

Fact Sheet - Turkish

DİŞİLİK ORGANI HALKASI
(NUVARING®)

The Vaginal Ring (Nuvaring®)

**Dişilik Organı Halkası Nedir?**

Dişilik organı halkasına NuvaRing® denilir. Yaklaşık beş buçuk santimetre genişliğinde yumuşak plastikten bir halkadır. Bileşik doğum kontrol Hapında olduğu gibi östrojen ve progesteron içerir. Dişilik organınıza yerleştirilir ve gebe kalmanızı önlemek için hormonlar vücut tarafından emilir. Yerine yerleştirdikten sonra çoğu kadın, dişilik organı halkasını hissetmez.

**Nasıl İş Görür?**

Dişilik organı halkası, dişilik organının içinde üç hafta kalır. Sonra bir hafta için çıkarın. Kanama benzeri hafif bir aybaşınız olacaktır ve yedi gün sonra, dişilik organınıza yeni bir halka koyun. Hormonlar her ay yumurtalıkların yumurta salgılamasını önler, böylece gebelik başlayamaz.

Ne Kadar İyi İş Görür?

Noksansız kullanılırsa, dişilik organı halkası yüzde 99'dan fazla etkilidir. Bu, her yıl bunu doğru olarak kullanan 100 kadının birden azı gebe kalacak anlamına gelir. Tipik veya 'gerçek yaşam' kullanımı ile daha az etkilidir, yılda yüz kadından dokuzu gebe kalır. Bunu çıkarıp doğru zamanda yenisini takmayı unutmanız gerekir.

Dişilik Organı Halkasını Kimler Kullanabilir?

Dişilik organı halkasını çoğu kadın kullanabilir. Hap almayı her gün hatırlamak güç oluyorsa, bu halka iyidir ve implant veya IUD'nin bir alternatifidir.

Dişilik Organı Halkasını Kimler Kullanmamalıdır?

Bacaklarında kan pıhtılaşması, felç veya kalp krizi, karaciğer sorunları, yüksek tansiyon, belirli türlerde migren ya da göğüs kanseri geçiren kadınlar dişilik organı halkası kullanmamalıdır. Emziriyorsanız ve bebeğiniz 6 aylıktan küçükse, dişilik organı halkasını kullanamayabilirsiniz. Dişilik organı halkasını kullanmanın sizin için güvenli olduğundan emin olmak için doktorunuzla konuşmanız çok önemlidir. Bazı diğer ilaçlar dişilik organının doğru bir şekilde iş görmesini önleyebilir ve kullanma kararı vermeden önce doktorunuz size bunlar ve diğer şeyler hakkında bilgi verecektir.

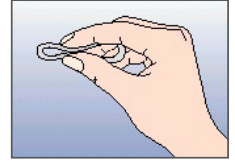
Yan Etkileri Var mıdır?

Çoğu kadın, dişilik organı halkası kullanırken kendisini iyi hisseder ama başlarda bazı yan etkiler olması yaygındır. Göğüslerinizde ağrı, baş ağrıları veya kusma (mide bulantısı) olabilir. Bu genellikle bir veya iki ay sonra geçer. Dişilik organı halkasının neden olduğu ciddi sağlık sorunları seyrek, ama doktorunuzdan bunları size anlatmasını isteyin.

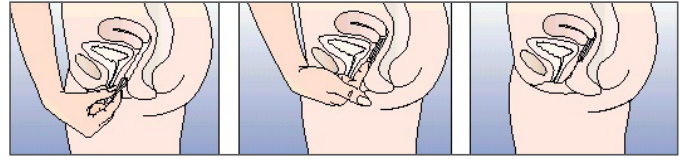
Dişilik Organı Halkası Nasıl Takılır?

