



اللولب الهرموني (Mirena®) The Hormone Releasing IUD (Mirena®)

هل هناك أي آثار جانبية؟

قد تعاني النساء من النزيف غير المنتظم وبقع دم في الأشهر القليلة الأولى بعد إدخال اللولب الهرموني. عادة ما يستقر النزيف وتصبح الدورة أقصر وأخف وفي كثير من الأحيان قد تنقطع الدورة عند النساء. قد تواجه بعض النساء الآثار الجانبية الهرمونية، مثل الانتفاخ أو تغييرات في الجلد، ولكن هذا غير شائع لأن جرعة الهرمون صغيرة جداً. هناك فرصة صغيرة للإصابة بالتهاب الحوض في وقت إدخال اللولب. سوف يخبرك الطبيب أو الممرضة عن المخاطر الأخرى لإدخال اللولب.

كيف يمكنك الحصول على اللولب الهرموني؟

أنت بحاجة للذهاب إلى الطبيب أو عيادة تنظيم الأسرة. قد يُطلب منك القيام بزيارتين. في أول زيارة يسألك الطبيب أسئلة عن صحتك ويخبرك عن اللولب. ستخضعين لفحص المهبل/الحوض، وربما إختبار لإلتهاب المهبل. ويتم في الزيارة الثانية إدخال اللولب. سيقوم الطبيب أو الممرضة بشرح الإجراء لك. يستغرق الإجراء حوالي 10 دقائق، وبعض النساء قد تجدن التجربة غير مريحة في حين أن البعض الآخر قد تجدن أنها مؤلمة جداً. إن أخذ أدوية بسيطة مخففة للألم قبل الإجراء فكرة جيدة. لا تحتاجين للصيام قبل إدخال اللولب، في الواقع إن الأكل مسبقاً فكرة جيدة. قد تشعرين بالإغماء أثناء أو بعد الإدخال وربما تحتاجين للراحة لفترة من الوقت قبل أن تغادري العيادة. يجب أن تسمحي لحوالي ساعة واحدة للبقاء في العيادة.

كيف تتم إزالة اللولب الهرموني؟

أنت بحاجة للذهاب إلى الطبيب أو عيادة تنظيم الأسرة لإزالته. يستخدم الطبيب أداة خاصة لإزالة اللولب عن طريق سحب الخيط بلطف. يستغرق هذا الإجراء بضع دقائق فقط. تجد بعض النساء إزالته غير مريحة قليلاً والبعض الآخر لا تشعرن بأي شيء على الإطلاق.

ما هو اللولب الهرموني؟



يُسمى اللولب الهرموني بـ Mirena® وهو الوحيد المتوفر في استراليا. وهو جهاز صغير من البلاستيك على شكل 'T' مع هرمون يدعى الليفونورغيستريل (levonorgestrel) في عنقه. يتم وضعه داخل الرحم لمنع الحمل. يحتوي على خيط من النايلون مربوط به وعندما يكون اللولب في مكانه، يظهر الخيط من خلال عنق الرحم (نهاية الرحم) في المهبل. يمكن أن يبقى اللولب الهرموني في مكانه لمدة تصل إلى خمس سنوات.

كيفية عمل اللولب الهرموني؟

يجعل الهرمون المخاط في عنق الرحم أكثر سمكاً بحيث لا يمكن وصول الحيوانات المنوية إلى الرحم وكذلك يخفف أيضاً من سماكة بطانة الرحم. ويمكن أيضاً في بعض الأحيان إيقاف المبايض من الإفراج عن بويضة.

ما مدى حسن عمله؟

اللولب الهرموني هو وسيلة فعالة جداً لمنع الحمل (فعالة بنسبة 99.8%). وهذا يعني أن أقل من امرأة واحدة في كل مائة تستخدم وسيلة منع الحمل هذه لمدة عام سوف تصبح حاملاً.

من التي يمكنها استخدام اللولب الهرموني؟

تستطيع معظم النساء استخدام اللولب، بما في ذلك النساء اللواتي لم ينجبن طفل من قبل، والنساء اللواتي يرضعن، ولكن أسألي طبيبك إذا كان مناسب بالنسبة لك. وهو مفيد أيضاً بالنسبة للنساء اللواتي تعانين من دروات ثقيلة لأنه يميل إلى جعل الدورة أقصر وأخف (ويمكن في كثير من الأحيان إيقاف الدورة تماماً). إنه ليس ضاراً بأي شكل من الأشكال على جسمك.

من التي لا يجب أن تستخدم هذا النوع من اللولب؟

يجب عدم استخدامه إذا كنت قد تكونين حاملاً. هناك بعض الحالات الطبية التي قد تعاني منها وقد تمنعك من استخدام لولب البروجسترون. من المهم جداً التحدث مع طبيبك للتأكد من أن استخدامه آمن بالنسبة لك.

أشياء لتذكرها

تحسسي داخل المهبل بإصبعك للتأكد من وجود الخيط كل شهر بعد الدورة للتأكد من أن اللولب في مكانه. إذا كانت لديك أية أعراض غير عادية بما في ذلك إفرازات من المهبل، أو آلام في أسفل البطن أو ألم أثناء الجماع، راجعي طبيبك على الفور. إذا كنت قلقة من أن تكوني حاملاً، راجعي طبيبك أو العيادة لإجراء اختبار الحمل. ولكن تذكر، يمكنك تفويت الدورة مع اللولب الهرموني. إذا مارست أنت أو شريكك في أي وقت مضى جنس عرضي، أو إذا كان لديك شريك جديد تمارسين الجنس معه، استخدموا الواقي الذكري في كل مرة حتى يتم فحص كل منكما للعدوى المنقولة جنسياً (STIs). سجلي تاريخ الإستبدال لأنه لا ينبغي إبقاء اللولب لفترة أطول من الوقت الموصى بها.

