



ياسمين[®] ٠,٠٣ مجم / ٣ مجم

إيثينيل إستراديول / دروسبيرينون

النشرة الداخلية: معلومات للمستخدم
ياسمين ٠,٠٣ مجم / ٣ مجم
أقراص مغلفة
إيثينيل إستراديول / دروسبيرينون

يرجى قراءة هذه النشرة بعناية قبل البدء في تناول هذا الدواء لأنها تحتوي على معلومات هامة لك:

- احتفظ بهذه النشرة. فقد تحتاج لقراءتها مرة أخرى.
- إذا كان لديك المزيد من الأسئلة، اسأل طبيبك أو الصيدلي.
- لقد تم وصف هذا الدواء خصيصا لك، فلا تعطيه للآخرين، فقد يضرهم.
- إذا أصبت بأي أعراض جانبية، تحدث مع طبيبك أو الصيدلي. وهذا يتضمن أي آثار جانبية غير مذكورة في هذه النشرة انظر قسم ٤.

معلومات هامة حول وسائل منع الحمل المركبة:

- إذا تم استخدامها بطريقة صحيحة، تصبح من أكثر طرق منع الحمل الموثوقة والتي يمكن عكس أثرها
- تتسبب في ارتفاع طفيف لمخاطر تجلط الدم في الأوردة والشرابين. وخاصة أثناء العام الأول من الاستخدام أو عند استخدام وسائل منع الحمل المركبة بعد فترة انقطاع ٤ أسابيع أو أكثر.
- الرجاء الانتباه واحترسي من أعراض تجلط الدم. واتصلي بطبيبك إذا كنت تشكين في إصابتك بها (انظري القسم ٢ "جلطات الدم")

في هذه النشرة

١. ما هو ياسمين وفيما يُستخدم
٢. ما الذي يجب أن تعرفينه قبل تناول ياسمين
٣. كيفية تناول ياسمين
٤. الآثار الجانبية المحتملة
٥. كيف تحفظين ياسمين
٦. محتويات العبوة ومعلومات أخرى

١. ما هو ياسمين وفيما يُستخدم

- إن ياسمين هو حبوب لمنع الحمل.
- يحتوي كل قرص على كمية قليلة من نوعين مختلفين من الهرمونات الأنثوية. وهما دروسبيرينون وإيثينيل إستراديول.
- وتُسمى حبوب منع الحمل التي تحتوي على نوعين من الهرمونات "حبوب منع الحمل المركبة".

٢. ما الذي يجب أن تعرفينه قبل تناول ياسمين

ملاحظات عامة

قبل البدء في تناول ياسمين، يُرجى قراءة المعلومات عن جلطات الدم في القسم ٢. من المهم بصفة خاصة قراءة المعلومات حول أعراض جلطة الدم (انظري القسم ٢. "جلطات الدم").

قبل أن تبدأ في تناول ياسمين، سيسألك طبيبك بعض الأسئلة عن تاريخك الصحي وكذلك تاريخ أقاربك المقربين. كما سيقوم الطبيب بقياس ضغط الدم وبناء على وضعك الصحي من الممكن أن يقوم أيضا بعمل بعض الاختبارات الأخرى.

في هذه النشرة يوجد عدة مواقف حيث ينبغي أن تتوقفين عن استخدام ياسمين، أو حيث قد تقل فاعلية ياسمين. في مثل تلك الحالات ينبغي إما عدم ممارسة الجنس أو ينبغي اتخاذ احتياطات إضافية غير هرمونية لمنع الحمل، على سبيل المثال استخدام واقي ذكري أو أي وسيلة مانعة أخرى. لا تستخدم طريقة الإيقاع أو درجة الحرارة. من الممكن أن تكون هذه الطرق غير موثوق بها. لأن ياسمين يفضي إلى تغير في التغيرات الشهرية لدرجة حرارة الجسم ومخاط عنق الرحم.

ومثل وسائل منع الحمل الهرمونية الأخرى، فإن ياسمين لا يقي من الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز) أو غيره من الأمراض التي تنتقل جنسيا.

متى لا ينبغي استخدام ياسمين

ينبغي ألا تستخدم ياسمين إذا كنت مصابة بأحد الحالات المذكورة أدناه. إذا كنت تعاني من أي من الحالات المذكورة أدناه. ينبغي أن تخبري طبيبك. سيتناقش طبيبك معك عن وسيلة خديد نسل أخرى تكون أكثر ملاءمة.

لا تتناولي ياسمين:

- ❖ إذا كنت مصابة (أو كنت قد أصبت من قبل) بتجلط دموي في أحد أوردة الساق (جلط الوريد العميق). أو في الرئتين (انسداد رئوي) أو في أي عضو آخر:
- ❖ إذا كنت تعرفين أنك تعاني من اضطراب يؤثر على جلط الدم لديك - على سبيل المثال. نقص البروتين C. أو نقص البروتين S. أو نقص مضاد الثرومبين الثالث. أو العامل الخامس لايدن أو الاجسام المضادة للفوسفوليبيد:
- ❖ إذا كنت بحاجة إلى جراحة أو كنت طريحة الفراش لفترة طويلة (انظري قسم "جلطات الدم")
- ❖ إذا كنت قد عانيت مسبقا من أزمة قلبية أو سكتة دماغية:
- ❖ إذا كان لديك (أو قد عانيت مسبقا) من ذبحة صدرية (حالة تسبب آلام شديدة في الصدر وربما تكون أول علامة على نوبة قلبية) أو نوبة نقص تروية عابرة (أعراض مؤقتة للسكتة الدماغية):
- ❖ إذا كنت مصابة بأي من الأمراض التالية والتي قد تزيد من مخاطر حدوث جلطة دم في أحد الشرايين:
 - ❖ مرض السكري الشديد مع حدوث تلف بالأوعية الدموية
 - ❖ ضغط دم مرتفع جدا
 - ❖ مستويات مرتفعة جدا من الدهون في الدم (الكوليسترول أو الدهون الثلاثية)
 - ❖ مرض معروف باسم ارتفاع الهوموسيستين في الدم.
- ❖ إذا كنت تعاني (أو قد عانيت من قبل) من نوع من الصداع النصفي يُسمى "صداع نصفي مسبوقا بأعراض معينة:
- ❖ إذا كنت تعاني (أو قد عانيت من قبل) من مرض في الكبد ووظائف الكبد لديك ما زالت غير طبيعية
- ❖ إذا كانت كليتك لا تعمل بشكل جيد (فشل كلوي)
- ❖ إذا كنت مصابة (أو قد أصبت من قبل) بورم في الكبد
- ❖ إذا كنت مصابة (أو قد أصبت من قبل) أو إذا كان مشتبه في إصابتك بسرطان الثدي أو سرطان في الأعضاء التناسلية
- ❖ إذا كان لديك أي نزيف مهبلي غير مبرر
- ❖ إذا كان لديك حساسية تجاه إيثينيل إستراديول أو دروسبيرينون أو أي من المكونات الأخرى لهذا الدواء (المذكورة في قسم ٦). وقد يؤدي هذا إلى حدوث حكة. أو طفح جلدي أو تورم.
- ❖ لا تستخدم ياسمين إذا كنت مصابة بالتهاب الكبد الوبائي (فيروس C) و تتناولين المنتجات الطبية التي تحتوي على أومبيتاسفير / باريتابريفير / ريتونافير و دسافوفير (انظري أيضا قسم "الأدوية الأخرى و ياسمين").

