

## نوفارينج حلقة مهبلية

### التركيب:

المواد الفعالة وكميتها:

إيتونوجستريل	11.7 ملغ	(Etonogestrel)
إيثينيل إستراديول	2.7 ملغ	(Ethinylestradiol)

إيتونوجستريل وإيثينيل إستراديول يتحرران من الحلقة بوتيرة 0.120 ملغ/يوم و 0.015 ملغ/يوم، كل واحد لمدة 3 أسابيع. لقائمة المواد غير الفعالة، الرجاء أنظري بند 6.1 "على ماذا تحتوي نوفارينج".

### أشياء من المهم معرفتها بشأن وسائل منع الحمل الهرمونية المُدمجة (CHCs):

- إنها تشكل واحدة من الطرق المنعكسة (القابلة للعكس) الأكثر موثوقية لمنع الحمل، إذا تم استخدامها بشكل صحيح.
- إنها تزيد قليلاً من الاختطار لجلطات دموية في الأوردة والشرايين، وخاصة في السنة الأولى من الاستعمال أو عند البدء من جديد باستعمال وسائل منع حمل هرمونية بعد انقطاع دام 4 أسابيع أو أكثر.
- يُرجى أن تكوني متيقظة وتوجهي إلى طبيبك إذا كنت تعتقدين أن لديك أعراض جلطة دموية (أنظري بند 2، "جلطات دموية").

### اقرأ النشرة بامعان حتى نهايتها قبل أن تستعلي نوفارينج لأنها تحتوي على معلومات مهمة تخصك.

- تحتوي هذه النشرة على معلومات ملخصة عن نوفارينج. إذا كانت لديك أسئلة إضافية، اسألي طبيبك أو الصيدلي.
- هذا الدواء وصف لك. لا تعطيه إلى آخرين. فهو قد يسبب الضرر لهم حتى إذا بدا لك أن وضعهم الصحي مماثل لوضعك.
- احتفظي بهذه النشرة. من الممكن أن تحتاجي إلى أن تقرئها مجدداً.
- إذا كانت لديك أسئلة إضافية، اسألي الطبيب أو الصيدلي الخاص بك.
- إذا كنت تعانين من أعراض جانبية، توجهي إلى الطبيب أو الصيدلي. أيضاً إذا كنت تشعرين بأعراض جانبية لم تُذكر بهذه النشرة (أنظري بند 4، "الأعراض الجانبية").

### 1. لأي غرض مُخصصة نوفارينج؟

الفصيلة العلاجية: حلقة مهبلية لمنع الحمل، التي تحوي إستروجين وپروجستوجن.

نوفارينج هي حلقة مهبلية المخصصة لمنع الحمل. كل حلقة تحتوي على كمية صغيرة من هرموني جنس أنثويين – إيتونوجستريل وإيثينيل إستراديول. الحلقة تحرر هذين الهرمونين ببطء إلى الدورة الدموية. بسبب كمية الهرمونات المنخفضة المتحررة، تعتبر نوفارينج وسيلة منع بجرعة هرمونية منخفضة. بما أن نوفارينج تحرر نوعين مختلفين من الهرمونات فإنها تسمى وسيلة منع هرمونية مُدمجة.

تعمل نوفارينج على غرار القرص المُدمج لمنع الحمل ("قرص منع الحمل") لكن بدلاً من تناول قرص كل يوم، فإن استعمال الحلقة يكون لمدة 3 أسابيع متواصلة. تحرر نوفارينج هرموني جنس أنثويين يمنعان تحرير بويضة من المبيضين. إذا لم تتحرر بويضة، لا يمكنك الدخول في الحمل.

### 2. ماذا عليك أن تعرفي قبل استعمال نوفارينج

#### ملاحظات عامة

قبل أن تبدئي باستعمال نوفارينج عليك قراءة المعلومات عن الجلطات الدموية في البند 2. من المهم بشكل خاص قراءة ما هي أعراض الجلطة الدموية – أنظري بند 2، "جلطات دموية".

في هذه النشرة، موصوفة عدة حالات عليك بها التوقف عن استعمال نوفارينج، أو حالات بها قد تكون نوفارينج أقل موثوقة. في هذه الحالات يُمنع عليك القيام بعلاقات جنسية أو عليك استعمال إضافة إلى ذلك وسيلة منع ليست هرمونية – مثل استعمال واقي مطاطي ذكري أو طريقة عزل أخرى. لا يجوز استعمال طرق "الأيام الآمنة" أو قياس حرارة الجسم. هذه الطرق قد تكون غير موثوقة لأن نوفارينج تؤثر على التغيرات الشهرية لدرجة حرارة الجسم وعلى التغيرات بمخاط عنق الرحم.

نوفارينج، ككل وسيلة منع هرمونية أخرى، لا تحمي من العدوى بـ HIV (إيدز) أو أمراض أخرى التي تنتقل بالاتصال الجنسي (الجماع).

### 2.1 متى لا يجوز استعمال نوفارينج

لا يجوز استعمال نوفارينج إذا كانت لديك إحدى الحالات المُفصلة أدناه. إذا كانت لديك إحدى الحالات المُفصلة أدناه، أنت مُجبرة على إخبار طبيبك بذلك. سيقاقتك طبيبك بشأن استعمال وسيلة منع حمل أخرى ملائمة أكثر.

## لا يجوز استعمال نوافرينج إذا:

- لديك (أو كان لديك في الماضي) خثرة دموية في الأوعية الدموية في الساقين (خثرة الأوردة العميقة، DVT)، في الرئتين (انصمام رئوي، PE) أو في أعضاء أخرى؛
- معلوم لك بأن لديك اضطراب الذي يؤثر على تخثر دمك - مثلاً، نقص البروتين C، نقص البروتين S، نقص في مُضادُّ الثرومبين III، عامل 5 لايدان أو أجسام مضادة ضد الفوسفوليبيدات؛
- كنت بحاجة إلى جراحة أو إذا كنت مُستقلبة لفترة طويلة بقلّة حركة (أنظري بند 2، "جلطات دموية")؛
- كان لديك من قبل سكتة قلبية أو سكتة دماغية؛
- يوجد لديك (أو كانت لديك في الماضي) ذبحة صدرية (وضع الذي يؤدي إلى ألم حاد في الصدر ومن الممكن أن يكون علامة أولية لنوبة قلبية) أو نوبة إقفارية عابرة (TIA - أعراض مؤقتة لسكتة دماغية)؛
- يوجد لديك أحد الأمراض التالية التي قد تعزز من الاختطار (احتمال الخطر) لتجلط الدم في الشرايين:
  - سكري وخيم مع ضرر في الأوعية الدموية
  - ضغط دم مرتفع جداً
  - مستوى مرتفع جداً من الدهن في الدم (كولسترول أو دهون ثلاثية)
  - وضع المسمى فرط الهوموسيستينين في الدم (hyperhomocysteinaemia)
- يوجد لديك (أو كان لديك في الماضي) نوع من الصداع النصفي الذي يدعى "صداع نصفي مع أورة" (هالة)؛
- يوجد لديك (أو كان لديك في الماضي) التهاب في البنكرياس (pancreatitis) المصحوب بمستويات مرتفعة من الدهن في دمك؛
- يوجد لديك (أو كان لديك في الماضي) مرض وخيم في الكبد وكبدك ما زال لا يعمل بشكل طبيعي؛
- يوجد لديك (أو كان لديك في الماضي) ورم حميد أو خبيث في الكبد؛
- يوجد لديك (أو كان لديك في الماضي)، أو قد يكون لديك، سرطان الثدي أو سرطان في الأعضاء التناسلية؛
- يوجد لديك أي نزيف مهبل غير مُبرر؛
- كنت حساسة لإيثينيل إستراديول أو لإيتونوجستريل، أو لإحدى المركبات الأخرى لهذا الدواء (مذكورة في البند 6)؛
- كنت حاملاً، أو عندما يكون هناك شك لحمل. إذا حملت خلال استعمال نوافرينج، عليك إخراج الحلقة والتوجه إلى طبيبك.

إذا ظهرت إحدى الحالات المذكورة أعلاه للمرة الأولى خلال استعمال نوافرينج، أخرجي الحلقة على الفور، وتوجهي إلى طبيبك. حالياً، استعملي وسائل منع ليست هورمونية.

