

وسیله داخل رحمی حاوی لوونورژسترل (LNG-IUD)

فقط نکات اساسی

نکات کلیدی برای متقاضیان و ارائه‌دهندگان خدمات

- **حفاظت طولانی مدت از بارداری.** بسیار مؤثر تا ۵ سال، برگشت‌پذیری فوری قدرت باروری.
- ارائه دهندگانی که دوره‌های خاص را گذرانده‌اند، آن را در رحم جاگذاری می‌کنند.
- پس از جاگذاری LNG-IUD، توجهات خیلی کمی از طرف متقاضی لازم می‌باشد.
- **تغییرات خونریزی شایع بوده اما مضر نیستند.** معمولاً، میزان خونریزی کمتر و مدت آن کوتاه‌تر است یا خونریزی با فواصل بیشتر یا نامنظم است.

LNG-IUD چیست؟

- LNG-IUD وسیله پلاستیکی T شکلی است که هر روز به طور مداوم مقدار کمی لوونورژسترل آزاد می‌کند. (لوونورژسترل پروژستینی است که به طور گسترده در ایمپلنتها و قرص‌های خوراکی جلوگیری از حاملگی بکار رفته است).
- ارائه دهنده خدمات بهداشتی که دوره خاصی را گذرانده است، IUD را از طریق واژن و سرویکس وارد رحم می‌کند.
- این وسیله سیستم داخل رحمی آزاد کننده لوونورژسترل، LNG - IUD یا IUD هورمونی نیز نامیده می‌شود.
- تحت نام Mirena در بازار عرضه می‌شود.
- به طور عمده با مهار رشد لایه داخلی رحمی (آندومتر) عمل می‌نماید.

میزان تاثیر آن چقدر است؟

از روشهای بسیار مؤثر و طولانی اثر است:

- کمتر از یک مورد حاملگی طی سال اول در ۱۰۰ زن استفاده کننده از LNG - IUD (۲ مورد در ۱۰۰۰ زن) وجود دارد. این بدین معنی است که ۹۹۸ زن از هر ۱۰۰۰ زن استفاده کننده از LNG - IUD حامله نخواهند شد.
- خطر کمی از نظر حاملگی بعد از سال اول استفاده وجود دارد و این خطر تا زمانی که زن از LNG - IUD استفاده می‌کند، تداوم می‌یابد.
- طی ۵ سال استفاده از LNG - IUD: کمتر از یک مورد حاملگی در ۱۰۰ زن رخ می‌دهد (۵ تا ۸ مورد در ۱۰۰۰ زن).
- استفاده از آن برای ۵ سال مورد تأیید قرار گرفته است.

بازگشت باروری پس از خارج کردن LNG - IUD: بدون تأخیر

حفاظت علیه عفونت‌های آمیزشی (STIs): بدون تأثیر



آثار جانبی، فواید سلامتی و خطرهای سلامتی و عوارض

آثار جانبی

بعضی از استفاده کنندگان آثار زیر را گزارش می‌کنند:

- تغییرات در الگوهای خونریزی شامل:

- میزان خونریزی کمتر و مدت خونریزی کمتر

- خونریزی با فواصل بیشتر

- خونریزی نامنظم

- عدم خونریزی ماهیانه

- خونریزی طولانی مدت

- آکنه

- سردرد

- حساسیت یا درد پستان

- تهوع

- افزایش وزن

- سرگیجه

- تغییرات خلقی

- سایر عوارض جسمی احتمالی

- کیست‌های تخمدانی

خطرهای شناخته شده سلامت

- ندارد

فواید شناخته شده سلامت

کمک به حفاظت در مقابل:

- خطرهای ناشی از بارداری

- کم خونی فقر آهن

کمک احتمالی به حفاظت در مقابل:

- بیماری التهابی لگنی

- کرامپ‌های قاعدگی

- نشانه‌های آندومترئوز (درد لگنی، خونریزی نامنظم)