لمزيد من المعلومات

- اتصلي بخط تنظيم الأسرة في نيو ساوث ويلز على 1300 658 886 أو قومي بزيارة www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (للصم) 133 677
- أو قومي بزيارة أقرب عيادة تنظيم الأسرة إليك

Fact Sheet - English

THE HORMONE-RELEASING IUD (MIRENA®)



What Is The Hormone-releasing IUD?

The only Hormone-releasing IUD available in Australia is called Mirena®. It is a small plastic device in the shape of a 'T' with a hormone called levonorgestrel in its stem. It is placed inside the uterus to prevent pregnancy. It has a fine nylon string attached and when the IUD is in place, the string comes out through the cervix (the end of the uterus) into the vagina. The Hormone-releasing IUD can stay in place for up to five years.



How Does Hormone-releasing IUD Work?

The hormone makes the mucus in the cervix thicker so that sperm cannot get into the uterus and it also thins the lining of the uterus. It can also sometimes stop your ovaries from releasing an egg.

How Well Does It Work?

The hormone-releasing IUD is a very effective method of preventing a pregnancy (99.8% effective). This means that fewer than one woman in every hundred using this method of contraception for a year would become pregnant.

Who Can Use Hormone-releasing IUD?

Most women are able to use an IUD, including women who haven't had a baby before, and women who are breastfeeding, but ask your doctor if it is suitable for you. It is also useful for women who have heavy periods because it tends to make periods shorter and lighter (and can often stop periods altogether). This is not harmful in any way to your body.

Who Should Not Use This Type Of IUD?

You should not use it if you could be pregnant. There are some medical conditions that you may have which could prevent you from using the Progesterone IUD. It is very important to talk with your doctor to be sure it is safe for you to use it.

Are there any side effects

Women may have irregular bleeding and spotting in the first few months after the hormone-releasing IUD is inserted. Bleeding usually settles down and periods become shorter and lighter and often women will have no periods at all.

Some women may experience hormonal side effects, such as bloating or skin changes, but this is uncommon because the dose of hormone is so small.

There is a small chance of getting a pelvic infection at the time of the IUD insertion.

The doctor or nurse will tell you about other risks of having the IUD inserted.

How Do You Get The Hormone-releasing IUD?

You need to go to a doctor or Family Planning Clinic. You may be asked to make two visits. On the first visit the doctor asks questions about your health and tells you about the IUD. You will have a vaginal/pelvic examination, and possibly a test for vaginal infection. On the second visit the IUD is inserted. Your doctor or nurse will explain the procedure to you. It takes about 10 minutes and some women may find the experience uncomfortable while others may find it quite painful. It is a good idea to take simple pain tablets before the procedure. You do not have to fast before having the IUD put in, in fact it is a good idea to eat beforehand. You may feel faint during or after the insertion and you will probably need to rest for a while before you leave the clinic. You should allow about an hour to be at the clinic.

www.fpnsw.org.au | [talkline 1300 658 886](tel:1300658886) | [bookshop](#)

clinical services & information | education & training | research | international development

Family Planning NSW is a not-for-profit organisation funded by the NSW Ministry of Health

The information in this Fact Sheet has been provided for educational purposes only. FPNPSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit a Family Planning Clinic. Reviewed May 2014/FPNSW 05/14

How Is The Hormone-releasing IUD Taken Out?

You need to go to a doctor or Family Planning Clinic to have it taken out. The doctor uses a special instrument to remove the IUD by gently pulling on the string. This only takes a couple of minutes. Some women find it a little uncomfortable and some don't feel much at all.

Things To Remember

Feel inside your vagina with your finger to check for the string each month after a period to be sure the IUD is in place.

If you have any unusual symptoms including a discharge from your vagina, pain low in your abdomen or deep pain during intercourse, see your doctor straight away.

If you are concerned that you could be pregnant, see your doctor or clinic for a pregnancy test. But remember, you can miss periods with the hormone-releasing IUD.

If you, or your partner, ever have casual sex, or if you have a new sexual partner, use a condom every time until you both have been checked for sexually transmissible infections (STIs).

Keep a record of the date for replacement because an IUD should not stay in for longer than the recommended time.

For Further Information

- Contact the Family Planning NSW Talkline on 1300 658 886 or go to www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (for deaf) 133 677
- Or visit your nearest Family Planning clinic

Reviewed: June 2014 | FPNSW 06/14

The information in this Factsheet has been provided for educational purposes only. Family Planning NSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit an Family Planning NSW clinic.

www.fpnsw.org.au | [talkline 1300 658 886](tel:1300658886) | [bookshop](#)

clinical services & information | education & training | research | international development

Family Planning NSW is a not-for-profit organisation funded by the NSW Ministry of Health

Family Planning QLD 07 3250 0240 | Family Planning TAS 03 6273 9117 | Family Planning VIC 03 9257 0121

Family Planning WA 08 9227 6177 | Family Planning Welfare Association of NT 08 8948 0144

Sexual Health and Family Planning ACT 02 6247 3077 | SHine SA 08 8300 5300