يُمنع استعمال نوافرينج إذا كنت تعانين من التهاب الكبد من نوع C (hepatitis C) وتتناولين أدوية تحتوي على أوميتاسفير/باريتاڤريفير/ريتوناڤير/داسابوفير أو جليكاڤريفير/بيبرنتاسفير (أنظري أيضاً البند 2.4 "تفاعلات/ردود فعل بين الأدوية").

## 2.2 تحذيرات خاصة متعلقة باستعمال نوافرينج

متى يتوجب عليك الاتصال بطبيبك؟

توجهي إلى مساعدة طبية طارئة

- إذا لاحظت أعراض ممكنة لتجلط دم، الذي من الممكن أن يعني بأنك تعانين من جلطة دموية في الرجل (أي، خثار في الأوردة العميقة)، جلطة دموية في الرئتين (أي، انسداد رئوي)، نوبة قلبية أو سكتة دماغية (أنظري البند أدناه "جلطات دموية").
- لوصف أعراض هذه الآثار الجانبية الوخيمة، الرجاء أنظري البند "كيفية تمييز جلطة دموية".

أخبري طبيبك إذا كان أحد الأوضاع التالية ينطبق عليك.

إذا تطور الوضع أو تدهور وقت استعمال نوافرينج، عليك إخبار طبيبك بذلك:  
قبل استعمال نوافرينج أخبري طبيبك إذا:

- لأحد من أبناء عائلتك يوجد أو كان في الماضي سرطان ثدي؛
- لديك صرع (أنظري بند 2.4 "تفاعلات/ردود فعل بين الأدوية")؛
- يوجد لديك مرض كبد (مثل اليرقان) أو مرض في كيس المرارة (مثل حصي في المرارة)؛
- يوجد لديك مرض كرون أو التهاب تقرحي في القولون (مرض أمعاء التهابي مزمن)؛
- يوجد لديك مرض الذئبة الاحمرارية الجهازية (SLE)، مرض يؤثر على جهاز الدفاع الطبيعي خاصتك؛
- يوجد لديك متلازمة انحلال الدم اليوريمية (HUS - اضطراب في تخثر الدم يؤدي إلى فشل كلوي)؛
- يوجد لديك فقر دم منجلي (مرض وراثي بخلايا الدم الحمراء)؛
- يوجد لديك مستويات مرتفعة من الدهن في الدم (فَرطُ ثلاثي غليسيريد الدم) أو تاريخ عائلي إيجابي لهذا الوضع. فَرطُ ثلاثي غليسيريد الدم يرتبط باختطار أكبر لتطويع التهاب في البنكرياس (pancreatitis)؛
- كنت بحاجة إلى جراحة أو إذا كنت مُستقلبة لفترة طويلة بقلّة حركة (أنظري بند 2، "جلطات دموية")؛
- كنت مباشرة بعد الولادة، فأنت باختطار مرتفع لجلطات دموية. عليك سؤال طبيبك، ما هو أبكر موعد بعد الولادة تستطيعين به البدء باستعمال نوافرينج؛
- يوجد لديك التهاب في الأوردة تحت الجلد (التهاب الوريد الخثاري السطحي)؛
- يوجد لديك دوالي؛
- يوجد لديك وضع الذي حدث للمرة الأولى أو تدهور خلال الحمل أو خلال استعمال سابق بهورمونات جنسية (مثل فقدان السمع، البرفيرية [مرض في الدم]، هريس في الحمل - herpes gestationis [طفح جلدي المصحوب بحويصلات خلال الحمل]، أو رقاص سيدنهام [مرض في الأعصاب، الذي يتميز بحركات فجائية في الجسم]؛

- إذا كنت تشعرين بأعراض وذمة وعائية مثل انتفاخ الوجه، اللسان و/أو الحلق و/أو صعوبة في البلع أو شرى (رد فعل أَرَجِيّ في الجلد) الذي قد يظهر مع صعوبات تنفس، اتصلي بالطبيب على الفور. قد تتسبب المستحضرات التي تحتوي على هرمون الأستروجين بأعراض الوذمة الوعائية الوراثية والمكتسبة أو بتفاقمها؛
- يوجد لديك (أو كان لديك في الماضي) كلف (بقع صباغ ضاربة إلى الأصفر – البني، المدعوة "بقع حمل"، خاصة في الوجه). في هذا الوضع، تجنبي التعرض الزائد للشمس أو الأشعة فوق البنفسجية؛
- يوجد لديك وضع طبي يُصعب استعمال نوفارينج – على سبيل المثال، إذا كان لديك إمساك، إذا كان لديك هبوط عنق الرحم أو إذا كنت تعانين من الآم عند ممارسة الجماع.
- يوجد لديك إلحاح، تواتر، حرقة و/أو آلام أثناء التبول، وليس بإمكانك إيجاد الحلقة في المهبل. هذه الأعراض ممكن أن تشير إلى مكان خاطيء لـ نوفارينج داخل كيس المثانة.

### جلطات دموية

استعمال وسيلة منع هورمونية مدمجة مثل نوفارينج، يزيد من اختطارك لتطوير جلطات دموية مقارنةً بعدم استعماله. في حالات نادرة، جلطة دموية بإمكانها سد وعاء دموي والتسبب بأضرار جديّة.

جلطات دموية من شأنها أن تتطور

- في الأوردة (تسمى "خثار وريدي"، "venous thromboembolism" أو VTE)؛
- في الشرايين (تسمى "خثار شرياني"، "arterial thromboembolism" أو ATE).

الانتعاش من جلطات دموية ليس كاملاً دائماً. في حالات نادرة متوقع حدوث تأثيرات وخيمة متواصلة، أو، في حالات نادرة جداً، ممكن أن تكون التأثيرات قاتلة.

من المهم التذكر أن الاختطار العام لجلطة دموية ضارة بسبب استعمال نوفارينج هو منخفض.

### كيفية تمييز جلطة دموية

توجهي لتلقي علاج طبي عاجل إذا لاحظت واحدة من العلامات أو الأعراض التالية.

هل واجهت أحد هذه الأعراض؟	مما قد تكوني تعانين؟
<ul style="list-style-type: none"> <li>• انتفاخ في رجل واحدة أو على طول وريد في الرجل أو القدم خصوصاً عندما يكون مصحوباً مع: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ألم أو حساسية في الرجل الذي من الممكن إحساسه فقط عند الوقوف أو المشي</li> <li>• زيادة حرارة الرجل المصابة</li> <li>• تغير في لون جلد الرجل مثل أن يصبح شاحباً، أحمر أو أزرق</li> </ul> </li> </ul>	خثار في الأوردة العميقة
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ضيق نفس فجائي غير مبرّر أو سرعة في التنفس؛</li> <li>• سعال فجائي بدون سبب واضح، والذي قد يكون دمويًا؛</li> <li>• آلام حادة في الصدر التي من شأنها أن تتفاقم مع تنفس عميق؛</li> <li>• شعور وخيم بالدوار أو دوام؛</li> <li>• نظم قلب سريع أو غير منتظم؛</li> <li>• ألم بطن وخيم؛</li> </ul> <p>إذا لم تكوني متأكدة، توجهي للطبيب لأن بعض هذه الأعراض، مثل سعال أو ضيق تنفس، ممكن أن تُفسّر بشكل خاطيء على أنها وضع أكثر اعتدالاً، مثل التهاب في المسالك التنفسية (على سبيل المثال "رشح").</p>	إنصمام رئوي
<p>أعراض التي تظهر على الأغلب بعين واحدة:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• فقدان البصر الفوري أو</li> <li>• تشوش رؤية غير مصحوب بالآم، من شأنه أن يتطور لفقدان بصر</li> </ul>	خثار في وريد شبكية العين (جلطة دموية في العين)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• أوجاع، عدم راحة، ضغط، شعور بثقل في الصدر</li> <li>• شعور بانقباض أو امتلاء في الصدر، في الذراع أو تحت عظم الصدر؛</li> <li>• امتلاء، مشاكل هضم أو شعور بالاختناق؛</li> <li>• عدم راحة في القسم العلوي من الجسم الذي ينتشعب إلى الظهر، للفك، للحلق، للذراع والبطن؛</li> <li>• تعرق، غثيان، تقيؤ أو دوام؛</li> <li>• ضعف شديد، قلق أو ضيق تنفس؛</li> </ul>	نوبة قلبية

