البشري (HPV) هي أهم عامل مخاطرة لسرطان عنق الرحم. في النساء اللاتي يستعملن وسائل منع الحمل المشتركة التي تؤخذ بالفم لمدة طويلة، قد تزيد قليلاً فرصة الإصابة بسرطان عنق الرحم. والسبب في ذلك قد لا يكون أقراص منع الحمل في حد ذاتها وإنما قد يكون متعلقاً بالسلوك الجنسي والعوامل الأخرى.

### استعمال أدوية أخرى

أخبري دائماً الطبيب الذي نصحك باستعمال نوفارينج، عن الأدوية أو مستحضرات الأعشاب التي تستعملينها بالفعل. أيضاً أخبري أي طبيب آخر أو طبيب أسنان يصف لك أدوية أخرى (أو الصيدلي الذي يصرف لك الأدوية) أنك تستعملين نوفارينج. ففي إمكانهم أن يخبروك عما إذا كنتِ تحتاجين إلى اتخاذ احتياطات إضافية لمنع الحمل، وإذا كان الأمر كذلك فحتى متى.

جلطة دموية مثل:

\* ألم غير معتاد و/أو تورم في إحدى الساقين.

\* ألم شديد في الصدر قد يصل إلى الذراع الأيسر:

\* لهث مفاجئ؛

\* سعال مفاجئ بدون سبب واضح؛

\* أي صداع غير معتاد، أو شديد، أو لمدة طويلة، أو تفاقم الصداع النصفي؛

\* فقدان بصر جزئي أو كامل أو ازدواج الرؤية؛

\* صعوبة في الكلام أو عدم القدرة على الكلام؛

\* دوام أو إغماء؛

\* ضعف، أو إحساس غريب، أو خدر في أي جزء من الجسم.

عقب الجلطة الدموية، لا يكون دائماً التعافي كاملاً. في أحيان قليلة جداً قد يحدث

عجز شديد ومستديم أو ربما تكون الجلطة الدموية قاتلة.

## السرطان

المعلومات المذكورة أدناه تم الحصول عليها في الدراسات على وسائل منع الحمل

المشتركة التي تؤخذ بالفم، وهي قد تنطبق أيضاً على نوفارينج. لا توجد معلومات

بشأن الاستعمال المهبل للهرمونات المانعة للحمل (كما في نوفارينج).

وُجدت زيادة طفيفة في معدل حدوث سرطان الثدي في النساء اللاتي يستعملن

أقراص منع الحمل المشتركة، ولكن لا يُعرف ما إذا كان هذا ناجماً عن العلاج. على

سبيل المثال، ربما تُكتشف الأورام أكثر في النساء اللاتي يستعملن أقراص منع الحمل

المشتركة لأنهن يخضعن للفحص من الطبيب بشكل أكثر تكراراً. إن الزيادة في

الجلطة الدموية في أحد شرايين القلب تسبب نوبة قلبية، أو في الدماغ تسبب سكتة دماغية.

عند استعمال وسيلة هرمونية مشتركة لمنع الحمل، يكون ذلك أيضاً مصحوباً بارتفاع مخاطرة حدوث جلطات شريانية. هذه المخاطرة تزيد أكثر:

\* كلما كنتِ أكبر سنّاً؛

\* إذا كنتِ تدخينين. عند استعمال وسيلة هرمونية مشتركة لمنع الحمل مثل نوفارينج ينصح بشدة أن تقلعي عن التدخين، ولا سيما إذا كنتِ قد تجاوزت

٣٥ سنة من العمر تقريباً؛

\* إذا كان وزنك زائداً؛

\* إذا كان لديك ارتفاع في ضغط الدم. إذا حدث لديك ارتفاع في ضغط الدم أثناء استعمال نوفارينج، ربما يُطلب منك وقف استعماله؛

\* إذا كان أحد أقاربك المقربين قد أصيب بنوبة قلبية أو سكتة دماغية في سن مبكرة؛

\* إذا كان لديك ارتفاع في مستوى الدهون في الدم (الكوليسترول أو الجلسريدات الثلاثية)؛

\* إذا كان لديك مرض السكر؛

\* إذا كنت تعانين من الصداع النصفي؛

\* إذا كانت لديك مشكلة في القلب (مشكلة في أحد الصمامات، اضطراب في النظم القلبي).

