

Mirena, rahim içine yerleştirilerek kullanılan ve hormonal etkinlik gösteren bir doğum kontrol aracıdır. Mirena, rahimin biçimine uyabilmesi için T şeklinde plastik bir maddeden yapılmış olup, dikey kolunda hormon veren bir kapsül vardır. Polietilen plastik maddesinden yapılan alete, çekip çıkarmayı kolaylaştıran iki iplik bağlıdır. Kapsüldeki etkin madde: levonorgestrel 52 mg.

Ayrıca: polidimetilsiloksan.

Levonorgestrel; diğer birçok doğum kontrol araçlarında da kullanılan bir türe hormonudur. Araç, rahmin içinde yerindeyken, hormon altı yıl boyunca 15 mikrogram/24 saat hızında salım yapar.

Mirena'nın çok güvenilir olması çok değişik faktörlere bağlıdır. Bunlar:

- Beden hormonu Levonorgestrel'in Mirena'dan çözülerek ayrılması, rahim içi mukozasında bir dinlenme sağlar.
- Ayrıca, rahimin mukoza tabakasında, rahime takılan her türlü doğum kontrol aleti nedeniyle oluşan karakteristik lokal reaksiyon da görülür.
- Rahim ağzı mukozası nitelik değiştirerek spermaların geçişini zorlaştırır.
- Yumurtalama dönemleri bazen etkilenebilir. Ama bedenin hormon dengesine olan etkisi yok denecek kadar azdır.

Belirtiler

Altı yıla kadar doğum kontrol, fizyolojik neden olmadan ağır menstrüasyon ve beş yıla kadar menapoz için östrojen tedavisi gören kadınlarda mukoz zar büyümesine karşı koruma.

Şu durumlarda kullanılmaz

Eğer altkarın iltihabı varsa, rahimde sağlıksız kanamalar varsa, rahimde çarpıklık varsa, had safhada karaciğer hastalığı ya da karaciğerde var varsa, tromboflebit ya da damar tıkanıklığına

doğru bir eğilim varsa Mirena'nın takılmaması gerekir.

Önemli

Mirena takılmadan önce, hamilelik durumunun bitmiş ve altkarın iltihabının tamamen geçmiş olması şarttır.

Dışarı atılma

Mirena farkedilmeden rahimden dışarı atılmış olabilir. Eğer Mirena yarım ya da tamamen dışarı atılmışsa, bu durum ancak adet görme sayısının artmasıyla anlaşılır. Böyle durumlarda vakit geçirmeden doktorunuzla ya da ebeyle ilişkiye geçmelisiniz. Korunmasız kaldığı için, hamile kalmak mümkündür.

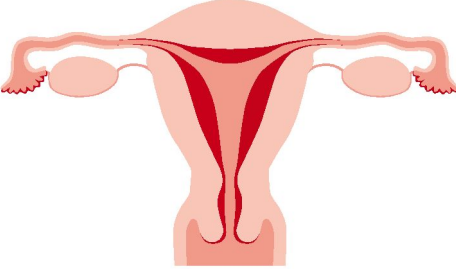
Delinme

Çok nadir durumlarda, özellikle takma esnasında rahim duvarı delinebilir. Böyle durumda Mirena derhal çıkarılmalıdır.

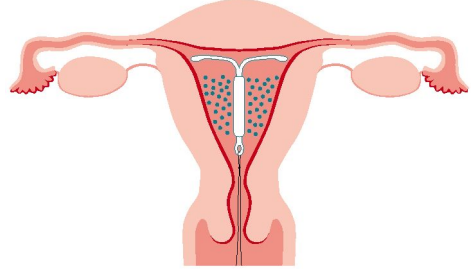
Şeker hastalığı

Mirena'dan gelen az miktardaki hormon glukoz toleransım etkileyebilir, şeker hastası olanların kanşekerlerinin yoğunluğu düzenli olarak kontrol edilmelidir.





Rahimin içi, Mirena'sız



Rahimin içi, Mirena'lı

Adet görmede değişiklikler

Mirena'nın kullanılması normal adet kanamalarında değişikliklere yol açar. İlk üç ay içinde ara kanamalar oldukça olağandır. Genellikle az ve damlalar halinde kanamalar söz konusu olur ama kanamaların fazlaca olduğu durumlar da görülebilir.