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• نظم قلب سريع أو غير منتظم</li> </ul>
سكتة دماغية	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ضعف فجائي أو فقدان شعور فجائي في الوجه، الذراع أو الرجل. بالأخص في جانب واحد من الجسم؛</li> <li>• ارتباك فجائي، صعوبة في التكلم أو الفهم؛</li> <li>• مشكلة فجائية في الرؤية بعين واحدة أو في كلتا العينين؛</li> <li>• صعوبة فجائية في المشي، دوخة، فقدان التوازن أو التنسيق؛</li> <li>• صداع فجائي، وخيم أو متواصل بدون سبب معروف؛</li> <li>• فقدان الوعي أو الإغماء مع أو بدون تشنجات.</li> </ul> <p>أحياناً قد تكون أعراض السكتة الدماغية قصيرة مع انتعاش شبه فوري وكلي، لكن عليك بالرغم من ذلك التوجه لتلقي علاج طبي فوري بحيث أنك قد تكونين عرضة لسكتة دماغية أخرى.</p>
جلطات دموية التي تؤدي إلى انسداد أو عية دموية أخرى	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تورم وُزْرقة طفيفة (تغير في اللون) للطرف</li> <li>• ألم بطن وخيم (بطن حاد [acute]).</li> </ul>

### جلطات دموية في الوريد

#### ماذا من شأنه أن يحدث إذا تطورت جلطة دموية في الوريد؟

- استعمال وسائل منع حمل هورمونية مدمجة يرتبط بارتفاع الاختطار لتجلطات دموية في الأوردة (خثار وريدي). مع ذلك، هذه الأعراض الجانبية نادرة. على الأغلب، تحدث في السنة الأولى لاستعمال وسائل منع حمل هورمونية مدمجة.
- إذا حصلت جلطة دموية في وريد في الرجل أو القدم فمن الممكن أن تسبب خثار في وريد عميق (DVT).
- إذا انتقلت الجلطة الدموية من الرجل وعلقت في الرئة يمكن أن تؤدي إلى انصمام رئوي.
- في حالات نادرة جداً ممكن أن تحدث جلطة دموية في عضو آخر، مثل العين (خثار في وريد شبكية العين).

#### متى يكون الاختطار الأكبر لتطور جلطة دموية في الوريد؟

الاختطار لتطوير جلطة دموية في الوريد هو الأكبر في السنة الأولى التي يتم فيها استعمال وسائل منع حمل هورمونية مدمجة للمرة الأولى. الاختطار من شأنه أيضاً أن يكون أكبر إذا جددت استعمال وسيلة منع حمل هورمونية مدمجة (نفس المستحضر أو مستحضر آخر) بعد انقطاع دام 4 أسابيع أو أكثر.

بعد السنة الأولى للاستعمال، يقل الخطر، ولكنه دائماً يبقى أعلى بقليل بالمقارنة مع عدم استعمالك لوسيلة منع حمل هورمونية مدمجة.

بعد انتهاء استعمال نوفارينج، الاختطار لجلطة دموية يعود إلى سابقه خلال أسابيع معدودة.

#### ما هو الاختطار لتطور جلطة دموية؟

الاختطار متعلق في الاختطار الطبيعي الخاص بك لـ VTE (خثار وريدي) وبنوع وسيلة منع الحمل الهورمونية المدمجة التي تتناولينها.

الاختطار الإجمالي لجلطة دموية في الرجل أو الرئتين (DVT أو PE) مع نوفارينج قليل.

- من بين 10,000 امرأة لا تقوم باستعمال أي وسيلة منع حمل هورمونية مدمجة وليست في حمل، قرابة الـ 2 يقمن بتطوير جلطة دموية خلال السنة.
- من بين 10,000 امرأة تستعمل وسيلة منع حمل هورمونية مدمجة المحتوية على ليفونورجستريل، نورتيسترون أو نورجستيمات، قرابة الـ 5-7 يقمن بتطوير جلطة دموية خلال السنة.
- من بين 10,000 امرأة تستعمل وسيلة منع حمل هورمونية مدمجة المحتوية على نورألجسترومين، أو إيتونوجيستريل مثل نوفارينج، قرابة الـ 6-12 امرأة يقمن بتطوير جلطة دموية خلال السنة.
- الاختطار لجلطة دموية يتغير وفق تاريخك الطبي الخاص بك (أنظري "عوامل تزيد من اختطار حدوث جلطة دموية" في التكملة).

خطر تطور جلطة دموية خلال سنة	
قرابة 2 من بين 10,000 امرأة	نساء اللواتي لا يستعملن وسائل منع حمل هورمونية مدمجة مثل قرص/لصقة/حلقة ولسن في حمل
قرابة 5-7 من بين 10,000 امرأة	نساء يقمن باستعمال حبوب منع حمل هورمونية مدمجة المحتوية على ليفونورجستريل، نورتيسترون أو نورجستيمات
قرابة الـ 6-12 من بين 10,000 امرأة	نساء يقمن باستعمال نوفارينج

## عوامل تزيد من اختطار حدوث جلطة دموية في الوريد

إختطار حدوث جلطة دموية مع **نوفارينج** هو قليل، ولكن هنالك عدة حالات من شأنها زيادة هذا الاختطار. الاختطار يرتفع أكثر:

- إذا كنت ذات وزن زائد جدًا (مؤشر كتلة الجسم أو BMI فوق 30 كغم/متر مربع)؛
- إذا كان لأحد أقاربك الأسريين جلطة دموية في الرجل، الرئتين أو أي عضو آخر في سن مبكرة (مثلًا، تحت جيل الـ 50 سنة بالتقريب). في هذه الحالة يمكن أن يكون لديك اضطراب وراثي في تخثر الدم؛
- إذا كنت مضطرة للخضوع لعملية جراحية، أو في الحالات التي تكونين فيها غير قادرة على الوقوف على رجلك لفترة طويلة بسبب إصابة أو مرض، أو أن رجلك مثبتة بجبس (جبصين). من الممكن أن تكون حاجة لإيقاف استعمال **نوفارينج** عدة أسابيع قبل العملية أو أثناء الفترة التي تكونين فيها أقل تحركًا. إذا كنت بحاجة لإيقاف استعمال **نوفارينج**، اسألي طبيبك متى يمكن البدء باستعمالها مجددًا؛
- مع التقدم بالعمر (خاصة بعد جيل 35 سنة بالتقريب)؛
- إذا أنجبت قبل أقل من بضعة أسابيع.

الاختطار لتطور جلطة دموية يرتفع أكثر مع زيادة وجود العوامل.

طيران (أكثر من 4 ساعات) يمكن أن يزيد بشكل مؤقت اختطار حصول جلطة دموية، خاصة إذا كان لديك جزء من العوامل الأخرى في القائمة. من المهم إخبار الطبيب إذا كان أحد هذه الأوضاع ينطبق عليك، حتى لو لم تكوني متأكدة. من المحتمل أن يقرر طبيبك بأن تتوقفي عن استعمال **نوفارينج**.

إذا تغير أحد الأوضاع التي ذكرت أعلاه أثناء استعمال **نوفارينج**، على سبيل المثال قريب عائلة تعرض لختار بدون أي سبب معروف، أو إذا حصل عندك زيادة ملحوظة في الوزن، عليك إخبار طبيبك.

## جلطات دموية في الشريان

ماذا من شأنه أن يحدث إذا تطورت جلطة دموية في الشريان؟

مثل الجلطة الدموية في الوريد، جلطة دموية في الشريان قد تسبب مشاكل وخيمة. مثلًا، من شأنها أن تسبب نوبة قلبية، أو سكتة دماغية.

## عوامل تزيد من اختطار حدوث جلطة دموية في الشريان

من المهم الذكر أن خطر حدوث نوبة قلبية أو سكتة دماغية بسبب استعمال **نوفارينج** هو قليل جدًا ولكن يمكنه الارتفاع:

- مع التقدم بالعمر (بعد جيل 35 سنة بالتقريب)؛
- إذا كنت **مُدخنة**. خلال استعمال وسائل منع هورمونية مدمجة مثل **نوفارينج** يوصى بالتوقف عن التدخين. إذا لم تنجحي بالتوقف عن التدخين وكنت فوق جيل 35 من شأن طبيبك أن يوصيك باستعمال نوع آخر من وسائل منع الحمل؛
- إذا كنت ذات وزن زائد؛
- إذا كان لديك ضغط دم مرتفع؛
- إذا كان لأحد أقربائك الأسريين نوبة قلبية أو سكتة دماغية في سن مبكرة (تحت جيل 50 سنة بالتقريب). في هذه الحالة أنت أيضًا قد تكونين باختطار أكبر للإصابة بنوبة قلبية أو سكتة دماغية؛
- إذا كان لديك، أو لأحد أقربائك الأسريين مستوى مرتفع من الدهون في الدم (كولسترول أو دهون ثلاثية)؛
- إذا كان لديك صداع نصفي بالأخص صداع نصفي مع أورة (هالة)؛
- إذا كان لديك مشكلة في القلب (اضطراب في الصمام، عدم انتظام ضربات القلب المسمى رجفان أذيني)؛
- إذا كان لديك سكري.