أعراض الجلطات الدموية

انزعجي نوفارينج واتصلي بطبيبك فوراً إذا لاحظت علامات قد تدل على حدوث



يحدث ذلك في أوردة الساق، أو الرئة (انصمام رئوي)، أو الأعضاء الأخرى. عند استعمال أي وسيلة هرمونية مشتركة لمنع الحمل، بما في ذلك نوفارينج، يؤدي ذلك إلى زيادة مخاطرة حدوث الجلطة الوريدية بالمقارنة مع المرأة التي لا تستعمل أي وسيلة هرمونية مشتركة لمنع الحمل. والمخاطرة ليست مرتفعة مثل مخاطرة حدوث جلطة دموية أثناء الحمل، لا يُعرّف بعد كيف يؤثر نوفارينج على مخاطرة حدوث جلطة دموية بالمقارنة مع أقراص منع الحمل.

إذا كنت تستعملين وسيلة هرمونية مشتركة لمنع الحمل، تحدث زيادة إضافية في مخاطرة إصابتك بجلطة وريدية:

- \* كلما كنت أكبر سناً؛
- \* إذا كان أحد أقاربك المقربين قد أصيب بجلطة دموية في الساق، أو الرئة، أو أي عضو آخر في سن مبكرة؛
- \* إذا كان وزنك زائداً؛
- \* إذا كنت تحتاجين لإجراء عملية جراحية، أو إذا كنت لا تتحركين لمدة طويلة بسبب إصابة، أو مرض، أو بسبب وضع ساقك في جبيرة.

إذا كان هذا ينطبق عليك، من المهم أن تخبري طبيبك أنك تستعملين نوفارينج، وذلك لأنه قد يلزم وقف العلاج. ربما يطلب منك طبيبك وقف استعمال وسيلة منع الحمل الهرمونية لعدة أسابيع قبل الجراحة أو في فترة تقليل الحركة. سيخبرك أيضاً طبيبك متى يمكنك استئناف استعمال نوفارينج بعد أن تستعيدي الحركة.

الجلطات الدموية في أحد الشرايين  
الجلطة الدموية في أحد الشرايين قد تسبب مشاكل خطيرة. على سبيل المثال، فإن

\* إذا كان لديك مرض كرون أو الالتهاب القولوني التقرحي (مرض التهابي مزمن بالإمعاء):

\* إذا كان لديك SLE (الذأب الحمامي الجهازى؛ مرض يصيب جهاز المناعة الطبيعية):

\* إذا كان لديك HUS (المتلازمة اليوريمية الانحلالية؛ اضطراب في تجلط الدم يسبب الفشل الكلوي):

\* إذا كانت لديك حالة مرضية حدثت لأول مرة أو اشتدت أثناء الحمل أو أثناء استعمال

سابق للهرمونات الجنسية (مثلاً الصمم، البورفيرية (مرض في الدم)، الهريس

المصاحب للحمل [طفح جلدي مع حويصلات أثناء الحمل]، رقص سيدنهايم [مرض

في الأعصاب فيه تحدث حركات مفاجئة في الجسم]:

\* إذا كان لديك (أو حدث لديك من قبل) كلف [بقع ذات لون بني مائل إلى الأصفر.

تسمى بقع الحمل، بصفة خاصة على الوجه]: في هذه الحالة تجنبى التعرض الكثير

للشمس أو للضوء فوق البنفسجى؛

\* إذا كانت لديك حالة صحية تجعل من الصعب استعمال نوافرينج - مثلاً إذا كنتِ

تعانين من الإمساك، أو من سقوط عنق الرحم، أو من حدوث ألم أثناء الاتصال

الجنسى.

\* إذا أُجريت عملية جراحية، أو لا تتحركين لمدة طويلة (انظري في البند ٢-٢ الجلطات

الدموية).

الجلطات الدموية

الجلطات الدموية في أحد الأوردة

الجلطة الدموية في أحد الأوردة (تسمى جلطة وريدية) يمكن أن تسد الوريد. قد

\* إذا كان لديك (أو حدث لديك من قبل) مرض كبدي شديد ولا زال كبديك مضطرب في وظيفته.

\* إذا كان لديك (أو حدث لديك من قبل) ورم حميد أو خبيث في الكبد.