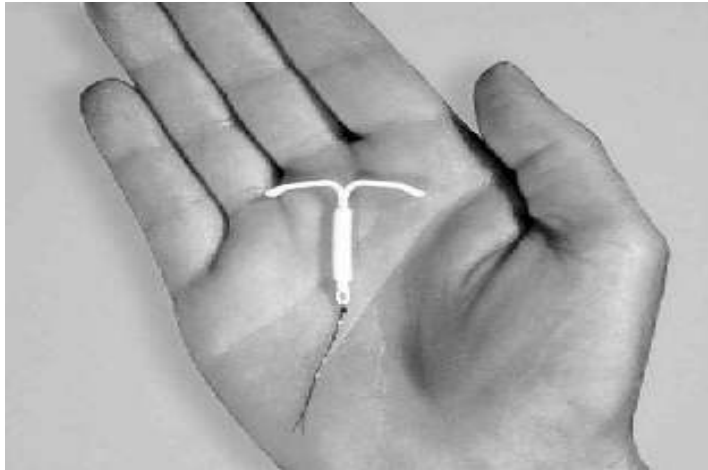
عوارض

نادر:

- سوراخ شدن دیواره رحم به وسیله LNG-IUD یا وسیله‌ای که برای جاگذاری آن استفاده می‌شود. معمولاً بدون درمان بهبود می‌یابد.

خیلی نادر:

- سقط، زایمان زودرس، یا عفونت در موارد بسیار نادری که زن همراه با LNG-IUD حامله می‌شود.



چه کسانی می‌توانند و چه کسانی نمی‌توانند از IUD لونورژستری استفاده کنند؟

بی‌خطر و مناسب، تقریباً برای همه زنان

تقریباً همه زنان می‌توانند به طور بی‌خطر و مؤثر از IUD - LNG استفاده کنند.

معیارهای مقبولیت طبی برای

IUDهای لونورژستری

از مراجعه کننده سؤالات مربوط به معیارهای مقبولیت طبی IUDهای مسی را بپرسید (به صفحه ۲۹ مراجعه کنید). همچنین سؤالات زیر را در مورد شرایط طبی شناخته شده بپرسید. اگر او به همه سؤالات این قسمت و سؤالات مربوط به IUDهای مسی، پاسخ "خیر" بدهد، در صورتیکه بخواهد می‌توان LNG-IUD را جاگذاری کرد. در صورتیکه پاسخ به سؤالی "بلی" باشد، از دستورات مربوطه پیروی کنید. در برخی موارد، او هنوز می‌تواند از LNG-IUD استفاده کند.

۱. آیا شما کمتر از ۴ هفته قبل زایمان کرده‌اید؟

خیر بلی می‌توان LNG-IUD را ۴ هفته پس از زایمان برای او جاگذاری کرد (به زمان شروع در صفحه بعد مراجعه کنید).

۲. آیا شما در حال حاضر لخته خونی در وریدهای عمقی ساق پاها یا ریه‌هایتان دارید؟

خیر بلی در صورتیکه او وجود فعلی لخته خون (بجز لخته های سطحی) را گزارش کند، به او در انتخاب یک روش بدون هورمون کمک کنید.

۳. آیا دچار سیروز شدید کبدی، عفونت کبدی یا تومور کبدی هستید؟ (آیا چشم‌ها یا پوست او به طور غیرمعمول زرد هستند؟ [علامت یرقان])

خیر بلی اگر بیماری فعال جدی کبدی (یرقان، هیپاتیت فعال، سیروز شدید، تومور کبدی) را گزارش کند، LNG-IUD را ارائه نکنید. به او در انتخاب یک روش بدون هورمون کمک کنید.

۴. آیا دچار سرطان پستان هستید یا تا به حال دچار آن بوده‌اید؟

خیر بلی LNG-IUD را جاگذاری نکنید و به او در انتخاب یک روش بدون هورمون کمک کنید.

برای طبقه بندی کامل، به معیارهای مقبولیت طبی برای استفاده از روشهای جلوگیری در صفحه ۳۱۵ مراجعه کنید. مطمئن شوید اطلاعات کافی در مورد فواید و خطرهای سلامتی و آثار جانبی روشی که استفاده خواهد کرد، به او داده‌اید. همچنین هر وضعیتی را که سبب غیرقابل توصیه شدن روش می‌شود، در صورت مرتبط بودن به او، خاطر نشان کنید.