معلومات إضافية عن فئات خاصة

الاستخدام في الأطفال

ياسمين ليس مخصص للنساء اللاتي لم يحضن بعد (لم تحدث الدورة الشهرية لهن بعد) .

التحذيرات والاحتياطات

متى يجب الاتصال بطبيبك؟

اطلبي المساعدة الطبية فورا

- ❖ إذا لاحظت أي علامات محتملة لتجلط الدم. فقد يعني ذلك إصابتك بجلطة دموية في ساقك (أي جلط وريدي عميق). أو جلطة دموية في الرئتين (أي انسداد رئوي). أو إصابتك بنوبة قلبية أو سكتة دماغية (انظري قسم "جلطات الدم" أدناه).
- ❖ للحصول على وصف لأعراض هذه الآثار الجانبية الخطيرة. انظري قسم "كيفية التعرف على جلط الدم".

أخبري طبيبك إذا كان أي من الحالات التالية ينطبق عليك.

- ❖ تحدثي إلى طبيبك قبل تناول ياسمين . في بعض الحالات قد تحتاجين إلى عناية خاصة أثناء استخدام ياسمين أو أي حبوب منع حمل مركبة أخرى. وقد يحتاج الطبيب إلى فحصك بانتظام. إذا تطورت الحالة أو ساءت أثناء استخدام ياسمين. يجب أيضا أن تخبري طبيبك.
- ❖ إذا كانت إحدى قريباتك مصابة أو قد أصيبت في أي وقت مضى بسرطان الثدي
- ❖ إذا كنت مصابة بمرض في الكبد أو المرارة
- ❖ إذا كنت مصابة بمرض السكري.
- ❖ إذا كنت مصابة بالاكتئاب
- ❖ إذا كنت مصابة بمرض كرون أو التهاب القولون التقرحي (مرض التهاب الأمعاء المزمن)
- ❖ إذا كنت مصابة بمتلازمة يوريا الدم الانحلالي (اضطراب في جلط الدم يسبب فشل الكلى)
- ❖ إذا كنت مصابة بفقر دم (أنيميا) منجلي (مرض وراثي في خلايا الدم الحمراء)
- ❖ إذا كنت مصابة بمستويات مرتفعة من الدهون في الدم (ارتفاع الدهون الثلاثية بالدم) أو تاريخ عائلي إيجابي لهذه الحالة. ارتبط ارتفاع الدهون الثلاثية بالدم بزيادة مخاطر الإصابة بالتهاب البنكرياس
- ❖ إذا كنت بحاجة إلى جراحة أو كنت طريحة الفراش لفترة طويلة (انظري القسم ٢ "جلطات الدم")
- ❖ إذا كنت قد وضعت طفلا مؤخرا. فإن مخاطر إصابتك بجلطات الدم تزداد: استشيري طبيبك متى يمكنك استخدام ياسمين بعد الولادة.
- ❖ إذا كنت مصابة بالتهاب في الأوردة تحت الجلد (التهاب و جلط الأوردة السطحية)
- ❖ إذا كنت مصابة بالدوالي

- ◀ إذا كنت مصابة بالصرع (انظري "الأدوية الأخرى وباسمين")
- ◀ إذا كنت مصابة بالذئبة الحمامية الجهازية (مرض يصيب الجهاز المناعي الخاص بك):
- ◀ إذا كنت مصابة بأحد الأمراض التي ظهرت لأول مرة أثناء الحمل أو أثناء استخدام سابق للهرمونات الجنسية (على سبيل المثال، فقدان السمع، أو مرض في الدم يُسمى بورفيريا، أو طفح جلدي مع بثور أثناء الحمل (هريس الحمل)، أو مرض بالأعصاب يسبب حركات مفاجئة للجسم.
- ◀ إذا كنت مصابة أو قد أصبت في أي وقت مضى بكلف (تغير في لون الجلد خاصة في الوجه أو الرقبة ويُعرف باسم "كلف الحمل"). إذا كان الوضع كذلك، تجنبي ضوء الشمس المباشر أو الأشعة فوق البنفسجية.
- ◀ إذا كنت مصابة بوزمة وعائية وراثية، فإن المنتجات المحتوية على الاستروجين قد تسبب أو تفاقم الأعراض. يجب مراجعة طبيبك على الفور إذا أصبت بأعراض الوزمة الوعائية مثل تورم الوجه و/أو اللسان و/أو الحلق و/أو صعوبة في البلع أو شرى مع صعوبة في التنفس.

جلطات الدم

- إن استخدام وسيلة منع حمل ذات هرمون مختلط مثل ياسمين، تزيد من خطورة إصابتك بتكون جلطة دموية مقارنة بعدم استخدامك لها. في حالات نادرة من الممكن أن يتسبب جلط الدم في انسداد الأوعية الدموية وحدوث مشاكل خطيرة.
- من الممكن أن تحدث جلطات الدم
- ◀ في الأوردة (المعروفة باسم "التجلط الوريدي"، أو "الجلطات الدموية الوريدية" أو «VTE»)
 - ◀ في الشرايين (المعروف باسم "التجلط الشرياني"، "الجلطات الدموية الشريانية" أو «ATE»).
- الجلطات الدموية لا تشفى دائماً تماماً و نادراً ما تؤدي إلى أعراض خطيرة مستمرة، أو قد تؤدي جلطات الدم إلى الوفاة في حالات نادرة جداً.
- من المهم التذكر أن الخطر الكلي لحدوث جلطة ضارة بالدم بسبب أقراص ياسمين هو خطر منخفض.**
- كيف تتعرفين على الجلطة الدموية**
- اطلبي مساعدة طبية عاجلة إذا لاحظت أي من العلامات أو الأعراض التالية.