\* إذا كان لديك (أو حدث لديك من قبل) سرطان في الثدي أو في الأعضاء التناسلية.

\* إذا كان لديك أي نزف مهبلي غير معروف السبب.

\* إذا كانت لديك حساسية تجاه إيثينيل إستراديول أو إيتونوجستريل، أو أي من المكونات الأخرى في نوفارينج.

إذا ظهرت أي من هذه الحالات الصحية لأول مرة أثناء استعمال نوفارينج، انزعي

الحلقة فوراً واتصلي بطبيبك. في هذه الأثناء، اتخذي إجراءات غير هرمونية لمنع

الحمل. بشأن العلامات التي قد تدل على حدوث جلطة دموية انظري في البند ٢-٢

"الجلطات الدموية".

٢-٢ متى يجب توخي الحذر عند استعمال نوفارينج

في بعض الحالات يجب توخي الحذر الخاص عند استعمال وسيلة هرمونية مشتركة

لمنع الحمل.

أخبري طبيبك إذا انطبقت عليك أي من الحالات الصحية التالية. أيضاً إذا نشأت

الحالة الصحية أو إذا ساءت أثناء استعمال نوفارينج يجب أن تخبري طبيبك:

\* إذا كانت إحدى قريباتك المقربات لديها أو أصيبت من قبل بسرطان الثدي؛

\* إذا كان لديك صرع (انظري في البند ٢-٢ "استعمال أدوية أخرى")؛

\* إذا كان لديك مرض بالكبد (مثلاً يرقان) أو مرض بالحويصلة المرارية (مثلاً حصوات

مرارية)؛

شأنها شأن سائر وسائل منع الحمل الهرمونية، فإن نوافرينج لا تحمي من عدوى HIV (الإيدز) أو أي مرض آخر ينتقل بالاتصال الجنسي.

## ١-٢ متى يجب ألا تستعملي نوافرينج

في بعض الحالات يجب ألا تستعملي وسائل منع الحمل الهرمونية المشتركة. أخبري طبيبك إذا انطبق عليك أي من الأحوال التالية. عندئذ قد ينصحك طبيبك باستعمال وسيلة مختلفة (غير هرمونية) لمنع الحمل.

\* إذا كانت لديك (أو حدثت لديك في أي وقت سابق) جلطة دموية (جلطة وريدية) في أحد الأوعية الدموية بالساقين، أو الرئتين (انصمام) أو الأعضاء الأخرى.

\* إذا حدثت لديك في أي وقت سابق نوبة قلبية، أو سكتة دماغية، أو إذا كنت تعانين (أو عانيت في أي وقت سابق) من حالة صحية قد تمثل أولى علامات النوبة القلبية (مثل الذبحة الصدرية، أو الألم الصدري الشديد)، أو السكتة الدماغية (مثلاً نوبة إقفار عابرة [TIA - سكتة دماغية طفيفة مؤقتة]).

\* إذا كان لديك عنصر مخاطرة شديد، أو عدة عوامل مخاطرة بحدوث جلطة دموية - انظري أيضاً في البند ٢-٢ "الجلطات الدموية".

\* إذا كان لديك اضطراب يؤثر على جلط الدم، مثلاً نقص البروتين سي.

\* إذا كان لديك (أو حدث لديك من قبل) نوع من الصداع النصفي يُسمّى "الصداع النصفي المصحوب بأورة".

\* إذا كان لديك مرض السكر مع تلف في الأوعية الدموية.

\* إذا كان لديك (أو حدث لديك من قبل) التهاب في البنكرياس مصحوب بارتفاع مستويات الدهون في دمك.

نوفارينج هو حلقة مهبلية مانعة للحمل تُستعمل لمنع الحمل. تحتوي كل حلقة نوفارينج على كمية صغيرة من نوعين من الهرمونات الجنسية الأنثوية - هما إيتونوجستريل وإيثينيل إستراديول. تطلق الحلقة هذين الهرمونين ببطء في الدورة الدموية. نظراً لصغر كمية الهرمونات المنطلقة، تُعتبر نوفارينج وسيلة هرمونية منخفضة الجرعة لمنع الحمل. وحيث أن نوفارينج تُطلق نوعين مختلفين من الهرمونات فهي تُسمى وسيلة هرمونية مشتركة لمنع الحمل.