إذا كان لديك أكثر من واحد من هذه الأوضاع، أو إذا كان واحد منها وخيم بشكل خاص، فإن اختطار تطوّر جلطة دموية قد يرتفع أكثر.

إذا تغير واحد من هذه الأوضاع خلال استعمال **نوفارينج**، على سبيل المثال، إذا بدأت بالتدخين، قريب عائلة واجه خثار بدون أي سبب معروف أو إذا حصل عندك زيادة ملحوظة في الوزن، أخبري طبيبك.

## سرطان

المعلومات المقدمة فيما يلي قد جمعت من أبحاث عن وسائل منع حمل مُدمجة تؤخذ عن طريق الفم، وقد تكون ذات صلة أيضًا **لنوفارينج**. لا توجد معلومات متوفرة بالنسبة للإعطاء عن طريق المهبل لهورمونات لمنع الحمل (مثل **نوفارينج**).

وُجد سرطان الثدي في أحيان أكثر بقليل لدى النساء اللواتي يستعملن أقراص مُدمجة، ولكن من غير المعروف إذا كان الأمر يحدث بسبب العلاج. على سبيل المثال، يحتمل أن الأورام تُكتشف أكثر عند النساء اللواتي يستعملن أقراص مُدمجة لأنهن يخضعن لفحوصات بوتيرة أعلى من قبل الطبيب. زيادة حدوث سرطان الثدي تقل بالتدرج بعد إيقاف استعمال القرص المدمج.

من المهم فحص الثدي بشكل دائم وعليك التوجه إلى الطبيب في حال شعرت بأيّة كتلة. كذلك، عليك أن تبلغي الطبيب إذا لأحد أقربائك يوجد، أو كان سرطان الثدي، في الماضي (أنظري بند 2.2 "تحذيرات خاصة متعلقة باستعمال **نوفارينج**").

تم الإبلاغ لدى مستخدمات الأقراص عن أورام كبد حميدة في حالات نادرة وفي حالات أقل أبلغ عن أورام كبد خبيثة. توجهي إلى الطبيب في حال عانيت من ألم شاذ ووخيم في البطن.

لدى النساء اللواتي يستعملن قرص مُدمج لمنع الحمل تم التبليغ بأن سرطان بطانة الرحم (غشاء الرحم) وسرطان المبايض حدثت بتواتر أقل. قد يكون هذا هو الوضع أيضًا بالنسبة **لنوفارينج**، لكن هذه المعلومات لم يُصادق عليها بعد.

## اضطرابات نفسية

قسم من النساء اللواتي تستعملن وسائل منع حمل هورمونية، بما في ذلك **نوفارينج** بلغن عن اكتئاب أو مزاج اكتئابي. قد يكون الاكتئاب شديدًا ومن الممكن أن يؤدي أحيانًا إلى أفكار انتحارية. إذا كنت تشعرين بتغييرات في المزاج وأعراض اكتئابية، توجهي إلى طبيبك من أجل الحصول على استشارة طبية إضافية بأسرع وقت ممكن.

## 2.3 الأطفال والمراهقين

مأمونية ونجاعة **نوفارينج** لدى المراهقين تحت جيل 18 سنة لم تُفحص.

## 2.4 تفاعلات/ردود فعل بين الأدوية

إذا كنت تأخذين أو أخذت في الآونة الأخيرة أدوية أخرى، بما في ذلك أدوية بدون وصفة طبية وإضافات غذائية، أخبري طبيبك أو الصيدلي بذلك.

أخبري دائمًا طبيبك بأي أدوية أو مستحضرات نباتية تستعملينها. بالإضافة إلى ذلك، يجب إعلام كل طبيب آخر أو طبيب الأسنان (أو الصيدلي)، الذي يصف لك دواء إضافي، بأنك تستعملين **نوفارينج**. إنهم قادرون على إخبارك إذا كنت بحاجة لاستعمال وسائل منع إضافية لمنع الحمل (مثلًا، وافي مطاطي ذكري)، وإذا كان الأمر كذلك، لأي فترة من الزمن، أو هل ينبغي تغيير طريقة استعمال الدواء الآخر الذي تحتاجينه.

### جزء من الأدوية

- قد تكون ذات تأثير على مستويات **نوفارينج** في الدم؛
- قد تجعلها أقل نجاعة في منع الحمل؛
- قد تسبب نزيف غير متوقع.

هذه الأدوية تشمل أدوية التي تُستعمل لعلاج:

- الصرع (على سبيل المثال، بريميدون، فنيثوين، باربيتورات، كاربامازيبين، أوكسكاربازيبين، توبرامات، فلبامات)؛
- السل (على سبيل المثال، ريفامبيسين)؛
- تلوث HIV (على سبيل المثال، ريتونافير، نيلفينافير، نيفيرابين، أفانيرز)؛
- تلوث بالتهاب الكبد من نوع C (على سبيل المثال، بوسيبيريفير، تيلابريفير)؛
- أمراض عدوى (تلوثات) أخرى (على سبيل المثال، جريسوفولفين)،
- ضغط دم مرتفع في أوعية الدم الرئوية (بوسينتان)؛
- مزاج مكتئب (الدواء النباتي St. John's wort)

إذا كنت تتناولين أدوية أو مستحضرات نباتية التي قد تؤدي لأن يكون **نوفارينج** أقل فاعلية، سيكون هناك حاجة لاستعمال وسيلة منع حاجبة أيضًا (مثلًا وافي مطاطي ذكري). لأن تأثير دواء آخر على **نوفارينج** قد يستمر حتى 28 يوم بعد إيقاف الدواء، هناك حاجة لاستعمال وسيلة المنع الحاجبة الإضافية طوال هذه الفترة. ملاحظة: لا يجوز استعمال **نوفارينج** مع حاجز مهبلية، غطاء عنق الرحم أو وافي مطاطي نسائي.

قد يؤثر **نوفارينج** على نجاعة أدوية أخرى، مثل

- أدوية التي تحتوي على سيكلوسبورين
- الدواء لعلاج الصرع، لاموتريجين (الأمر قد يزيد من شيوع النوبات)

يُمنع استعمال **نوفارينج** إذا كنت تعانين من التهاب الكبد من نوع C (hepatitis C) وإذا كنت تتناولين أدوية التي تحتوي على أومبيتاسفير/باريتابريفير/ريتونافير وداسابوفير أو جليكابريفير/بيبرنتاسفير، لأنّ هذا الأمر ممكن أن يؤدي إلى ارتفاع في نتائج فحوصات الدم لأداء عمل الكبد (ارتفاع في إنزيم الكبد من نوع ALT).

سيصف لك طبيبك وسائل منع حمل من نوع آخر، قبل أن تبدئي العلاج بهذه الأدوية.

يمكن إعادة استعمال **نوفارينج** بعد أسبوعين تقريبًا من إكمال هذا العلاج. أنظري البند 2.1 "متى يُمنع استعمال **نوفارينج**".

استشيري طبيبك أو الصيدلي قبل تناول أي دواء.

يمكنك استعمال السدادات القطنية (تامبون) أثناء استعمال **نوفارينج**. أدخل **نوفارينج** قبل إدخال التامبون. عليك الحذر عند إخراج التامبون والتأكد أن الحلقة لم تُسحب عن طريق الخطأ خارجًا. في حال خروج الحلقة، ببساطة قومي بغسلها بالماء البارد حتى الفاتر وأدخليها فورًا إلى مكانها.

حصل كسر في الحلقة عند الاستعمال سويًا مع مستحضرات مهبلية مثل مادة تشحيم أو علاج لعدوى (أنظري الفصل 3.4 "ما العمل إذا... كُسرت الحلقة"). استعمال مبيدات المنى أو منتجات لمعالجة الفطريات في المهبل لا يقلل من نجاعة **نوفارينج** في منع الحمل.

## فحوصات مختبرية

إذا كنت تمرين بأي فحوصات للدم أو البول، أبلغني العامل الطبي الذي يُعالجك بأنك تستعملين نوفارينج لأن الأمر قد يؤثر على نتائج فحوصات معينة.