هل تعانين من أي من هذه الأعراض؟	ما الذي قد تكوني تعانين منه؟
◀ تورم في ساق واحدة أو على طول الوريد في الساق أو القدم، خاصة إذا كانت مصحوبة بـ: ◀ ألم أو ضعف في الساق، والذي يلاحظ فقط عند الوقوف أو المشي ◀ دفع متزايد في الساق المصابة ◀ تغيرات في لون جلد الساق، على سبيل المثال تتحول إلى اللون الباهت أو الأحمر أو الأزرق	جلط الأوردة العميقة
◀ ضيق مفاجئ في التنفس أو سرعة تنفس غير مبررة؛ ◀ سعال مفاجئ بدون سبب واضح والذي قد ينتج عنه دم. ◀ ألم طاعن في الصدر ويزداد مع التنفس العميق؛ ◀ دوام أو دوخة شديدة؛ ◀ ضربات قلب سريعة أو غير منتظمة؛ ◀ ألم شديد في المعدة. إذا لم تكوني متأكدة، استشيري طبيبك، لأن بعض هذه الأعراض مثل السعال أو ضيق التنفس قد تختلط مع اضطرابات أخف مثل التهاب الشعب الهوائية (على سبيل المثال "البرد")	انسداد رئوي
أعراض تحدث عادة في عين واحدة: ◀ فقدان فوري للرؤية أو ◀ عدم وضوح الرؤية بدون ألم، والذي قد يتطور إلى فقدان البصر.	جلط في الوريد الشبكي (جلطة دموية في العين)
◀ ألم في الصدر وعدم راحة وضغط وثقل. ◀ احساس بضغط أو امتلاء في الصدر أو الذراع أو أسفل عظمة الصدر. ◀ انتفاخ أو عسر هضم أو احساس بالاختناق. ◀ عدم راحة في الجزء العلوي من الجسم، يمتد إلى الظهر والفك والعنق والذراع والمعدة ◀ تعرق، أو غثيان، أو تقيؤ أو دوام؛ ◀ ضعف شديد أو قلق أو ضيق في التنفس؛ ◀ ضربات قلب سريعة أو غير منتظمة؛	نوبة قلبية

هل تعانيين من أي من هذه الأعراض؟	ما الذي قد تكوني تعانيين منه؟
- ضعف أو تنميل مفاجئ في الوجه أو الذراع أو الساق. و الذي يظهر بشكل خاص على جانب واحد من الجسم؛ - ارتباك مفاجئ وصعوبات في التحدث أو الفهم؛ - اضطرابات مفاجئة في الرؤية في عين واحدة أو في العينين؛ - مشاكل مفاجئة في المشي أو دوخة أو فقدان الاتزان أو مشاكل في التناسق؛ - صداع مفاجئ، شديد أو مستمر مجهول المنشأ؛ - فقدان الوعي أو الإغماء مع أو بدون تشنجات. في بعض الحالات قد تكون الأعراض قصيرة المدى ومصحوبة بشفاء فوري وكامل تقريبا. ومع ذلك يجب أن تسعين للحصول على علاج طبي عاجل. لأنك قد تتعرضين لسكتة دماغية أخرى.	السكتة الدماغية
- تورم ولون أزرق بسيط في أحد الأطراف؛ - ألم شديد في المعدة (حاد في البطن)	جلطات دموية تسد أوعية دموية أخرى

جلطات دموية في الوريد

ما الذي يحدث عند تكون جلطة دموية في أحد الأوردة؟

- لقد ارتبط استخدام وسائل منع الحمل من الهرمونات المركبة بارتفاع احتمال الإصابة بجلطات دموية في الأوردة (جلط وريدي). ومع ذلك، فإن هذه الآثار الجانبية نادرة. وعادة ما تحدث أثناء أول عام من استخدام وسائل منع الحمل من الهرمونات المركبة .
- إذا حدث جلط دموي في أحد أوردة القدم أو الساق. فإن هذا قد يتسبب في حدوث جلط وريدي عميق.
- إذا انتقل التجلط الدموي من الساق إلى الرئة وظل عالقا هناك، فقد يتسبب في حدوث انسداد رئوي
- وفي حالات نادرة جدا، من الممكن أن يتكون التجلط الدموي في أحد الأوردة لعضو آخر مثل العين (جلط الأوردة الشبكية).

متى يكون خطر الإصابة بجلطة دموية في الوريد أكبر ما يمكن؟

- يكون خطر الإصابة بجلطة دموية في الرئة أكبر ما يكون أثناء العام الأول من استخدام وسائل منع الحمل من الهرمونات المركبة لأول مرة. كما قد يزداد الخطر أيضا إذا بدأت في استخدام وسيلة منع حمل من الهرمونات المركبة مرة أخرى (سواء أكان نفس الدواء أو كان مختلفا) بعد فترة توقف لمدة ٤ أسابيع أو أكثر.
- بعد العام الأول. يقل الخطر ولكنه يظل دائما أعلى قليلا مما لو لم تكوني تستخدمين أحد وسائل منع الحمل ذات هرمونات مركبة.
- عند التوقف عن تناول ياسمين . فإن مخاطر إصابتك بجلطة دموية تعود إلى الطبيعي في خلال أسابيع قليلة.

ما هي خطورة تكون جلطة دموية؟

- تعتمد المخاطر على الخطر الطبيعي لديك للإصابة بالتجلط الوريدي ونوعية وسيلة منع الحمل من الهرمونات المركبة التي تستخدمينها.
- إن المخاطر الكلية للإصابة بتجلط الدم في الساق أو الرئة مع ياسمين منخفضة.
- من بين ١٠,٠٠٠ سيدة لا يستخدمن أي وسائل منع حمل هرمونية مركبة ولسن حوامل. فإن حوالي اثنتين من السيدات سيصبن بجلطة في الدم في السنة.
- من بين ١٠,٠٠٠ سيدة يستخدمن وسائل منع حمل تحتوي على ليفونورجيستريل، أو نورثيسترون أو نورجيستيومات. فإن حوالي ٥ - ٧ سيدات سيصبن بجلطة في الدم في السنة.
- من بين ١٠,٠٠٠ سيدة يستخدمن وسائل منع حمل تحتوي على دروسبيرينون. مثل ياسمين. فإن حوالي ٩ إلى ١٢ سيدة سيصبن بجلطة في الدم في السنة.
- إن مخاطر الإصابة بخثرة في الدم تختلف بحسب تاريخك الطبي الشخصي (انظري "العوامل التي تزيد من خطر جلط الدم" أدناه).

