

حلقه ترکیبی واژینال (Combined Vaginal Ring)

فقط نکات اساسی

نکات کلیدی برای متقاضیان و ارائه‌دهندگان خدمات

- نیاز به نگهداری يك حلقه نرم در واژن وجود دارد. حلقه بصورت شبانه روزی به مدت ۳ هفته در محل باقی می‌ماند و به مدت يك هفته از حلقه استفاده نمی‌شود.
- برای کسب بیشترین میزان تأثیر هر حلقه جدید را به موقع به کار برید.
- تغییرات خونریزی شایع بوده، اما مضر نیستند. معمولاً خونریزی نامنظم در چند ماه اول وجود دارد و سپس خونریزی کمتر و منظم تر می‌شود.

حلقه ترکیبی واژینال چیست؟

- حلقه نرمی است که در واژن قرار می‌گیرد.
- به طور مداوم ۲ هورمون – يك پروژستین و يك استروژن (همانند هورمونهای پروژسترون و استروژن طبیعی) از داخل حلقه به بدن زن آزاد می‌کند. هورمونها از طریق دیواره واژن بطور مستقیم به داخل جریان خون جذب می‌شوند.
- حلقه به مدت ۳ هفته در محل می‌ماند سپس در هفته چهارم برداشته می‌شود. در خلال هفته چهارم زن خونریزی ماهیانه خواهد داشت.
- همچنین NuvaRing نیز نامیده می‌شود.
- بطور عمده با جلوگیری از آزاد شدن تخمک از تخمدان (تخمک‌گذاری) عمل می‌کند.

میزان تأثیر آن چقدر است؟

تأثیر بیشتر



تأثیر کمتر

میزان تأثیر به مصرف کننده بستگی دارد: خطر حاملگی زمانی که زن در شروع به استفاده از يك حلقه جدید تأخیر می‌کند، زیاد است.

حلقه ترکیبی واژینال روش جدیدی است، و تحقیق در مورد میزان تأثیر آن محدود است. کار آزمایشی‌های بالینی حلقه واژینال پیشنهاد می‌کند که این روش ممکن است نسبت به قرص‌های خوراکی ترکیبی، هم در موارد مصرف معمول و هم در موارد مصرف مستمر و صحیح مؤثرتر باشد. (به قسمت میزان تأثیر قرصهای خوراکی ترکیبی، در صفحه ۱ مراجعه کنید).

بازگشت قدرت باروری بعد از قطع استفاده از حلقه: بدون تأخیر

محافظت در برابر بیماریهای آمیزشی: محافظتی ایجاد نمی‌کند.

آثار جانبی، فواید و خطرهای سلامت

آثار جانبی

بعضی از مصرف کنندگان موارد زیر را گزارش می‌کنند:

- تغییرات در خونریزی ماهیانه شامل:
 - کاهش مقدار و مدت خونریزی
 - خونریزی نامنظم
 - افزایش فواصل خونریزی
 - خونریزی طولانی مدت
 - عدم خونریزی ماهیانه
- سردرد
- تحریک، سرخی، یا التهاب واژن (واژینیت)
- ترشحات سفید واژینال



فواید و خطرهای شناخته‌شده سلامت

مطالعات طولانی مدت حلقه واژینال محدود هستند، اما پژوهشگران پیش بینی می‌کنند که فواید و خطرهای سلامت آن مشابه قرص‌های ضد بارداری خوراکی ترکیبی باشند. (به قسمت قرص‌های ضد بارداری خوراکی ترکیبی، فواید و خطرهای سلامت در صفحه ۳ مراجعه کنید.)

معیارهای مقبولیت طبی (به صفحه ۶ مراجعه کنید)، رهنمودهای زمان شروع (به صفحه ۱۰ مراجعه کنید) و کمک به مصرف کنندگان مداوم (به صفحه ۱۶ مراجعه کنید) برای حلقه‌های ترکیبی مشابه قرص‌های ترکیبی جلوگیری از حاملگی هستند.