## 2.5 الحمل والإرضاع

لا يجوز استعمال نوفارينج لدى النساء الحوامل، أو اللواتي يعتقدن بأنهن قد يكن حوامل. إذا دخلت في الحمل خلال استعمال نوفارينج عليك إزالة الحلقة والاتصال بطبيبك.

إذا كنت تريدين التوقف عن استعمال نوفارينج لأنك تريدين الدخول في الحمل، أنظري البند 3.5 "ما العمل إذا ... كنت ترغبين بإيقاف استعمال نوفارينج".

لا يوصى عادةً باستعمال نوفارينج خلال الإرضاع. إذا كنت معنية باستعمال نوفارينج خلال الإرضاع، الرجاء استشاري طبيبك.

## 2.6 السياقة واستعمال الآلات

من غير المرجح أن تؤثر نوفارينج على القدرة على السياقة أو على استعمال الآلات.

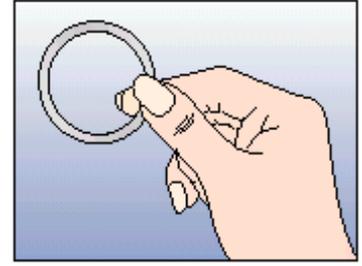
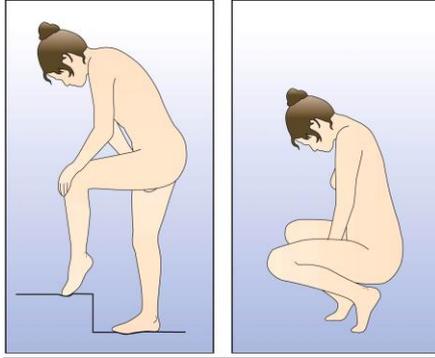
## 3. كيف تستعملين نوفارينج

إستعملي نوفارينج دائمًا وفقًا لتعليمات الطبيب. عليك التأكد من الطبيب أو الصيدلي إذا لم تكوني متأكدة. بإمكانك إدخال وإخراج نوفارينج بنفسك. سيرشدك الطبيب متى تستعملين نوفارينج في المرة الأولى. يجب إدخال الحلقة المهبلية في اليوم الصحيح من دورتك الشهرية (أنظري بند 3.3، "متى أبدأ باستعمال الحلقة الأولى") وتركها في مكانها لمدة 3 أسابيع متواصلة. افحصي بشكل ثابت إذا كانت نوفارينج لا تزال موجودة في المهبل (مثلاً، قبل وبعد ممارسة علاقة جنسية) من أجل التأكد من أنك محمية من الحمل. بعد الأسبوع الثالث أخرجي نوفارينج واعلمي استراحة من أسبوع واحد. عادة سيأتيك النزيف الشهري (الطمث) خلال أسبوع التوقف هذا.

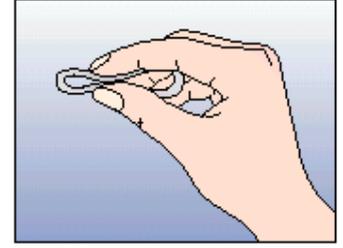
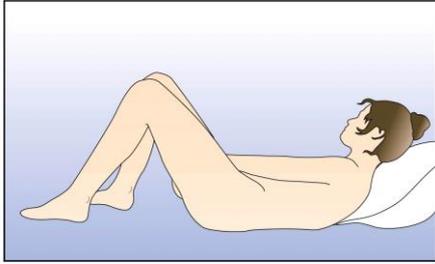
أثناء استعمال نوفارينج، يُمنع استعمال طرق منع حاجبة معينة مثل حاجز مهبلي، غطاء عنق الرحم أو واقي مطاطي نسائي. يُمنع استعمال طرق المنع الحاجبة هذه كطريقة الدعم الخاصة بك لوسائل المنع، لأن نوفارينج ممكن أن يتضارب مع الموضع الصحيح للحاجز المهبل، غطاء عنق الرحم أو واقي مطاطي نسائي. مع هذا، يمكن استعمال الواقي المطاطي الذكري كطريقة إضافية لمنع الحمل.

## 3.1 كيف تدخلين وتخرجين نوفارينج

1. قبل إدخال الحلقة، تأكدي أن صلاحيتها لم تنته (أنظري بند 5، "كيفية تخزين نوفارينج").
2. اغسلي يديك قبل إدخال وإخراج الحلقة.
3. إختاري الوضعية الأكثر راحة بالنسبة لك لإدخال الحلقة، مثل الوقوف ورجل واحدة مرفوعة، جلوس منحنى (القرصاء)، أو استلقاء.
4. أخرجي نوفارينج من الكيس.
5. أمسكي الحلقة بين الإبهام والسبابة، قومي بضم طرفي الحلقة المتعاكسين إلى بعضهما بين أصابعك، وأدخلي الحلقة إلى داخل المهبل (أنظري الرسوم 4-1). عندما تكون نوفارينج موجودة في مكانها، ليس من المفروض أن تشعرين بشيء. إذا كنت تشعرين بعدم راحة، غيري بلطف موضع نوفارينج (مثلاً، ادفعي الحلقة قليلاً وبلطف بشكل أكثر عمقاً إلى داخل المهبل) إلى أن يكون مريحاً. لا توجد أهمية لمكان الحلقة الدقيق داخل المهبل.
6. بعد 3 أسابيع أخرجي نوفارينج من المهبل. بإمكانك عمل ذلك عن طريق إدخال السبابة تحت الأطراف الأمامية للحلقة، أو عن طريق الإمساك بأطراف الحلقة وسحبها للخارج (أنظري الرسم رقم 5). إذا قمت بتحديد موقع الحلقة داخل مهبلك، لكنك غير قادرة على إخراجها، عليك التوجه إلى طبيبك.
7. يجب التخلص من الحلقة المستعملة في القمامة المنزلية العادية، يُفضل بكيستها القابل للإغلاق من جديد. لا يجوز إلقاء نوفارينج بالمرحاض.

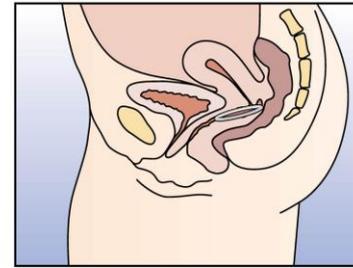
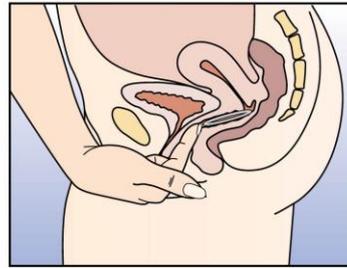
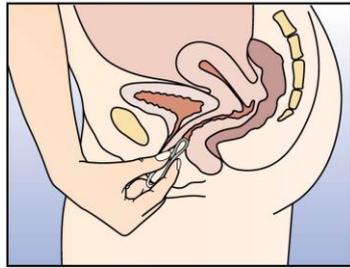


الرسم رقم 1  
أخرجي نوفارينج من الكيس



الرسم رقم 2  
اضغطي على الحلقة

الرسم رقم 3  
اختاري الوضع المريح لك لإدخال الحلقة



الرسم رقم 4 أ

الرسم 4 ب

الرسم 4 ج

أدخلي الحلقة إلى المهبل بواسطة يد واحدة (الرسم 4 أ)، إذا كانت هناك حاجة لفصلي الشفرين (شفتي الفرج) بمساعدة اليد الثانية. ادفعي الحلقة إلى داخل المهبل حتى تشعرين براحة (الرسم 4 ب). اتركي الحلقة في مكانها لمدة 3 أسابيع (الرسم 4 ج).

الرسم رقم 5  
يمكن إخراج نوفارينج بواسطة إدخال الإصبع تحت الحلقة أو بواسطة مسك الحلقة بين الإصبع الوسطى والسبابة وسحبها للخارج.