خطر الإصابة بجلطة في الدم في السنة	
حوالي ٢ من كل ١٠,٠٠٠ سيدة	نساء لا يستخدمن حبوب منع حمل هرمونية مركبة ولسن حوامل
حوالي ٥ - ٧ من كل ١٠,٠٠٠ سيدة	نساء يستخدمن حبوب منع حمل هرمونية مركبة تحتوي على ليفونورجيستريل، أو نورثيسترون أو نورجيستيومات
حوالي ٩ - ١٢ من كل ١٠,٠٠٠ سيدة	نساء يستخدمن ياسمين

العوامل التي تزيد من خطر إصابتك بجلطة دموية في الوريد

- إن خطر الإصابة بجلطة في الدم مع ياسمين منخفضا ولكن في بعض الحالات قد تزداد المخاطر. يزداد الخطر لديك:
 - إذا كنت شديدة البدانة (مؤشر كتلة الجسم أكثر من ٣٠ كجم / م^٢):
 - إذا كان أحد الأشخاص من عائلتك المباشرة قد أصيب بتجلط الدم في الساق أو الرئة أو أي عضو آخر في سن صغير (على سبيل المثال في عمر أقل من ٥٠ سنة). في هذه الحالة قد تكونين مصابة باضطراب وراثي في جلط الدم؛
 - إذا كنت بحاجة إلى إجراء جراحة أو كنت طريحة الفراش لفترة طويلة بسبب إصابة أو مرض أو وجود ساقك في الجبس. قد يلزم التوقف عن استخدام ياسمين لعدة أسابيع قبل الجراحة أو أثناء قلة تنقلك (حركتك). إذا احتجت للتوقف عن تناول ياسمين. اسألي طبيبك متى يمكنك البدء في تناوله مرة أخرى
 - مع زيادة العمر (خاصة أكبر من نحو ٣٥ سنة)

◀ إذا كنت قد أُنجبت طفلاً خلال الأسابيع القليلة السابقة.

إن مخاطر تكون جلطة دموية تزداد مع تزايد الحالات التي تعاني منها. السفر الجوي (أكثر من ٤ ساعات) قد يزيد من مخاطر إصابتك بجلطات الدم مؤقتاً. وخاصة إذا كان لديك أي من العوامل الأخرى المذكورة. من المهم إخبار طبيبك إذا كان أي من تلك الحالات ينطبق عليك، حتى لو لم تكوني متأكدة. وقد يقرر طبيبك أنك بحاجة إلى إيقاف ياسمين.

إذا تغيرت أي من الحالات المذكورة أعلاه أثناء استخدام ياسمين، على سبيل المثال أحد أفراد الأسرة المقربين تعرض لجلطة في الدم من دون سبب معروف، أو اكتسبت الكثير من الوزن، أخبري طبيبك.

جلطات دموية في أحد الشرايين

ما الذي يمكن أن يحدث إذا تكونت جلطة دموية في أحد الشرايين؟

تماماً مثل الجلطة الدموية في الوريد، فإن الجلطة في الشريان يمكن أن تسبب مشاكل خطيرة. فعلى سبيل المثال من الممكن أن تتسبب في أزمة قلبية أو سكتة دماغية.

العوامل التي تزيد من خطر إصابتك بجلطة دموية في الشريان

من المهم أن نلاحظ أن خطر الإصابة بنوبة قلبية أو سكتة دماغية بسبب استخدام ياسمين منخفض جداً، ولكنه قد يرتفع:

◀ مع الزيادة في العمر (أكثر من ٣٥ سنة)؛

◀ إذا كنت تدخين، عند استخدام وسيلة منع حمل بهرمونات مركبة مثل ياسمين، يُنصح بالتوقف عن التدخين. إذا كنت لا تستطيعين أن تتوقفي عن التدخين، وكنت أكبر من ٣٥ سنة، فقد ينصحك طبيبك باستخدام نوع مختلف من وسائل منع الحمل؛

◀ إذا كان وزنك زائداً.

◀ إذا كنت مصابة بارتفاع ضغط الدم؛

◀ إذا كان أحد أفراد عائلتك المباشرة قد أصيب بنوبة قلبية أو سكتة دماغية في سن صغير (أقل من ٥٠ سنة). في هذه الحالة قد تكونين أيضاً عرضة لخطر متزايد للإصابة بنوبة قلبية أو سكتة دماغية.

◀ إذا كنت أنت، أو أي شخص من عائلتك المباشرة، مصاب بمستوى عالٍ من الدهون في الدم (الكوليسترول أو الدهون الثلاثية).

◀ إذا كنت مصابة بالصداع النصفي وخاصة الصداع النصفي الذي تسبقه أعراض معينة

◀ إذا كنت تعاني من مشاكل في القلب (مرض في صمام القلب، اضطراب في ضربات القلب ويسمى الرجفان الأذيني).

◀ إذا كنت مصابة بمرض السكري.

إذا كنت مصابة بأكثر من واحدة من هذه الحالات أو إذا كان أي منها شديداً بشكل خاص، فإن خطر الإصابة بجلطة في الدم قد تزداد أكثر من ذلك.

إذا تغيرت أي من الحالات المذكورة أعلاه أثناء استخدام ياسمين، على سبيل المثال إذا بدأت في التدخين، أو أصيب أحد أفراد الأسرة المقربين بجلطة بدون سبب معروف، أو اكتسبت الكثير من الوزن، أخبري طبيبك.

ياسمين والسرطان

لقد لوحظ الإصابة بسرطان الثدي في أحيان أكثر قليلاً في النساء اللاتي يستخدمن حبوب منع الحمل المركبة، ولكن ليس معروفاً ما إذا كان ذلك بسبب العلاج، فعلى سبيل المثال، من الممكن أن يكون اكتشاف الأورام أكثر في النساء اللاتي يستخدمن الحبوب لأنهن يخضعن للفحص من قبل الطبيب بشكل أكثر تكراراً. ويصبح حدوث أورام الثدي أقل تدريجياً بعد التوقف عن تناول وسائل منع الحمل الهرمونية المركبة، فمن المهم أن تقومي بفحص ثدييك باستمرار وينبغي أن تتصلي بطبيبك إذا شعرت بأي كتلة. في حالات نادرة، تم الإبلاغ عن وجود أورام حميدة - وفي حالات أكثر ندرة تكون خبيثة - في الكبد في مستخدمي حبوب منع الحمل. اتصل بطبيبك إذا لاحظت وجود ألم شديد في البطن بشكل غير عادي.

النزف بين الدورات الشهرية

خلال الأشهر القليلة الأولى من تناول ياسمين، من الممكن أن تصابي بنزيف غير متوقع (نزيف خارج أسبوع الفجوة (الخالي من الدواء)). إذا استمر النزيف لأكثر من عدة شهور أو إذا بدأ بعد بضع شهور، فيجب أن تخبري طبيبك لمعرفة الخطأ.

ما الذي ينبغي عليك فعله إذا لم يحدث نزيف أثناء أسبوع الفجوة

إذا كنت قد تناولت جميع الأقراص بطريقة صحيحة، ولم تصابي بقرء أو إسهال شديد ولم تتناول أي أدوية أخرى، فمن المستبعد جداً أن تكوني حاملاً.