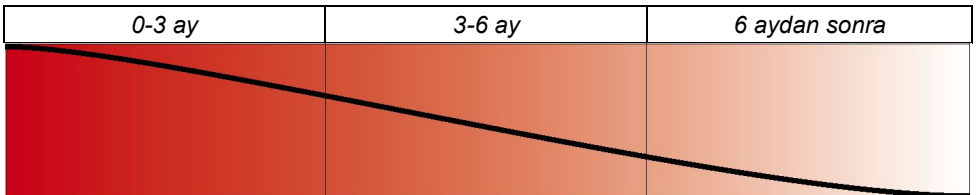
Adet kanamaları çok fazla olan kadınlarda genellikle ilk 4-6 ay içinde küçük kanamalar görülür.

Bu hormon rahim içini etkileyerek, rahim içi mukozasının dinlenme durumuna geçmesine neden olur, bu da adet kanamalarının miktarını azalttığından bazı kadınlar bu yüzden adet görmezler. Buna rağmen yumurtalıklar normal işlevlerini sürdürürler ve bedenin diğer hormon dengesi de normaldir.

Eğer 6-8 hafta kanama olmamışsa, gebelik testi için, gebeliği önleyici araçlarla ilgili bağlı olduğunuz sağlık kuruluşuna başvurmalısınız. Test sonucu aldığımız yanıt gebe kalmadığınızı gösteriyorsa Mirena'yı kullanmaya devam

Kanamanızın nasıl değiştiğini görmek için bir kanama takvimi doldurmak faydalı olabilir. Appstore veya Google Play'den MinSpiral uygulamasını indirin. Uygulamada dijital bir günlük doldurabilir ve ilk üç ay için kanamanızı bildirebilirsiniz. Böylece sonraki altı ay için ilerideki kanamanıza yönelik tahminler alırsınız. Uygulama, size spiralinizi değiştirme zamanını da hatırlatır. Uygulamadan oturum açma kodu 6666'dır.

Adet kanamalarındaki değişiklik



edebilirsiniz.

İlk 3-6 aydan sonra kanamalar fazla ve düzensiz ise, bağlı olduğunuz sağlık kuruluşu ile ilişki kurup, korunma yöntemini değiştirme yoluyla, rahatsızlığın başka bir nedeni olup olmadığını da anlamış olursunuz.

Gebelik

Mirena kullanırken gebe kalma tehlikesi oldukça azdır. Eğer Mirena kullanırken gebe kalacak olursanız derhal doktorunuza ya da ebenizle ilişki kurunuz. (Mirena rahimde takılı iken gebe kalma durumu çok ender olup, hormonun cenin üzerinde olabilecek etkisi de henüz bilinmemektedir.)

Emzirme

Mirena çok az miktarlarda da olsa anne sütüne geçer. Ama bu miktarın emzirilen çocuk üzerinde etkisi olacağı olası değildir.

Diğer ilaçlar

Düzenli olarak kullandığınız ilaçları doktorunuza/ebenize bildirin. Bazı ilaçlar Mirena'nın gücünü etkileyebilir.

Kontrol

Mirena takıldıktan sonra üç ay içerisinde normal olarak kontrole çağırılırsınız. Bundan sonraki kontrollerin ne kadar sık olacağını doktorunuz/ebeniz ile birlikte kararlaştırırsınız.

Kullanımı

Mirena istenmeyen gebeliklere karşı emin bir koruyucu isteyen tüm kadınlar tarafından kullanılabilir.

Mirena, adet kanamasının başladığı günden sonra gelen ilk yedi gün içinde takılır. İki adet görme arasındaki süre içinde Mirena'yı değiştirmek ya da bir başka emin doğum kontrol aletinden Mirena'ya geçmek mümkündür.

Mirena beş yıl kullanıldıktan sonra değiştirilmelidir.

Mirena'nın gebeliği önleyici etkisi, rahim içine yerleştirildikten hemen sonra başlar.

Mirena istenildiği zaman dışarı çıkartılabilir. Ancak Mirena'nın yerine başka bir koruyucu alet ya da yöntem kullanılıyorsa, hemen gebe kalınması söz konusudur.

Yan etkiler

Mirena'nın yan etkileri normalde çok sarsıcı olmayıp geçicidir.