### 3.2 ثلاثة أسابيع في الداخل، أسبوع واحد في الخارج

1. بدءًا من اليوم الذي أدخلت فيه الحلقة المهبلية، يجب إبقائها في مكانها بدون توقف لمدة 3 أسابيع.
  2. بعد 3 أسابيع قومي بإزالة الحلقة في نفس اليوم من الأسبوع الذي قمت بإدخالها فيه، وتقريبًا في نفس الساعة. على سبيل المثال، إذا أدخلت نوفارينج في يوم الأربعاء في الساعة 22:00 تقريبًا، عليك إخراج الحلقة 3 أسابيع لاحقًا، في يوم الأربعاء في الساعة 22:00 تقريبًا.
  3. بعد أن أخرجت الحلقة، لا تدخل حلقة جديدة لمدة أسبوع. خلال هذا الأسبوع يفترض أن يظهر نزيف من المهبل. يبدأ النزيف عادةً بعد 2-3 أيام بعد إخراج نوفارينج.
  4. أدخل الحلقة الجديدة في نهاية أسبوع التوقف بالضبط (مرة أخرى في نفس اليوم من الأسبوع، وتقريبًا في نفس الساعة)، حتى لو لم تتوقفي عن النزف.
- إذا تم إدخال الحلقة الجديدة بتأخير أكثر من 3 ساعات، قد تكون الحماية من الحمل أقل. اتبعي التعليمات في بند 3.4، "ماذا أفعل فيما لو... نسيت إدخال حلقة جديدة بعد أسبوع التوقف".

إذا استعملت نوافرينج وفقًا لما هو موصوف أعلاه، سيحدث الطمث كل شهر تقريبًا في نفس الأيام.

### 3.3 متى أبدأ بالحلقة الأولى

- لم تستعملي وسيلة منع هورمونية أخرى خلال الشهر الأخير.  
أدخلي حلقة نوافرينج الأولى في اليوم الأول من الدورة الشهرية (أي، اليوم الأول من الطمث الخاص بك). تبدأ نوافرينج بالتأثير بشكل فوري. لست ملزمة باتخاذ وسائل احتياط أخرى لمنع الحمل.  
يمكن البدء باستعمال نوافرينج أيضًا في اليوم 2 حتى 5 لدورتك، ولكن في حال مارست الجماع خلال الـ 7 أيام الأولى من استعمال نوافرينج عليك أيضًا استعمال وسائل منع حمل إضافية (مثل الواقي المطاطي الذكري). عليك العمل وفقًا لهذه النصيحة فقط عندما تستعملين نوافرينج لأول مرة.
- استعملت قرص مُدمج خلال الشهر الأخير.  
إبدئي باستعمال نوافرينج في موعد أقصاه اليوم الذي يلي أسبوع التوقف عن تناول الأقراص (حبوب منع الحمل). إذا احتوت عبوة أقراصك أيضًا أقراص غير فعالة، إبدئي باستعمال نوافرينج في موعد أقصاه اليوم الذي يلي تناول القرص غير الفعال الأخير. إذا لم تكوني متأكدة أي قرص هو هذا، اسألي الطبيب أو الصيدلي. لا يجوز إطالة فترة التوقف (الفترة الزمنية بدون هرمونات) عن عبوة الأقراص الحالية أكثر من المدة الموصى بها.  
إذا استعملت القرص باستمرار وبشكل صحيح وإذا كنت متأكدة بأنك لست حاملاً، تستطيعين أيضًا إيقاف تناول الأقراص في أي يوم كان في عبوة الأقراص الحالية الخاصة بك والبدء باستعمال نوافرينج بشكل فوري.
- استعملت لصقة جلدية لمنع الحمل خلال الشهر الأخير.  
إبدئي باستعمال نوافرينج في موعد أقصاه اليوم الذي يلي التوقف العادي عن استعمال اللصقة. لا يجوز إطالة فترة التوقف التي لم يتم بها استعمال لصقة أكثر من المدة الموصى بها.  
إذا استعملت اللصقة باستمرار وبشكل صحيح وأنت متأكدة بأنك لست حاملاً، تستطيعين أيضًا إيقاف استعمال اللصقة في أي يوم، والبدء باستعمال نوافرينج بشكل فوري.
- استعملت قرص- ميني (والذي يحتوي على بروجستوجين فقط) خلال الشهر الأخير.  
يمكنك إيقاف تناول قرص-ميني في كل يوم والبدء بنوافرينج في اليوم التالي، في نفس الساعة التي اعتدت فيها عادة أخذ القرص. لكن عليك التأكد بأنك تستعملين وسيلة إضافية لمنع الحمل (مثل الواقي المطاطي الذكري) خلال الـ 7 أيام الأولى من استعمال الحلقة.
- استعملت حقنة، غرسة أو لولب رحي الذي يحرر بروجستوجين خلال الشهر الأخير.  
إبدئي باستعمال نوافرينج عندما يحين موعد حقنتك التالية، أو في اليوم الذي يتم فيه إزالة الغرسة أو اللولب الرحي الذي يحرر بروجستوجين. لكن، تأكدي بأنك تستعملين أيضًا وسيلة منع حمل إضافية (مثل الواقي المطاطي الذكري) خلال الـ 7 أيام الأولى من استعمال الحلقة.
- بعد الولادة.  
إذا ولدت للثو، يمكن أن يرشدك الطبيب للانتظار حتى تلقي الدورة الشهرية الأولى قبل البدء باستعمال نوافرينج. أحيانًا يمكن البدء في وقت أبكر. بإمكان الطبيب أن يقدم لك الاستشارة حول ذلك. إذا كنت مرضعة ومعنية باستعمال نوافرينج، عليك استشارة الطبيب قبل ذلك.
- بعد الإجهاض أو كشط الرحم.  
استشيرى الطبيب.

### 3.4 ما العمل إذا...

#### نوافرينج قُذفت بالخطأ من المهبل

نوافرينج قد تُقذف بالخطأ من المهبل، مثلًا إذا لم تدخل بشكل ملائم، وقت إخراج التامبون، خلال الجماع، بحالة وجود إمساك، أو في حالة هبوط الرحم. لذلك، عليك الفحص بشكل ثابت فيما إذا كانت الحلقة ما تزال موجودة في المهبل (مثلًا، قبل وبعد ممارسة علاقة جنسية).

#### الحلقة خاصتك كانت مؤقتًا خارج المهبل

قد تستمر نوافرينج في حمايتك من الحمل، لكن هذا يتعلق بالمدة الزمنية التي كانت فيها خارج مهبلك.

إذا كانت الحلقة خارج المهبل لمدة:

- أقل من 3 ساعات، هي لا تزال تحميك من الحمل. يجب عليك غسل الحلقة بالماء البارد حتى الفاتر (لا تستعملي الماء الساخن) ومن ثم إعادتها في أسرع وقت ممكن، لكن فقط إذا تواجدت الحلقة خارج المهبل لمدة أقل من 3 ساعات.
- أكثر من 3 ساعات، خلال الأسبوع الأول والثاني، من الممكن أنها لن تحميك من الحمل. اغسلي الحلقة بالماء البارد حتى الفاتر (لا تستعملي الماء الساخن). أدخلي الحلقة مجددًا للمهبل فور تذكرك، وأبقي الحلقة في مكانها دون إخراجها لمدة 7 أيام على الأقل. إذا أقمت علاقات جنسية خلال نفس الأسبوع – استعملي واقي مطاطي ذكري بالإضافة. إذا أنت في الأسبوع الأول من استعمال الحلقة، وأقمت علاقة جنسية خلال الأيام الـ 7 التي انقضت، هناك احتمال بأنك حامل. في هذه الحالة توجهي إلى الطبيب.
- أكثر من 3 ساعات خلال الأسبوع الثالث، من الممكن أنها لن تحميك من الحمل. عليك رمي الحلقة واختيار أحد الاختيارين التاليين:  
1 - أدخلي حلقة جديدة على الفور.

- تبدأ الآن فترة الاستعمال التالية لثلاثة أسابيع. من الممكن أن لا تتلقي طمث، لكن من الممكن أن يكون لك نزيف خفيف أو يقع.
- 2 - لا تدخل الحقة مجددًا. تلقي أو لا الطمث وعندها أدخل حقة جديدة ليس أكثر من 7 أيام بعد أن أزلت الحقة السابقة أو قُذفت. عليك اختيار هذا الاحتمال فقط إذا استعملت **نوفارينج** بشكل متواصل خلال الـ 7 أيام الأخيرة.
- **لفترة زمنية غير معروفة**، من المحتمل ألا تكوني محمية من الحمل. يجب عليك إجراء فحص للحمل واستشارة طبيبك قبل إدخال حقة جديدة.

#### الحققة كُسرت

في أحيان نادرة **نوفارينج** قد تنكسر. تم التبليغ عن إصابة في المهبل نتيجة كسر الحقة. إذا لاحظت بأن حقة **نوفارينج** كُسرت، تخلصي من الحقة وابدئي بحقة جديدة في أسرع وقت ممكن. استعملي وسيلة حذر إضافية لمنع الحمل (مثل الواقي المطاطي الذكري) خلال الـ 7 الأيام التالية. إذا أقمت علاقات جنسية قبل ملاحظتك بأن الحقة كُسرت، الرجاء اتصلي بطبيبك.