إذا لم يحدث النزف المتوقع مرتين متتاليتين، فقد تكونين حاملاً. اتصل بطبيبك على الفور. لا تبدأي في تناول الشرط التالي حتى تتأكدي من أنك لست حاملاً

الأدوية الأخرى وياسمين

أخبري الطبيب دائماً عن الأدوية أو المنتجات العشبية التي تستخدمينها بالفعل. وكذلك أخبري أي طبيب آخر أو طبيب الأسنان الذي يقوم بوصف دواء آخر لك (أو الصيدلي) بأنك تستخدمين ياسمين. من الممكن أن يخبروك إذا كنت بحاجة إلى استخدام أي احتياطات منع حمل أخرى (مثل العازل الذكري). وإذا كان الأمر كذلك، فلكم من الوقت، أو، إذا كان يجب تغيير استخدام دواء آخر تحتاجين له.

بعض الأدوية:

◀ قد يكون لها تأثير على مستويات ياسمين في الدم

◀ قد تجعل ياسمين أقل فعالية في منع الحمل.

◀ قد تتسبب في حدوث نزيف غير متوقع.

ويتضمن ذلك:

◀ الأدوية التي تُستخدم لعلاج

◀ الصرع (مثل بريميدون، فينيتوين، باربيتورات، كاربامازيبين، أوكسكاربازيبين)

◀ السل (مثل ريفامبيسين)

◀ إصابات فيروس نقص المناعة البشرية (الايدز) والعدوى بفيروس C التهاب الكبد الوبائي (المسماة مَثَبَطَات الأنزيم البروتيني و مَثَبَطَات إنزيم النسخ العكسي الغير نوكلبيوزيد ، مثل ريتونافير، نيفيرابين، إيفافيرنز)

◀ الالتهابات الفطرية (على سبيل المثال غريزيوفولفين، الكيتوكونازول)

◀ التهاب المفاصل (ايتوريكوكسيب)

◀ ارتفاع ضغط الدم في الأوعية الدموية في الرئتين (بوسينتان)

◀ العلاج العشبي بنبتة سان جون

وقد يؤثر ياسمين على مفعول الأدوية الأخرى، مثل

◀ الأدوية التي تحتوي على سيكلوسبورين

◀ لاموتريجين المضاد للصرع (وقد يؤدي هذا إلى زيادة تكرار حدوث النوبات)

◀ الثيوفيلين (التي تستخدم لعلاج مشاكل التنفس)

◀ تيزانيدين (التي تستخدم لعلاج آلام العضلات و / أو تقلصات العضلات)

لا تستخدم ياسمين إذا كنت مصابة بالتهاب الكبد الوبائي (فيروس C) و تتناولين المنتجات الطبية التي تحتوي على أومبيتاسفير /

باريتابريفير / ريتونافير و دسابوفير لأن هذا قد يسبب زيادة في نتائج اختبار الدم لوظائف الكبد (زيادة في انزيم الكبد ALT). سوف يصف طبيبك نوع آخر من وسائل منع الحمل قبل بدء العلاج بهذه المنتجات الطبية. يمكن عادة البدء في تناول الياسمين بعد حوالي اسبوعين من انتهاء هذا العلاج. انظري قسم "لا تتناولي ياسمين".

استشيري طبيبك أو الصيدلي قبل تناول أي دواء.

ياسمين مع الطعام والشراب

من الممكن تناول ياسمين مع أو بدون طعام، وإذا لزم الأمر فمع كمية قليلة من الماء

الاختبارات المعملية

إذا كنت ستحتاجين لعمل اختبارات دم، أخبري طبيبك أو فني المعمل بأنك تتناولين الحبوب. لأن وسائل منع الحمل الهرمونية قد تؤثر على نتائج بعض الاختبارات

الحمل

لا يجب استخدام ياسمين أثناء الحمل. إذا حدث حمل أثناء تناولك لياسمين، يجب أن تتوقفي فوراً عن تناوله واستشيري طبيبك. إذا كنت ترغبين في الحمل، فيمكنك التوقف عن تناول ياسمين في أي وقت (انظري أيضاً "إذا توقفت عن تناول ياسمين").

استشيري طبيبك أو الصيدلي قبل تناول أي دواء.

الرضاعة الطبيعية

لا يُنصح باستخدام ياسمين أثناء قيام المرأة بالإرضاع طبيعياً. إذا كنت ترغبين في تناول الحبوب أثناء الرضاعة الطبيعية، فينبغي أن تتصلي بطبيبك.

استشيري طبيبك أو الصيدلي قبل تناول أي دواء.

القيادة واستخدام الآلات

لا يوجد أي معلومات تشير إلى أن استخدام ياسمين يؤثر على القيادة أو استخدام الآلات.

يحتوي ياسمين على لاكتوز

إذا كان لديك عدم تحمل لبعض السكريات، استشيري طبيبك قبل تناول ياسمين.

٣. كيفية تناول ياسمين

تناولي قرص واحد من ياسمين يوميا، مع قليل من الماء إذا لزم الأمر. من الممكن أن تتناولي الأقراص مع أو بدون طعام، ولكن يجب أن تتناولي الأقراص في نفس الموعد تقريبا كل يوم.

يحتوي الشريط على ٢١ قرص. بجانب كل قرص ستجدين يوما من أيام الأسبوع مطبوعا والذي يجب أن تتناولي فيه القرص. على سبيل المثال، إذا بدأت يوم الأربعاء، تناولي القرص المطبوع عليه "الأربعاء" "WED" بجواره. اتبعي اتجاه الأسهم على الشريط حتى تنتهي من تناول الـ ٢١ قرص.

ثم توقفي عن تناول الأقراص لمدة ٧ أيام. وفي أثناء هذه الأيام السبعة الخالية (والتي تسمى أيضا أسبوع التوقف أو الفجوة) يجب أن يبدأ النزيف. وعادة ما يبدأ "نزيف الانسحاب" هذا في اليوم الثاني أو الثالث من أسبوع الفجوة.

في اليوم الثامن بعد تناول آخر قرص من ياسمين (أي بعد انتهاء فترة السبعة أيام لأسبوع الفجوة)، يجب أن تبدأ في تناول الشريط التالي. سواء توقفت النزيف لديك أم لا. وهذا يعني أنه يجب أن تبدأي كل شريط في نفس اليوم من الأسبوع. وأن نزيف الانسحاب يجب أن يحدث في نفس الأيام كل شهر.

إذا استخدمت ياسمين بهذه الطريقة، فهناك حماية ضد الحمل حتى خلال الـ ٧ أيام التي لا تتناولين فيها الأقراص.

متى يمكنك البدء في أول شريط؟

◀ إذا لم تكوني قد تناولت وسيلة منع هرمونية خلال الشهر الماضي،

ابدأي بتناول ياسمين في أول يوم من الدورة (أي أول يوم من دورتك الشهرية). إذا بدأت في تناول ياسمين في أول يوم من دورتك الشهرية.