Baş ve işaret parmaklarınız arasında halkayı sıkın (şekil 1). Hafifçe dişilik organınıza sokun (şekil 2). Doğru konum diye bir şey yoktur, rahatsızlık hissederseniz, dişilik organınızın içine doğru biraz daha itin. Dişilik organı kaslarınız onu, egzersiz ve cinsel ilişkide bile yerinde tutacaktır.

(şekil 1)

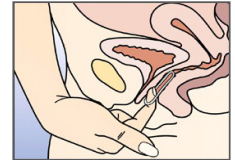


(şekil 2)

**Nasıl Çıkartılır?**

Halkayı çıkartmak için sadece parmağınızı dişilik organınıza sokun, halkayı kanca gibi tutup dışarı çekin (şekil 3).

(şekil 3)



1-3 şekilleri, Whitehouse Station, New Jersey, ABD adresindeki Merck & Co. Inc.'in yan kuruluşu olan MSD Oss B. V'nin izni ile yeniden yayınlanmıştır. NuvaRing®, MSD Oss B. V'nin ruhsatlı bir ticari markasıdır.

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

klinik hizmetleri ve bilgilendirme | eğitim ve öğretim | araştırma | uluslararası gelişim

Aile Planlaması NSW, NSW Sağlık Bakanlığı tarafından fonlandırılan, kâr amacı gütmeyen bir kuruluştur.

Bu Bilgilendirme Belgesindeki bilgiler sadece eğitim amaçlı olarak sağlanmıştır. FPNNSW bu bilgilerin, yayın sırasında doğru ve güncel olması için her türlü özeni göstermiştir. Üreme veya cinsel sağlık sorunları hakkında endişesi olan kişiler, sağlık bakımı sağlayıcılarından tavsiye ve yardım almaya veya bir Aile Planlama Kliniğini ziyaret etmeye özendirilir. Haziran 2014'te gözden geçirilmiştir | FPNNSW 06/14

Kullanmayı Unutursam Ne Olur?

Onsuz olduğunuz haftadan sonra dişilik organı halkasını takmakta 24 saatten fazla gecikerseniz, anımsar anımsamaz onu takın ve yedi gün boyunca (prezervatif gibi) başka bir doğum kontrol yöntemi kullanın. Bu durumda, halkasız geçen bir hafta içinde korunmasız bir cinsel ilişkide bulunursanız, gebelik riskiniz olabilir ve eczanelerden reçetesiz olarak alınabilen Acil Doğum Kontrol Hapını (ECP) kullanmayı düşünmelisiniz.

Dişilik organı halkasını üç hafta boyunca dişilik organında bırakmalısınız. Bu süre içinde çıkarılırsa ve dişilik organına 24 saatten az bir süre yerleştirilmemişse, onu su ile çalkalamalı ve mümkün olan en kısa zamanda eski yerine koymalısınız. Doğum kontrolü için hâlâ korunmuş olacaksınız.

Dişilik organı halkası 24 saatten uzun bir süre dişilik organının dışında kalırsa, anımsar anımsamaz su ile çalkalamalı ve eski yerine koymalısınız. Yedi gün için (prezervatifler gibi) başka bir tür doğum kontrol yöntemi kullanmalısınız.

Halka üçüncü haftada dişilik organı dışında 24 saatten fazla kalırsa, derhal yeni bir halka koymalısınız, bu bir sonraki üç haftalık kullanım dönemini başlatacaktır. Aybaşı benzeri kanamanız olmayabilir, ama biraz damlatma olabilir.

Dişilik Organı Halkasını Nereden Alabilirim?

Dişilik organı halkasını almak için doktordan bir yazı almalısınız. Yazıyı eczaneye götürüp dişilik organı halkasını satın alabilirsiniz.