Alışılmış yan etkileri: Kullananların % 30 unda kanamalarda düzensizlik ve aksamalara rastlanmıştır. Bu normal olarak sürekli olan küçük kanamalardır. 3-6 aydan sonra normal olarak bu tür kanamaların sayısı ve miktarı azalır.

Mirena®, rahim içi pedi, levonorgestrel 20 µg/24 saat

Endikasyon: Altı aya kadar doğum kontrol. Beş yıla kadar, östrojenle devam eden yerine geçen tedavi sırasında rahim duvarının normalden fazla kalınlaşmasına karşı idiyopatik menoraji ve koruma. **Yan etkileri:** Baş ağrısı, ruh hali değişiklikleri, akne ve kanama bozuklukları. Yan etkiler genellikle hafif olup, birkaç aylık kullanımdan sonra kaybolur. **Uyarılar / Önlemler:** Aşağıdaki durumlardan herhangi birine sahipseniz veya Mirena'yı ilk kullandığınızda aşağıdaki durumlardan herhangi birisi meydana gelirse bir doktorla / doğum hemşiresiyle iletişime geçin: çok şiddetli baş ağrısı, asimetric görme kaybıyla birlikte fokal migren, hipertansiyon, felç veya kalp krizi. Göğüs kanseri tanısının koyulması durumunda Mirena'nın geri çekilmesi göz önünde bulundurulmalıdır. Mirena kullanmayı düşünen kadınlar, dış gebelik riskinin yanı sıra bulgular ve belirtiler hakkında bilgilendirilmelidir. Hormonal doğum kontrolü kullanan bazı kadınlar, depresyon ve ani ruh hali değişimleri bildirmiştir. Ani ruh hali değişimlerinde bir doğum hemşiresi veya doktor ile iletişime geçin. Paket bilgilendirme broşürünü dikkatlice okuyun.

Kullananların yaklaşık % 10-20 sinde kanamalar tamamen biter.

Mirena'nın kullanılmasıyla ortaya çıkan diğer yan etkiler genellikle hormonal niteliklidir. Bunlar; baş ağrısı, sivilce, göğüslerde sertlik, ruhi sıkıntı, kiloda değişiklik, kendini kötü hissetme, akıntı, altkarın ve sırt ağrıları olarak ortaya çıkar.

Çok ender görülen yan etkiler; seksüel istekte azalma, aşın kıllanma, terleme, saç dökülmesi ve saçlarda yağlanmadır.

Bazen yumurtalıkta kist oluşması tehlikesi de sözkonusu olabilir. Böyle oluşan kistler normal olarak zamanla kaybolur.

Gebeliği önleyici araçlarla ilgili bağlı olduğunuz sağlık kuruluşu ile ilişki kurmanızı gerektiren durumlar:

- Eğer başka tıbbi sorunlarınız varsa.
- Eğer Mirena'nın tam yerine oturmadığından şüpheleniyorsanız.
- Eğer hamilelikten şüphe ediyorsanız.
- Eğer sürekli karın ağrısı, ateş ya da anormal

akıntılar, migrene benzeyen baş ağrısı ya da şiddetli baş ağrısı, yüksek tansiyon ya da sarılık hastalığı varsa.

- Eğer kanamaların şekli değişmişse, örneğin; aniden aşırı miktarda ve tekrar uzun süreli kanamalar oluyorsa, ya da adet görme sancılan tekrar geliyorsa ya da kanamalar tamamen kesilmişse.

Ayrıca

Adet görüldüğü dönemde aybaşı bezi kullanılması tavsiye edilir. Eğer tampon kullanılıyorsa, tamponu dışarı çekerken yanlışlıkla Mirena'yı çekmemeğe özen gösterilmelidir.

Mirena'nın yerinde olup olmadığını anlamak için parmağınızı hazneye sokup, rahim ağzındaki iplikleri hissederek kontrol edebilirsiniz.

Eğer bu iplikler elinize gelmiyorsa mutlaka kontrole gitmeniz gereklidir.

Tarih/Datum _____

İlişki kurulacak kişi/Kontaktperson _____

Telefon/Tel _____

Yeniden ziyaret tarihi/Äterbesök _____

Her kontrole geldiğinizde bu kartı birlikte getiriniz.



Bayer AB
Box 606
169 26 SOLNA
Telefon +46 8 580 223 00

 **Mirena®**
levonorgestrel 20 µg/24 tim

Kanama çizelgesi