استفاده از قضاوت بالینی در موارد ویژه

معمولاً، زنی که هر یک از شرایط زیر را دارد نباید از LNG-IUD استفاده کند. با وجود این، در شرایط ویژه، وقتی سایر روش‌های مناسبتر در دسترس، یا قابل قبول برای زن نیستند، ارائه دهنده دوره دیده خدمات که قادر به بررسی دقیق وضعیت و موقعیت زن باشد، ممکن است تصمیم بگیرد که او می‌تواند از LNG-IUD استفاده نماید. او باید شدت وضعیت زن و در اغلب وضعیت‌ها، این مورد را که آیا او دسترسی به پیگیری دارد یا خیر در نظر بگیرد.

- کمتر از ۴ هفته بعد از زایمان
- وجود لخته خونی فعلی در وریدهای عمقی ساق پاها یا ریه‌ها
- سابقه ابتلا به سرطان پستان در بیش از ۵ سال قبل که عود نکرده باشد.
- بیماری شدید کبدی، عفونت یا تومور کبدی

همچنین به قسمت IUD حاوی مس، استفاده از قضاوت بالینی در موارد خاص در ص ۱۳۰ مراجعه کنید.

ارائه IUD لونورژسترلی

زمان شروع

نکته مهم: در بسیاری از موارد زن می‌تواند هر زمانی که بخواهد شروع به استفاده از LNG-IUD کند به شرط اینکه به طور منطقی از عدم حاملگی خود مطمئن باشد. برای اطمینان منطقی از عدم حاملگی زن، از چک لیست حاملگی استفاده کنید (به صفحه ۳۶۹ مراجعه کنید).

وضعیت زن	زمان شروع
داشتن سیکل‌های قاعدگی یا تعویض از یک روش غیرهورمونی	<ul style="list-style-type: none">در هر زمانی از ماهدر صورت شروع روش در خلال ۷ روز بعد از شروع خونریزی ماهیانه، نیازی به استفاده از روش پشتیبان نیست.در صورت گذشتن بیش از ۷ روز از شروع خونریزی ماهیانه، او می‌تواند هر زمان که به طور منطقی از عدم حاملگی مطمئن شد، از LNG-IUD استفاده کند. استفاده از روش پشتیبان* در ۷ روز اول پس از جاگذاری ضروری است.
تغییر از یک روش هورمونی	<ul style="list-style-type: none">بلافاصله، در صورتی که از روش هورمونی به طور مستمر و صحیح استفاده کرده است یا اگر از طریق دیگری از عدم حاملگی اطمینان منطقی حاصل شود. نیازی به منتظر شدن برای خونریزی قاعدگی ماهیانه بعدی وجود ندارد. نیازی به استفاده از روش پشتیبان نیست.در صورت تغییر از روش‌های تزریقی، می‌توان جاگذاری LNG-IUD را در زمان موعد تزریق بعدی انجام داد. استفاده از روش پشتیبان در ۷ روز اول جاگذاری IUD ضروری است.
شیردهی کامل یا تقریباً کامل کمتر از ۶ ماه بعد از زایمان	<ul style="list-style-type: none">در صورتی که او کمتر از ۴ هفته قبل زایمان کرده است، جاگذاری IUD را حداقل تا ۴ هفته پس از زایمان به تعویق بیندازید.در صورت عدم برقراری مجدد خونریزی ماهیانه، می‌توان جاگذاری LNG-IUD را در هر زمان بین ۴ هفته تا ۶ ماه انجام داد. نیازی به استفاده از روش پشتیبان وجود ندارد.
بیش از شش ماه بعد از زایمان	<ul style="list-style-type: none">در صورت عدم برقراری مجدد خونریزی ماهیانه می‌توان جاگذاری LNG-IUD را در هر زمان که بتوان به طور منطقی از عدم حاملگی اطمینان حاصل کرد انجام داد. استفاده از روش پشتیبان در ۷ روز اول پس از جاگذاری IUD ضروری است.در صورت برقراری مجدد خونریزی ماهیانه می‌توان جاگذاری LNG-IUD را طبق توصیه مربوط به زنان دارای سیکل قاعدگی انجام داد.