Daha Fazla Bilgi İçin

- *Aile Planlaması NSW Konuşma Hattı ile 1300 658 886'dan ilişkiye geçebilir veya şu siteme girebilirsiniz www.fpnsw.org.au/talkline*
- *NRS (İşitme engelliler için) 133 677*
- *Veya en yakın Aile Planlaması kliniğinizi ziyaret edin*

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

klinik hizmetleri ve bilgilendirme | eğitim ve öğretim | araştırma | uluslararası gelişim

Aile Planlaması NSW, NSW Sağlık Bakanlığı tarafından fonlandırılan, kâr amacı gütmeyen bir kuruluştur.

Bu Bilgilendirme Belgesindeki bilgiler sadece eğitim amaçlı olarak sağlanmıştır. FNPNSW bu bilgilerin, yayın sırasında doğru ve güncel olması için her türlü özeni göstermiştir. Üreme veya cinsel sağlık sorunları hakkında endişesi olan kişiler, sağlık bakımı sağlayıcılarından tavsiye ve yardım almaya veya bir Aile Planlama Kliniğini ziyaret etmeye özendirilir.
Haziran 2014'te gözden geçirilmiştir | FPNNSW 06/14

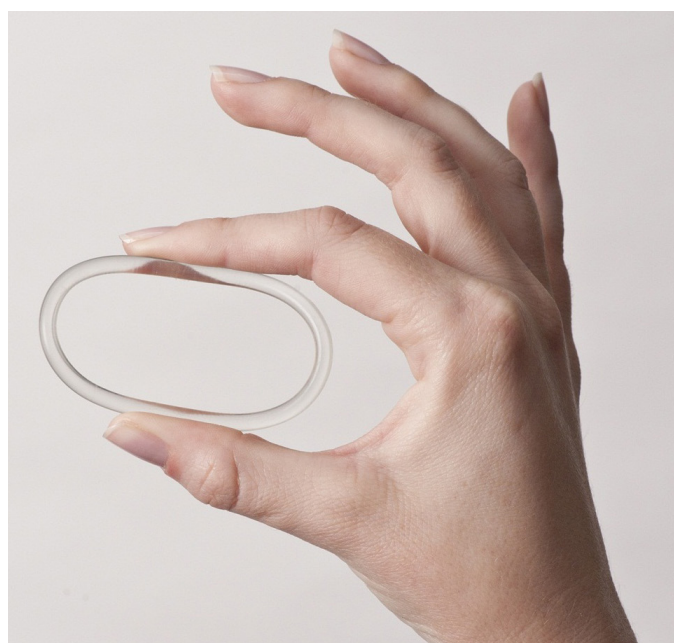
Fact Sheet - English

THE VAGINAL RING (NUVARING®)



What Is The Vaginal Ring?

The vaginal ring is called a NuvaRing®. It is a soft plastic ring about five and a half centimetres across. It contains the hormones oestrogen and a progestogen, similar to the combined contraceptive Pill. It is placed in your vagina and the hormones are absorbed into the body to stop you getting pregnant. Most women cannot feel the vaginal ring once it is in place.



How Does It Work?

The vaginal ring stays in the vagina for three weeks. Then you take it out, for a week. You will have a light period-like bleed, and after seven days you put a new ring in your vagina. The hormones stop a woman's ovaries from releasing an egg each month, so a pregnancy cannot begin.

How Well Does It Work?

With perfect use the vaginal ring is more than 99% effective. This means that if 100 women use it correctly for one year, less than one will become pregnant. With typical or 'real life' use it is less effective with up to nine women in every hundred becoming pregnant in a year. You need to remember to take it out and put a new one in again at the right time.

Who Can Use The Vaginal Ring?

Most women can use the vaginal ring. It is good if you find it hard to remember to take a pill every day, and is an alternative to the implant or an IUD.

Who Should Not Use The Vaginal Ring?

Women should not use the vaginal ring if they have had a blood clot in their leg, a stroke or heart attack, liver problems, high blood pressure, certain types of migraine, or breast cancer. You may not be able to use the vaginal ring if you are breastfeeding and your baby is less than 6 months old. It is very important to talk with your doctor to make sure it is safe for you to use the vaginal ring. Some other medications can stop the vaginal ring from working properly and the doctor will tell you about these and other things you need to know before you decide to use it.