فقد أصبحت محمية من الحمل على الفور. من الممكن أيضا أن تبدأ في اليوم ٢ - ٥ من بداية الدورة. ولكن في تلك الحالة يجب استخدام وسائل حماية إضافية (على سبيل المثال. الواقي الذكري) للأيام الـ ٧ الأولى.

◀ **التغيير من وسيلة منع حمل هرمونية مركبة أو وسيلة منع حمل في صورة حلقة مهبلية أو لاصق هرموني** من الممكن أن تبدأ في تناول ياسمين في اليوم التالي لآخر قرص فعال (آخر قرص يحتوي على المواد الفعالة) من حبوب منع الحمل السابقة. ولكن على أقصى تقدير في اليوم التالي بعد انتهاء الأيام الخالية من الأقراص من حبوب منع الحمل السابقة (أو بعد آخر قرص غير فعال من حبوب منع الحمل السابقة). عند التبديل من حلقة مهبلية أو لاصق هرموني مانع للحمل ، اتبعي نصيحة طبيبك.

◀ **التغيير من وسيلة تحتوي على بروجيستوجين فقط (حبوب أو حقن أو وسائل منع الحمل التي تزرع تحت الجلد و تحتوي على بروجيستوجين فقط أو لولب يفرز بروجيستوجين)** يمكنك التبديل في أي يوم من الحبوب ذات البروجيستوجين فقط (ومن الوسائل التي تزرع تحت الجلد أو اللولب في اليوم الذي تزال فيه. وبالنسبة للحقن في موعد الحقنة التالية). ولكن في جميع تلك الحالات ينبغي استخدام وسائل حماية إضافية (مثل الواقي الذكري) للأيام الـ ٧ الأولى من تناول الأقراص.

◀ **بعد الإجهاض**

اتبعي إرشادات طبيبك

◀ **بعد إجاب طفل**

يمكنك البدء في تناول ياسمين بعد ٢١ أو ٢٨ يوما من إجاب الطفل. إذا بدأت بعد أكثر من ٢٨ يوما، يجب أن تستخدم أيضا ما يسمى بوسيلة حاجزة (مثل الواقي الذكري) خلال السبعة أيام الأولى من استخدام ياسمين. إذا كان قد حدث جماع بعد إجاب طفلك وقبل البدء في تناول ياسمين (مرة أخرى)، فينبغي أن تتأكدي من أنك لست حاملا أولا أو ينبغي أن تنتظري حتى الموعد التالي لدورتك الشهرية.

◀ **إذا كنت ترضعين رضاعة طبيعية وتريدين البدء في استخدام ياسمين (مرة أخرى) بعد إجاب طفل** اقرأي قسم "الرضاعة الطبيعية".

استشيري طبيبك إذا لم تكوني متأكدة متى تبدأين.

إذا تناولت ياسمين أكثر مما ينبغي

لا توجد تقارير عن نتائج ضارة خطيرة من تناول الكثير من أقراص ياسمين.

إذا تناولت عدة أقراص في آن واحد، قد تعاني من أعراض مثل التوعك، القيء أو النزف المهلي. حتى الفتيات اللواتي لم تبدأ لديهن فترة الحيض الأولى ولكن قد أخذن عن طريق الخطأ هذا الدواء قد تواجهن مثل هذا النزيف. إذا تناولت الكثير من أقراص ياسمين، أو اكتشفت أن طفلا قد تناول بعضها، استشيري طبيبك أو الصيدلي.

إذا نسيت تناول ياسمين

◀ إذا تأخرت في تناول القرص لفترة أقل من ١٢ ساعة، فلن يقل التأثير المانع للحمل. تناول القرص بمجرد تذكره ثم تناول القرص التالي في الموعد المعتاد.

◀ إذا تأخرت في تناول القرص لفترة أكثر من ١٢ ساعة، فقد يقل التأثير المانع للحمل. كلما ازداد عدد الأقراص الفائتة، كلما ازداد احتمال الحمل.

وتكون احتمالية الوقاية من الحمل غير كاملة بشكل أكبر إذا نسيت تناول قرص في أول الشريط أو آخره. لذلك، يجب أن تتبعي القواعد التالية (انظري إلى الرسم التوضيحي):

◀ **أكثر من قرص فائت في الشريط**

اتصلي بطبيبك.

◀ **قرص واحد فائت في الأسبوع ١**

تناولي القرص الفائت بمجرد تذكره، حتى لو كان ذلك يعني أن تتناولي قرصين في نفس الوقت. استمري في تناول الأقراص في الأوقات المعتادة واستخدمي احتياطات إضافية للـ ٧ أيام التالية. على سبيل المثال، وافي ذكري. إذا كان قد حدث جماع في الأسبوع السابق لنسيان القرص، فقد تكونين حاملا. في تلك الحالة، اتصلي بطبيبك.

◀ **قرص واحد فائت في الأسبوع ٢**

تناولي القرص الفائت بمجرد تذكره، حتى لو كان ذلك يعني أن تتناولي قرصين معا. استمري في تناول الأقراص في الأوقات المعتادة. الوقاية من الحمل لم تنخفض ولا تحتاجين لاستخدام احتياطات إضافية.

◀ **قرص واحد فائت في الأسبوع ٣**

يمكنك الاختيار بين احتمالين:

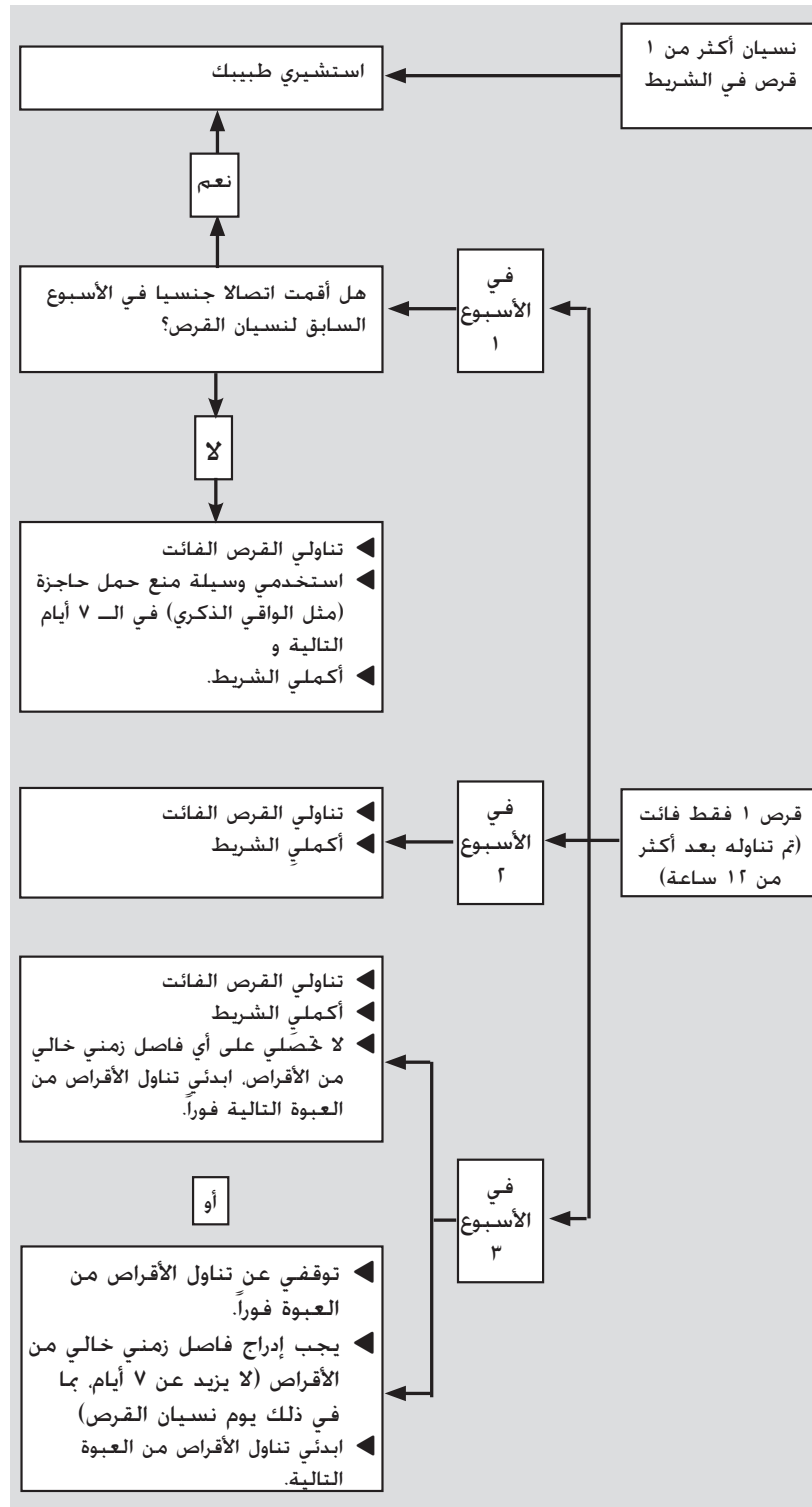
١. تناول القرص الفائت بمجرد تذكره، حتى لو كان ذلك يعني أن تتناولي قرصين معا. استمري في تناول الأقراص في الأوقات المعتادة. بدلا من ترك فترة خالية من الأقراص، ابدأي في الشريط التالي.

على الأرجح، سيكون لديك دورة في نهاية الشريط الثاني أو قد يأتيك أيضا نزيف خفيف أو شبيه بالحيض خلال الشريط الثاني.

٢. كما يمكنك أيضا التوقف عن تناول باقي الشريط والذهاب مباشرة إلى فترة الـ ٧ أيام الخالية من الأقراص (سجلي اليوم الذي نسيت فيه تناول القرص). إذا أردت أن تبدأي الشريط الجديد في نفس اليوم الذي تبدأين دائما فيه، اجعلي الفترة الخالية من الأقراص أقل من ٧ أيام.

إذا اتبعت إحدى هاتين التوصيتين، ستبقين محمية ضد الحمل.

◀ إذا نسيت أي من الأقراص في الشريط، ولم يحدث لك نزيف أثناء الأيام الخالية من الأقراص، فإن هذا قد يعني أنك قد تكونين حاملا. استشيري طبيبك قبل البدء في الشريط التالي.



ما الذي يجب فعله في حالة القى أو الإسهال الشديد

إذا تقيأت في خلال ٣ - ٤ ساعات من تناول القرص أو أصبت بإسهال شديد، فهناك احتمالية من عدم امتصاص المواد الفعالة في القرص كاملة من الجسم. هذه الحالة شبيهة جداً بنسيان القرص. بعد التقيؤ أو الإسهال، يجب تناول قرص آخر من شريط احتياطي في أسرع وقت ممكن. إذا كان ممكنًا، تناوله في خلال ١٢ ساعة من الوقت المعتاد الذي تتناولين فيه القرص. إذا لم يكن هذا ممكنًا أو مر أكثر من ١٢ ساعة، ففي مثل تلك الحالات اتبعي التعليمات المذكورة تحت "إذا نسيت تناول ياسمين".

تأخير الدورة الشهرية: ما الذي يجب أن تعرفيه

على الرغم من أنه لا ينصح بذلك، يمكنك تأخير الدورة الشهرية عن طريق البدء مباشرة في شريط جديد من ياسمين بدلاً من ترك فترة خالية من الأقراص والانتفاء منه. من الممكن أن تصابي بنزيف خفيف أو شبيه بالحيض أثناء استخدام هذا الشريط الثاني. بعد فترة الـ ٧ أيام المعتادة الخالية من الأقراص، ابدئي في الشريط التالي.

من الأفضل أن تستشيري طبيبك قبل اتخاذ القرار بتأخير الدورة الشهرية.

تغيير أول يوم من الدورة الشهرية: ماذا يجب أن تعرفيه

إذا تناولت الأقراص حسب التوجيهات، فستبدأ الدورة الشهرية أثناء الأسبوع الخالي من الأقراص. إذا أردت تغيير هذا اليوم، قللي عدد الأيام الخالية من الأقراص (ولكن لا تزيد بها أبداً - ٧ أيام هي الحد الأقصى!) على سبيل المثال، إذا كانت فترة الأيام الخالية من الأقراص تبدأ عادة يوم الجمعة، وتريدين تغييرها إلى يوم الثلاثاء (٣ أيام مبكراً)، فابدئي الشريط الجديد قبل الميعاد الطبيعي بـ ٣ أيام. إذا جعلت الفترة الخالية

من الأقراص قصيرة جدا (على سبيل المثال ٣ أيام أو أقل) فقد لا يأتيك نزيف خلال تلك الأيام. من الممكن أن تصابي بنزيف خفيف أو شبيه بالحيض أثناء استخدام هذا الشرط الثاني.

إذا لم تكوني متأكدة مما يجب فعله، استشير طبيبك

إذا توقفت عن تناول ياسمين

يمكنك التوقف عن تناول ياسمين متى تشائين. إذا لم تكوني ترغبين في الحمل، استشير طبيبك عن طرق أخرى موثوقة لتحديد النسل. إذا كنت ترغبين في الحمل، توقف عن تناول ياسمين. وانتظري لأول دورة حيض قبل محاولة الحمل. سيمكنك حساب تاريخ الولادة المتوقع بسهولة أكبر.