وضعیت زن	زمان شروع
شیردهی نسبی یا عدم شیردهی کمتر از ۴ هفته بعد از زایمان	<ul style="list-style-type: none"> • جاگذاری LNG-IUD را تا حداقل ۴ هفته پس از زایمان به تعویق بیندازید. • در صورت عدم برقراری مجدد خونریزی ماهیانه، می‌توان در صورت اطمینان از عدم حاملگی جاگذاری LNG-IUD را در هر زمانی انجام داد. استفاده از روش پشتیبان در ۷ روز اول پس از جاگذاری ضروری است. • در صورت برقراری مجدد خونریزی ماهیانه، می‌توان جاگذاری LNG-IUD را طبق توصیه مربوط به زنان دارای سیکل قاعدگی انجام داد.
فقدان خونریزی ماهیانه (بدون ارتباط با زایمان یا شیردهی)	<ul style="list-style-type: none"> • در هر زمان در صورتی که بتوانید عدم حاملگی او را مشخص کنید. استفاده از روش پشتیبان طی ۷ روز اول پس از جاگذاری ضروری است.
پس از سقط خود بخود یا سقط انتخابی	<ul style="list-style-type: none"> • بلافاصله، در صورتی که جاگذاری LNG-IUD طی ۷ روز بعد از سقط سه ماهه اول یا دوم انجام شود و در صورتی که هیچ عفونتی نداشته باشد. نیازی به روش پشتیبان وجود ندارد. • در صورتی که بیش از ۷ روز از سقط سه ماهه اول یا دوم می‌گذرد و عفونتی وجود ندارد، می‌توان جاگذاری LNG-IUD را هر زمان که به طور منطقی از عدم حاملگی فرد اطمینان حاصل شد، انجام داد. استفاده از روش پشتیبان در ۷ روز اول پس از جاگذاری IUD ضروری است. • در صورت وجود عفونت درمان کرده یا ارجاع دهید و به او در انتخاب روشی دیگر کمک کنید. اگر او هنوز تمایل به استفاده از LNG-IUD دارد، بعد از درمان کامل عفونت، می‌توان جاگذاری را انجام داد. • جاگذاری LNG-IUD بعد از سقط سه ماهه دوم، نیاز به آموزش ویژه‌ای دارد. اگر دوره آموزش ویژه را نگذرانده‌اید، جاگذاری IUD را تا حداقل ۴ هفته پس از سقط به تعویق بیندازید.
پس از مصرف قرص‌های فوری (ECP) (ها) جلوگیری از حاملگی	<ul style="list-style-type: none"> • LNG-IUD را می‌توان طی ۷ روز پس از شروع خونریزی ماهیانه بعدی یا هر زمان دیگری که به طور منطقی از عدم حاملگی او اطمینان حاصل شد، جاگذاری کرد. به او یک روش پشتیبان، یا قرص خوراکی جلوگیری از حاملگی بدهید تا روز بعد از مصرف ECP‌ها شروع کرده و تا جاگذاری LNG-IUD ادامه دهد.

* روش‌های پشتیبان شامل پرهیز از روابط جنسی، کاندوم‌های زنانه و مردانه، مواد اسپرم‌کش و روش منقطع هستند. به او بگویند که مواد اسپرم‌کش و روش منقطع کم‌اثرترین روش‌های جلوگیری از بارداری هستند. در صورت امکان به او کاندوم بدهید.

دادن توصیه‌هایی در مورد آثار جانبی

نکته مهم: قبل از جاگذاری IUD باید مشاوره کاملی در باره تغییرات خونریزی انجام گیرد. مشاوره در باره تغییرات خونریزی ممکن است مهم‌ترین کمکی باشد که زن برای تداوم روش به آن نیاز دارد.

شایعترین آثار جانبی را

- تغییرات در الگوهای خونریزی:

بیان کنید.

- فقدان خونریزی ماهیانه، میزان خونریزی کمتر، مدت کمتر خونریزی، خونریزی با فواصل بیشتر یا نامنظم.

- آکنه، سردرد، حساسیت و درد پستان، و سایر عوارض جانبی احتمالی

در باره این آثار جانبی

- تغییرات خونریزی معمولاً علائم بیماری نیستند.

توضیح دهید

- این تغییرات معمولاً پس از چند ماه اول جاگذاری IUD کمتر می‌شوند.

- در صورتی که آثار جانبی او را اذیت کردند، او می‌تواند برای دریافت کمک مراجعه کند.
-