#### إدخال أكثر من حقة واحدة

لم يتم التبليغ عن أعراض ضارة وخيمة نتيجة جرعة زائدة من الهرمونات الموجودة بـ **نوفارينج**. إذا أدخلت عن طريق الخطأ أكثر من حقة واحدة، من المحتمل أن تشعرى بغثيان، تقيؤ أو نزيف مهلي. أخرجي الحلقات الزائدة وتوجهي إلى طبيبك إذا استمرت هذه الأعراض. إذا بلع طفل من الدواء عن طريق الخطأ، توجهي فورًا إلى الطبيب أو إلى غرفة الطوارئ في المستشفى، وأحضري عبوة الدواء معك.

#### نسيت إدخال حقة جديدة بعد أسبوع التوقف

إذا طالبت الفترة بدون حقة أكثر من 7 أيام، أدخل حقة جديدة فور تذكرك. استعملي وسيلة منع حمل إضافية (مثل واقي مطاطي ذكري) إذا أقمت علاقات جنسية خلال الـ 7 الأيام التالية. إذا أقمت علاقات جنسية خلال الفترة بدون حقة من الجائز أنك حملت. في هذه الحالة اتصلي بطبيبك على الفور. كلما كانت الفترة الزمنية بدون الحقة متواصلة أكثر، يكبر الاختطار بأنك حامل.

#### إذا نسيت إزالة الحقة

- إذا بقيت الحقة في مكانها ما بين 3 إلى 4 أسابيع، إذا هي لا تزال تمنع الحمل. قومي كالمعتاد بإجراء فترة توقف لمدة أسبوع وأدخلي حقة جديدة بعد ذلك.
- إذا بقيت الحقة في مكانها لمدة أكثر من 4 أسابيع، هناك فرصة بأن تدخل في الحمل. اتصلي بطبيبك قبل البدء باستعمال حقة جديدة.

#### الطمث لم يظهر

- **استعملت نوفارينج وفقًا للتعليمات**  
إذا لم يظهر الطمث، لكن استعملت **نوفارينج** وفقًا للتعليمات، ولم تتناولي أدوية أخرى، من غير المرجح بتاتًا أنك حامل. استمري باستعمال **نوفارينج** كالمعتاد. لكن، إذا لم يظهر الطمث مرتين متتاليتين، من المحتمل أن تكوني حامل. أخبري طبيبك فورًا. لا تبدئي الاستعمال بـ **نوفارينج** التالية حتى يفحص الطبيب بأنك لست حاملًا.
- **إذا لم تتصرفي وفقًا لتعليمات الاستعمال بنوفارينج**  
إذا لم يظهر الطمث ولم تتصرفي وفقًا لتعليمات الاستعمال، والطمث المتوقع لم يأت بالفترة الزمنية بدون الحقة، من المحتمل أن تكوني حامل. اتصلي بطبيبك قبل بدء الاستعمال بـ **نوفارينج** جديدة.

#### لديك نزيف غير متوقع

خلال استعمال **نوفارينج**، يظهر لدى جزء من النساء نزيف غير متوقع بين الدورات الشهرية. من المحتمل أن تحتاجي إلى استعمال وسائل نظافة نسائية. بكل الأحوال، دعي الحقة في المهبل واستمري باستعمال الحقة كالمعتاد. إذا استمر النزيف غير العادي، تحول إلى ثقيل أو بدأ مجددًا، أخبري طبيبك.

#### أنت تريدين تغيير اليوم الأول من الطمث

إذا كنت تستعملين **نوفارينج** وفقًا للتعليمات، ستتلقين الطمث (النزيف الشهري) في الفترة الزمنية بدون الحقة. إذا كنت تريدين تغيير اليوم الأول للطمث، أنت تستطيعين فعل ذلك عن طريق تقصير الفترة الزمنية بدون الحقة (لكن لا يجوز أبدًا إطالة هذه الفترة الزمنية!).

على سبيل المثال، إذا كانت الفترة الزمنية بدون الحقة تبدأ في يوم الجمعة، أنت تستطيعين تغيير هذا ليوم الثلاثاء (3 أيام قبل ذلك) من الشهر القادم وما بعد. ببساطة أدخل الحقة التالية 3 أيام أبكر من المعتاد.

إذا كانت فترة التوقف بين حقتين أقصر مما ينبغي (على سبيل المثال 3 أيام أو أقل)، من الممكن أن لا تتلقي طمث. من الممكن أن يكون لديك تبقع (نقاط أو بقع) أو نزيف خلال استعمال الحقة التالية.

إذا كنت غير متأكدة كيف تستمرين، اتصلي بطبيبك للاستشارة.

#### أنت تريدين تأخير الطمث الخاص بك

بالرغم من أن الأمر غير موصى به، تأخير الطمث الخاص بك ممكن عن طريق إدخال حقة جديدة فورًا بعد إزالة الحقة الحالية، بدون فترة توقف بين الحلقات. أنت تستطيعين إبقاء الحقة الجديدة في الداخل لمدة 3 أسابيع على أكثر تقدير. من الممكن أن يكون لديك خلال استعمال الحقة الجديدة تبقع (نقاط أو بقع) أو نزيف. عندما تكونين معنية بتلقي طمث، قومي بإزالة الحقة. ابدئي باستعمال حقة جديدة بعد التوقف لأسبوع واحد.

تستطيعين طلب نصيحة الطبيب الخاص بك قبل قرار تأجيل الطمث الخاص بك.

### 3.5 عندما تكونين معنية بالتوقف عن استعمال نوفارينج

أنت تستطيعين التوقف عن استعمال نوفارينج في أي وقت تشائين. إذا كنت لا تريدين الحمل، اسألِي الطبيب عن طرق أخرى لمنع الحمل. إذا قمت بالتوقف عن استعمال نوفارينج لأنك معنية بالحمل، عليك الانتظار حتى تلقي الطمث قبل أن تحاولي الحمل. هذا الأمر يساعدك في حساب موعد الولادة المتوقع.

### 4. أعراض جانبية

ككل أي دواء، قد يسبب استعمال نوفارينج أعراض جانبية لدى جزء من المستخدمات. لا تفزعي من قراءة قائمة الأعراض الجانبية. من الممكن أن لا تصابي بأي واحد منها. إذا كنت تعانين من عرض جانبي أياً كان، خصوصاً إذا كان وخيماً أو متواصلًا، أو إذا كان هنالك تغيير أياً كان في صحتك الذي تظنين أنه بسبب نوفارينج، رجاءً تحدثي مع طبيبك.

اختطار مرتفع لجلطة دموية في الأوردة (انصمام خثاري وريدي - VTE) أو جلطات دموية في الشرايين (انصمام خثاري شرياني - ATE) متواجد عند كل النساء التي تقوم باستعمال وسائل منع هرمونية مدمجة. للحصول على معلومات مفصلة أكثر على الأخطار المختلفة عند تناول وسائل منع هرمونية مدمجة أنظري بند 2، "ماذا عليك أن تعرفي قبل استعمال نوفارينج".

إذا كنت حساسة لأحد مركبات نوفارينج (حساسية مفرطة)، أنت قد تشعرين بالأعراض التالية (شيوها غير معروف): وذمة وعائية و/أو صدمة تأقية [انتفاخ الوجه، الشفتين، اللسان و/أو الحلق و/أو صعوبة في البلع] أو شرى (رد فعل أرجي في الجلد) الذي قد يظهر مع صعوبة في التنفس. إذا حدث الأمر، أخرجي نوفارينج واتصلي بطبيبك فوراً (انظري أيضا بند 2.2، "تحذيرات خاصة متعلقة باستعمال نوفارينج").