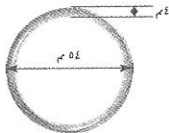
تعمل نوفارينج تماماً مثل أقراص منع الحمل الهرمونية المشتركة. ولكن بدلاً من تناول قرص يوميًا، يتم استعمال الحلقة لمدة ٣ أسابيع على التوالي. تُطلق نوفارينج نوعين من الهرمونات الجنسية الأنثوية التي تمنع إطلاق البويضة من المبيضين. إذا لم تنطلق البويضة لن يمكنك الحمل. إحدى مزايا نوفارينج هي أنك لن تحتاجين لتذكّر تناول القرص كل يوم.

## ٢- قبل أن تبدأي في استعمال نوفارينج

### ملاحظات عامة

في هذه النشرة، ذُكرت حالات عديدة فيها يجب أن تتوقفي عن استعمال نوفارينج، أو فيها تقل موثوقية نوفارينج. في هذه الحالات يجب أن تمتنعي عن الاتصال الجنسي أو يجب أن تتخذي احتياطات إضافية غير هرمونية لمنع الحمل - مثل استعمال العازل الطبي أو إحدى الطرق الأخرى العازلة. لا تستخدمي أسلوب النظم أو أسلوب درجة الحرارة. هذه الطرق قد تكون غير موثوق فيها لأن نوفارينج تبدل التغيرات الشهرية في درجة حرارة الجسم وفي مخاط عنق الرحم.

- نسيت أن تنزعي الحلقة  
 تأخرت إحدى دورات الطمث  
 حدث لديك نزف غير متوقع  
 أردت تغيير أول يوم في دورة الطمث لديك  
 أردت تأخير دورة الطمث لديك  
 أردت التوقف عن استعمال نوفارينج  
 ٤- متى يجب أن تتصلي بطبيبك  
 ٥- الآثار الجانبية الممكنة  
 ٦- كيف يتم تخزين نوفارينج  
 ٧- معلومات أخرى  
 ما هي محتويات نوفارينج  
 كيف تبدو نوفارينج وما هي محتويات العبوة  
 آخر مراجعة لهذه النشرة المرفقة بالعبوة  
 ١- ما هي نوفارينج وما هي استعمالاته؟



٢-٢ متى يجب توخي الحذر عند استعمال نوفارينج

الجلطات الدموية

السرطان

استعمال أدوية أخرى

الاختبارات المعملية

الحمل

الإرضاع

القيادة وتشغيل الآلات

المزيد عن وسائل منع الحمل الهرمونية

٣- كيف تستعملين نوفارينج

١-٣ كيف يتم إدخال ونزع نوفارينج

٢-٣ ثلاثة أسابيع استعمال. أسبوع واحد بدون استعمال

٣-٣ متى تبدأين بالحلقة الأولى

٤-٣ ماذا تفعلين إذا

طُردت الحلقة من المهبل عن غير قصد

ظلت الحلقة خارج المهبل لفترة مؤقتة

انكسرت الحلقة

أدخلت أكثر من حلقة واحدة

نسيت إدخال حلقة جديدة بعد الفترة الخالية من الحلقة

نوفارينج. ٠.١٢٠ مجم / ٠.١٥ مجم كل ٢٤ ساعة. حلقة مهبلية

إيتونوجستريل / إيثينيل إستراديول

برجاء قراءة هذه النشرة بأكملها بعناية قبل البدء في استعمال نوفارينج.

\* احتفظي بهذه النشرة، ربما تحتاجين لقراءتها مرة أخرى.

\* إذا كان لديك مزيد من الأسئلة، برجاء أن تسألني طبيبك أو الصيدلي.

\* هذا الدواء موصوف لك شخصياً. ولا ينبغي أن تُعطي منه للآخرين.

\* إذا اشتدت أي من الآثار الجانبية، أو إذا لاحظت أي آثار جانبية غير مذكورة في هذه

النشرة، برجاء إبلاغ طبيبك أو الصيدلي.

\* اقرأ أيضاً هذه النشرة بصفة دورية إذا كنتِ تستخدمين نوفارينج من قبل. هذا

مهم لأنه قد يتم تغيير المعلومات في النشرة.

### في هذه النشرة:

١- ما هي نوفارينج وما هي استعمالاته؟

٢- قبل أن تبدأي في استعمال نوفارينج

١-٢ متى يجب ألا تستعملي نوفارينج