ارائه حلقه ترکیبی واژینال

توضیح نحوه استفاده:

- نحوه جاگذاری حلقه را توضیح دهید.
- او می‌تواند راحت‌ترین وضعیت، به عنوان مثال ایستاده در حالی که یک پا بالا باشد، چمباتمه زده، یا دراز کشیده، را انتخاب کند.
- او باید دو طرف حلقه را به هم فشار دهد و حلقه تا شده را به آرامی و به طور کامل داخل واژن قرار دهد.
- موقعیت دقیق مهم نیست اما جاگذاری عمیق به باقی ماندن آن در محل کمک می‌کند و کمتر احتمال دارد که زن آن را احساس کند. ماهیچه‌های واژن بطور طبیعی حلقه را در محل نگه می‌دارند.



- توضیح دهید که حلقه باید به مدت ۳ هفته در محل باقی بماند.
- او باید حلقه را بصورت شبانه روزی به مدت ۳ هفته در محل نگهدارد.
- فرد می‌تواند حلقه را در پایان سومین هفته خارج کند و آن را در ظرف آشغال بیندازد.
- باید حلقه را در هفته چهارم خارج کند.
- برای خارج کردن حلقه باید انگشت سبابه خود را به شکل قلاب وارد حلقه کند، یا حلقه را بین انگشتان سبابه و میانی فشار دهد و آن را بیرون بکشد.
- در این هفته احتمالاً دچار خونریزی ماهیانه خواهد شد.
- در صورتیکه فراموش کند و حلقه به مدت ۴ هفته باقی بماند اقدام خاصی نیاز نیست.
- تا هفته چهارم نباید حلقه را حداکثر بیش از ۳ ساعت خارج کند.
- حلقه را می‌توان در زمان نزدیکی یا به منظور تمیز کردن یا سایر علل خارج کرد، گرچه خارج کردن آن الزامی نیست.
- در صورتیکه حلقه خودبه‌خود خارج شود باید آن را با آب تمیز بشوید و بلافاصله جاگذاری کند.

حمایت از استفاده‌کننده

دستورالعمل برای موارد برداشت یا جایگزینی دیر هنگام

- آیا در خلال هفته اول یا دوم، حلقه به مدت بیش از ۳ ساعت خارج از واژن بوده است؟
- حلقه را هر چه سریعتر در محل قرار دهید. از یک روش پشتیبان برای مدت ۷ روز استفاده کنید.

- آیا در خلال هفته سوم، حلقه به مدت بیش از ۳ ساعت خارج از واژن بوده است؟
- سیکل فعلی را قطع کرده، حلقه را دور بیندازد.
- بلافاصله سیکل جدیدی شروع کنید، حلقه جدیدی جاگذاری کرده و حلقه را به مدت ۳ هفته در محل نگهدارید. به مدت ۷ روز از روش پشتیبان* استفاده کنید.

(اگر در طول ۷ روز گذشته حلقه به طور مستمر و صحیح در محل نگه داشته شده است، می‌توانید اقدام دیگری انجام دهید: حلقه را در محل جاگذاری نکنید و ۷ روز بعدی را بدون حلقه سپری کنید. سپس حلقه جدیدی جاگذاری کرده، سیکل جدیدی شروع کنید و حلقه را به مدت ۳ هفته در محل نگهدارید. در ۷ روز اول استفاده از حلقه جدید از روش پشتیبان استفاده کنید).

- آیا بیش از ۷ روز تا جاگذاری حلقه جدید فاصله ایجاد شده است؟ یا حلقه را بیش از ۴ هفته داخل واژن حفظ کرده‌اید؟
- بلافاصله حلقه جدیدی جاگذاری کرده، دوره جدید ۴ هفته‌ای را شروع کنید. به مدت ۷ روز از روش پشتیبان استفاده کنید.
- اگر حلقه جدید را با تأخیر ۳ روز یا بیشتر جاگذاری کرده (حلقه به مدت ۱۰ روز یا بیشتر خارج شده است) و طی ۵ روز گذشته نزدیکی محافظت نشده داشته‌اید، از روش فوریتی جلوگیری از حاملگی استفاده کنید (به قسمت قرصهای فوریتی جلوگیری از حاملگی در ص ۴۵ مراجعه کنید).

* روش پشتیبان شامل خودداری از نزدیکی، کاندوم زنانه و مردانه، مواد اسپرم کش و روش منقطع است. به او بگویید مواد اسپرم کش و روش منقطع از کم‌اثرترین روشهای جلوگیری از حاملگی هستند. در صورت امکان به او کاندوم بدهید.