### مُستخدمات لنوفارينج أبلغن عن الأعراض الجانبية التالية.

#### أعراض جانبية شائعة: قد تؤثر على 1 من بين 10 نساء

- ألم بطن، غثيان
- تلوث فطري مهبلي (مثل "المبيضة")؛ عدم راحة في المهبل بسبب الحلقة؛ حكة في العضو التناسلي؛ إفراز من المهبل
- صداع أو صداع نصفي؛ حالات مزاجية اكتئابية؛ رغبة جنسية متدنية
- ألم في الثدي؛ ألم في الحوض؛ آلام في فترات الطمث
- حب الشباب
- زيادة في الوزن
- قذف الحلقة إلى الخارج

#### أعراض جانبية غير شائعة: قد تؤثر على 1 من بين 100 امرأة

- اضطراب في الرؤية؛ دوام
- انتفاخ البطن؛ تقيؤ، إسهال أو إمساك
- شعور بالتعب، شعور غير جيد أو عصبية؛ تغيرات في المزاج؛ تقلبات في المزاج
- فائض سوائل في الجسم (وذمة)
- تلوث في المثانة أو المسالك البولية
- صعوبة أو ألم عند التبول؛ رغبة ملححة أو الحاجة للتبول؛ وتيرة تبول أعلى
- مشاكل خلال الجماع، يشمل ألم، نزيف أو الشعور بالحلقة من قبل الشريك
- ارتفاع في ضغط الدم
- شهية مفرطة
- ألم ظهر؛ انقباض العضلات؛ ألم في الرجلين أو في الذراعين
- حساسية منخفضة في الجلد
- ألم في الثديين أو زيادة حجم الثديين؛ مرض الثدي الكيسي الليفي (كيسات في الثديين التي قد تصبح منتفخة أو مؤلمة)
- التهاب في عنق الرحم؛ سلائل في عنق الرحم (أورام في عنق الرحم)؛ حالة فيها تلتف أطراف عنق الرحم نحو الخارج (ectropion)
- تغيرات في الطمث (مثل أطماث التي من الممكن أن تكون مع نزيف ثقيل، طويلة، غير منتظمة أو تتوقف تمامًا)؛ عدم راحة في الحوض؛ متلازمة ما قبل الطمث؛ انقباض الرحم
- تلوث مهبلي (فطري أو جرثومي)؛ شعور بالحرق، رائحة، ألم، عدم راحة أو جفاف في المهبل أو الفرج
- فقدان شعر، أكزيما، حكة، طفح أو هبات من السخونة
- شرى

#### أعراض جانبية نادرة: قد تؤثر على 1 من بين 1,000 امرأة

- جلطات دموية ضارة في الوريد أو الشريان، على سبيل المثال:
  - في الرجل أو القدم (أي DVT)
  - في الرئة (أي PE)
  - نوبة قلبية

- سكتة دماغية
  - سكتة دماغية صغيرة أو أعراض مؤقتة مشابهة للسكتة الدماغية، المعروفة بنوبة إقفارية عابرة (TIA)
  - تجلطات دموية في الكبد، في البطن/الأمعاء، في الكلى أو في العين.
- الاحتمال لتطوير جلطة دموية ممكن أن يكون مرتفع أكثر إذا كان لديك حالات أخرى من شأنها زيادة هذا الاختطار (لمعلومات إضافية، أنظري بند 2، بخصوص الحالات التي تزيد من الاختطار لتجلطات دموية وأعراض التجلط الدموي).
- إفرازات من الثدي

#### أعراض جانبية ذات شيوع غير معروف (لا يمكن التقدير من المعلومات الموجودة)

- كلف (تقع صباغ ضاربة إلى الأصفر - البني، على الجلد، خاصة في الوجه)
- عدم راحة في قضيبي الزوج/الشريك (مثل تهيج، طفح، حكة).
- عدم المقدرة على إزالة الحلقة بدون مساعدة طبية (مثلاً، نتيجة الالتصاق بجدار المهبل)
- إصابة في المهبل نتيجة لانكسار الحلقة.

تم التبليغ عن سرطان الثدي وأورام في الكبد لدى مُستخدمات وسائل منع هورمونيّة مدمجة. لمعلومات إضافية، أنظري بند 2.2، "تحذيرات خاصة متعلقة باستعمال نوفارينج"، سرطان.

في أحيان نادرة جداً، نوفارينج ممكن أن تنكسر. لمعلومات إضافية أنظري الفصل 3.4 ما العمل إذا... كُسرت حلقتك.

إذا ظهر عرض جانبي، إذا تفاقم أحد الأعراض الجانبية، أو عندما تعانين من عرض جانبي لم يُذكر في هذه النشرة، عليك استشارة الطبيب.

يمكن التبليغ عن أعراض جانبية لوزارة الصحة بواسطة الضغط على الرابط "التبليغ عن أعراض جانبية عقب علاج دوائي" الموجود في صفحة البيت بموقع وزارة الصحة ([www.health.gov.il](http://www.health.gov.il)) الموجه للاستشارة الإلكترونية للتبليغ عن أعراض جانبية، أو عن طريق الدخول للرابط: <https://sideeffects.health.gov.il>

#### 5. كيفية تخزين نوفارينج؟

- تجنبني التسمم! يجب حفظ هذا الدواء وكل دواء آخر في مكان مغلق بعيداً عن متناول أيدي الأطفال و/أو الرضع وبذلك تمنع التسمم. لا يجوز التسبب بتقيؤ بدون تعليمات واضحة من الطبيب.
- إذا اكتشفت أن طفل تعرض لهورمونات نوفارينج، استشيرى الطبيب.
- لا يجوز استعمال نوفارينج بعد تاريخ انتهاء الصلاحية (exp. date) الذي يظهر على العبوة. تاريخ انتهاء الصلاحية يرجع إلى اليوم الأخير من نفس الشهر.
- شروط التخزين:
- التخزين في الصيدلية:
- يجب التخزين 40 شهراً بدرجة حرارة من 2-8 درجات مئوية (هذا المجال من درجات الحرارة يسود عادةً في الثلاجة المنزلية). آخر موعد للصرف - 36 شهراً.
- التخزين من قبل المعالجة:
- خزني نوفارينج بالعبوة الأصلية بدرجة حرارة 2-30 درجة مئوية.
- عليك استعمال نوفارينج حتى 4 أشهر منذ لحظة شرائها، لكن ليس بعد تاريخ انتهاء الصلاحية.
- حتى وفقاً لشروط التعليب/التخزين الموصى بها، تُحفظ الأدوية لفترة محدودة فقط.
- لا تستعملي نوفارينج في حال لاحظت تغير في لون الحلقة أو بعلامات تلف (ضرر) أيًا كانت الظاهرة للعين.
- يجب التخلص من الحلقة المُستعملة عن طريق النفايات المنزلية العادية، يُفضل بكيسها القابل للغلق مُجدداً. لا يجوز إلقاء نوفارينج في المراض. كما مع بقية الأدوية، لا ترمي الحلقات التي لم تستعملها أو التي انتهت صلاحيتها في المجاري أو النفايات المنزلية. أسالي الصيدلي عن كيفية التخلص من الحلقات التي لا تستعملها ولست بحاجة لها بعد. هذه الوسائل تساعد في الحفاظ على البيئة.

#### 6. محتوى العبوة ومعلومات إضافية

##### 6.1 على ماذا تحتوي نوفارينج؟

- المواد الفعالة هي: إيتونوجستريل (11.7 ملغ) وإيثينيل إستراديول (2.7 ملغ).
- بالإضافة إلى المواد الفعالة تحتوي نوفارينج أيضاً على:

Ethylene vinylacetate copolymer (28% and 9% vinylacetate) (نوع من البلاستيك الذي لا يذوب في الجسم)  
Magnesium Stearate.

##### 6.2 كيف تبدو نوفارينج ومحتوى العبوة

نوفارينج هي حلقة ملساء، شفافة، دون أضرار مرئية للعين، عديمة اللون حتى تقريباً عديمة اللون. كل حلقة معبئة بكيس قابل للإغلاق من جديد المصنوع من رقائق الألومنيوم. الكيس معبأ بعبوة كرتون سوية مع هذه النشرة. كل عبوة تحتوي على 1 أو 3 حلقات. قد لا تكون جميع أحجام العبوات مُسوقة.

#### المنتج:

أورجنون LLC، نيوجيرزي، الولايات المتحدة

## صاحب التسجيل:

أورچنون فارما إسرائيل م.ض.، عتير يداع 1، كفار سابا.

تمّ تحريرها في تشرين الأول 2022 وفق تعليمات وزارة الصحة.

رقم تسجيل الدواء في سجل الأدوية الحكومي في وزارة الصحة:

132.14.30926

هذه اللصقات، إذا تم لصقها في التواريخ الملائمة في مذكرتك (دفترك)، تستطيع أن تساعدك على تذكر متى يجب إدخال وإخراج نوافرينج



Insert  
Ring

Remove  
Ring

إدخال الحلقة

إخراج الحلقة