Are There Any Side Effects?

Most women feel well while using the vaginal ring, but it is common to have some side effects at first. You may have sore breasts, headaches or nausea (feeling sick). This usually settles down after one to two months. Serious health problems caused by the vaginal ring are rare, but ask your doctor to tell you about them.

How Is The Vaginal Ring Inserted?

Squeeze the ring between your thumb and index finger (figure 1). Gently insert it into your vagina (figure 2). There is no correct position – if it feels uncomfortable, slide it further into your vagina. Your vaginal muscles will keep it in place, even during exercise and sex.

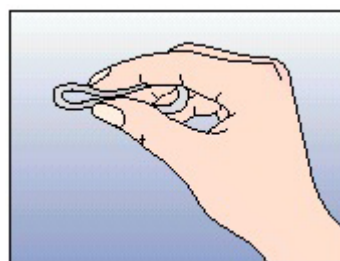


Figure 1

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. FPNPNSW 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

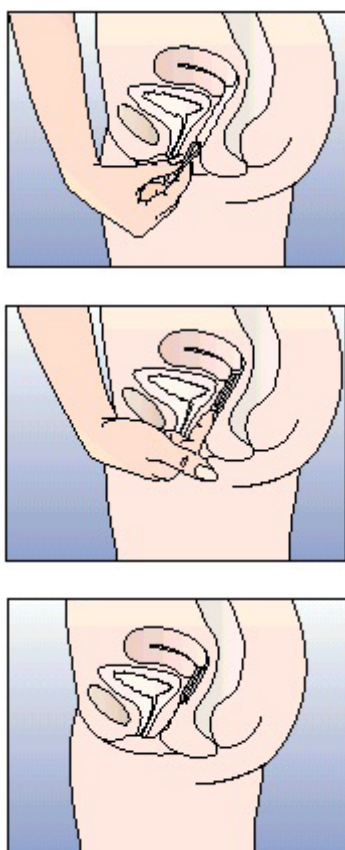


Figure 2

How Is It Taken Out?

To remove the ring simply put your finger into your vagina, hook it around the ring and pull it out (figure 3).

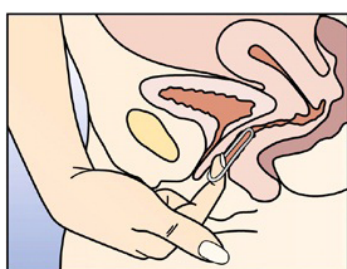


Figure 3

Figures 1-3 reproduced with permission of MSD Oss B.V., a subsidiary of Merck & Co., Inc., Whitehouse Station, New Jersey, USA. All rights reserved. NuvaRing® is a registered trademark of MSD Oss B.V.

What If I Forget To Use It?

If you are more than 24 hours late inserting the vaginal ring after the week without it, insert it as soon as you remember and use another form of contraception (such as condoms) for seven days. In this case, if you have had unprotected sex during the ring free week you may be at risk of pregnancy and should consider the Emergency Contraceptive Pill (ECP), available from a pharmacy without needing a prescription.

You should leave the vaginal ring in the vagina for 3 weeks. If it is taken out during this time and has been out of the vagina for less than 24 hours you should rinse it with water and put it back in as soon as possible. You will still be covered for contraception.

If the vaginal ring has been out of the vagina more than 24 hours you should rinse it with water and put the ring back in as soon as you remember. You should use another form of contraception (such as condoms) for seven days.

If the ring has been out of the vagina for more than 24 hours during the third week, you should put in a new ring immediately – this will start the next three weeks of use. You may not get your usual period-like bleed, but you may get some spotting.

Where Can I Get The Vaginal Ring?

You need to see a doctor to get a script for the vaginal ring. You can then take the script and buy your vaginal rings from a pharmacy.

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 | 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