إذا كان لديك المزيد من الأسئلة، اسألي طبيبك أو الصيدلي.

٤. الآثار الجانبية المحتملة

مثل جميع الأدوية، من الممكن أن يتسبب هذا الدواء في آثار جانبية. وإن لم تكن تصيب الجميع. إذا أصبت بأي آثار جانبية، خاصة لو كانت شديدة ومستمرة، أو كان هناك أي تغير في صحتك والذي تعتقدين أنه قد يكون نتيجة لتناول ياسمين، فضلا تحدثي مع طبيبك. زيادة مخاطر جلطات الدم في الأوردة (الجلطات الدموية الوريدية (VTE)) أو جلطات الدم في الشرايين (الجلطات الدموية الشريانية (ATE)) موجودة لدى جميع النساء اللاتي يتناولن موانع الحمل الهرمونية المختلطة. للمزيد من التفاصيل عن المخاطر المختلفة من تناول وسائل منع الحمل الهرمونية المختلطة يُرجى مراجعة القسم ٢ "ما الذي يجب أن تعرفينه قبل تناول ياسمين".

فيما يلي قائمة بالآثار الجانبية التي ارتبطت بتناول ياسمين:

آثار جانبية شائعة (قد تصيب بين ١ إلى ١٠ من كل ١٠٠ سيدة تستخدم ياسمين):

اضطرابات الدورة الشهرية، ونزيف بين الدورات، ألم في الثدي، شد في الثدي

صداع، حالة اكتئابية

صداع نصفي

غثيان

إفرازات مهبلية بيضاء كثيفة وإصابات فطرية مهبلية

آثار جانبية غير شائعة (قد تصيب بين ١ إلى ١٠ من كل ١,٠٠٠ سيدة تستخدم ياسمين):

تضخم في الثدي، تغيرات في الرغبة الجنسية

ارتفاع ضغط الدم، انخفاض ضغط الدم

قيء، إسهال

حب الشباب، طفح جلدي، حكة شديدة، فقدان الشعر (صلع)

التهاب في المهبل

احتباس السوائل و تغيرات في وزن الجسم.

آثار جانبية نادرة (قد تصيب بين ١ إلى ١٠ من كل ١٠,٠٠٠ سيدة تستخدم ياسمين):

تفاعلات حساسية (فرط الحساسية).

ربو

إفرازات الثدي

ضعف السمع

حالات جلدية تعرف بحمامي عقدية (تتميز بعقد حمراء ومؤلمة في الجلد) أو حمامي متعددة الأشكال (تتميز بطفح جلدي مع احمرار أو تقرحات).

جلطات دم ضارة في الوريد أو الشريان، على سبيل المثال:

◀ في الساق أو القدم (أي جلط الأوردة العميقة)

◀ في الرئة (أي انسداد رئوي)

◀ نوبة قلبية

◀ سكتة دماغية

◀ سكتة دماغية مصغرة أو أعراض مؤقتة ماثلة للسكتة الدماغية، وتسمى نوبة نقص تروية عابرة (TIA)

◀ جلطات دموية في الكبد أو المعدة/ الأمعاء أو الكلى أو العين.

قد تزداد احتمالات حدوث جلط الدم إذا كنت تعانين من أمراض أخرى تزيد من هذه المخاطر (لمزيد من المعلومات عن الحالات التي تزيد من خطر جلط الدم وأعراض جلط الدم، انظري قسم ٢).

الإبلاغ عن الآثار الجانبية

إذا أصبت بأي أعراض جانبية، تحدثي مع طبيبك أو الصيدلي. وهذا يشمل أي آثار جانبية محتملة وغير مذكورة في هذه النشرة. بالإبلاغ عن الآثار الجانبية، يمكنك أن تساعد في توفير مزيد من المعلومات حول سلامة هذا الدواء.

٥. كيف تحفظين ياسمين

احفظي هذا الدواء بعيدا عن متناول ورؤية الأطفال.

لا يُحفظ في درجة حرارة أعلى من ٣٠ درجة مئوية ويُحفظ في عبوته الأصلية.

لا تستخدم هذا الدواء بعد تاريخ انتهاء الصلاحية المذكور على العبوة بعد "لا يُستخدم بعد:" أو "EXP". تاريخ الانتهاء يشير إلى آخر

يوم من الشهر المذكور.
لا تتخلصي من أي أدوية عن طريق مياه الصرف الصحي أو النفايات المنزلية. اسألي الصيدلي عن كيفية التخلص من الأدوية التي لم تعودي تستخدمينها. سوف تساعد هذه التدابير على حماية البيئة.

٦. محتويات العبوة ومعلومات أخرى

ما الذي يحتوي عليه ياسمين

◀ **المواد الفعالة** هي دروسبيرينون وإيثينيل إستراديول. يحتوي كل قرص على ٣ مجم دروسبيرينون و ٠.٠٣ مجم إيثينيل إستراديول
◀ **المكونات الأخرى** هي: مونوهيدرات اللاكتوز، نشأ الذرة، نشأ الذرة ما قبل التهلّم، بوفيدون K25، ستيرات المغنيسيوم، هايبروميللوز، ماكروغول ٦٠٠٠، تلك، ثاني أكسيد التيتانيوم (E 171)، أكسيد الحديد، الأصفر (E 172).

كيف يبدو ياسمين ومحتويات العبوة

◀ يحتوي كل شريط من ياسمين على ٢١ قرص مغلف لونها أصفر فاتح
◀ أقراص ياسمين هي أقراص مغلفة، (قلب القرص مغلف) القرص ذو لون أصفر فاتح، وهو مستدير بأسطح محدبة؛ وعلى أحد الجانبين منقوش أحرف "DO" في شكل مسدس منتظم.
◀ يتوفر ياسمين في عبوات ذات ١، ٣، ٦ و ١٣ شريط؛ كل منهم به ٢١ قرص.
ليس من الضروري أن يتم تسويق جميع الأحجام.

المصنع

باير فارما إيه جي
١٣٣٤٢، برلين، ألمانيا

تمت مراجعة هذه النشرة في يوليو ٢٠١٧.

إن هذا الدواء:

- ◀ الدواء مستحضر مؤثر على صحتك و استهلاكه خلافاً للتعليمات يعرضك للمخاطر.
- ◀ اتبع بدقة وصفة الطبيب وطريقة الاستعمال المنصوص عليها وتعليمات الصيدلاني الذي صرفها لك.
- ◀ فالطبيب والصيدلاني هما الخبيران بالدواء و بنفعه وضرره.
- ◀ لا تقطع مدة العلاج المحددة لك من تلقاء نفسك.
- ◀ لا تكرر صرف الدواء بدون وصفه طبية.

لا تترك الأدوية في متناول أيدي الأطفال

مجلس وزراء الصحة العرب
اتحاد الصيادلة العرب