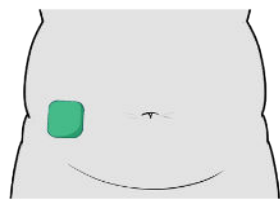


Miếng dán

Miếng dán ngừa thai, Xulane, Twirla



Cây thuốc hoạt động ra sao?



- Miếng dán ngừa thai dùng các **nội tiết progestin và estrogen** để ngăn ngừa rụng trứng (vì vậy không có trứng được giải phóng để tinh trùng thụ tinh) và làm dày chất nhầy cổ tử cung (ngăn tinh trùng di chuyển vào tử cung).
- Có **hai loại miếng tránh thai: Xulane và Twirla**. Sự khác biệt chính giữa chúng là loại hormone progestin được dùng, hình dạng của miếng dán và chất kết dính được sử dụng.
- Miếng dán ngừa thai có thể dùng cho tất cả mọi người **bất kể lứa tuổi và cả những người đang dùng trị liệu hormone khẳng định giới tính**. **Twirla** ít hiệu quả hơn cho người có BMIs 25-30. Không nên dùng bất cứ loại miếng dán nào cho người có BMI trên 30.

Làm thế nào dùng miếng dán?

thay đổi
Hàng tuần

Bạn cần **gặp người cung cấp** (trực tiếp hoặc qua mạng) để bắt đầu dùng miếng dán.

Bạn cần phải dùng miếng dán trong cả tháng và thay nó theo lịch để ngăn việc mang thai.

- Cả hai miếng dán có thể dán trên lưng, bụng hay hông và **Xulane** có thể dán ở phần dưới cánh tay. Miếng dán phải nằm phẳng và không tiếp xúc với quần áo, như vòng đeo tay.
- Phải có toa thuốc từ người cung cấp để có thể lấy miếng dán tại tiệm thuốc. Phải rửa tay và lau khô tay và da (không dùng kem). Gỡ phần nửa miếng nhựa ra và dán phần dính của miếng dán lên da của bạn. Sau đó gỡ phần còn lại đằng sau khỏi phần còn lại của miếng dán. Nhớ là phải dán cho chặt.
- Ngày trong tuần lúc bạn bắt đầu miếng dán là “ngày thay đổi miếng dán.” Cần đeo miếng dán 7 ngày liên tục. Trong ngày thay đổi miếng dán tiếp theo, thay thế miếng dán thứ nhất với miếng dán thứ hai. Trong ngày thay đổi miếng dán tiếp theo, thay thế miếng dán thứ hai với miếng dán thứ ba. Trong ngày thay đổi miếng dán tiếp theo, gỡ bỏ miếng dán thứ 3—không lấy nó ra sớm, ngay cả khi bạn bắt đầu có kinh. Có một tuần không có miếng dán. Trong ngày thay đổi miếng dán tiếp theo, bỏ miếng dán đầu tiên của cái hộp mới, ngay cả khi bạn có kinh.
- Không nên dán vào chỗ cũ trong hai tuần liên tục vì nó có thể làm da bạn khó chịu. Kiểm tra miếng dán mỗi ngày để chắc chắn là nó không rớt ra và vẫn còn dính. Miếng dán có thể bị ướt.

Sự riêng tư và kiểm soát

- Người cung cấp cần có để bắt đầu và tiếp tục dùng miếng dán qua toa thuốc. Có nhiều ứng dụng nơi bạn có thể lấy toa thuốc. Bạn có thể tự mình quyết định dùng không dùng miếng dán.
- Bạn của bạn có thể thấy miếng dán trên người bạn.
- Người bạn sống chung hoặc cùng chia sẻ bảo hiểm có thể thấy được hóa đơn tử công ty bảo hiểm.
- Người khác có thể thấy miếng dán trên người bạn hoặc thấy các hộp miếng dán hoặc các miếng dán bỏ đi.
- Nếu người khác theo dõi kinh kì của bạn, họ có thể chú ý sự thay đổi về kinh kì của bạn.
- Miếng dán chỉ có màu beige nhẹ, làm cho nó nhìn thấy rõ hơn trên da tối.

Một khi bắt đầu miếng dán, nó có tác dụng ngay tức thời không?



Khi bắt đầu dùng trong 5 ngày đầu kinh kì của bạn, nó sẽ có hiệu quả ngay tức thì. Nếu bạn không chắc máu ra là từ kinh nguyệt, bạn có thể dùng phương pháp phụ trong vòng 1 tuần.



Khi bắt đầu vào lúc nào khác, miếng dán cần 1 tuần mới có hiệu quả. Dùng thêm dụng cụ tránh thai trong suốt tuần đó.

Miếng dán có thể không đúng cho những người mà đã

- Hội chứng đông máu hoặc có nguy cơ bị máu đông
- Người hút thuốc và trên 35+ tuổi
- Bị Migraine
- Bị cao huyết áp
- Lupus với các kháng thể dương tính hoặc không xác định
- BMI trên 30

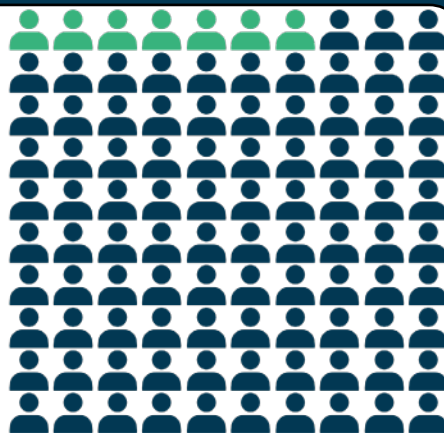
Đây không phải là toàn bộ danh sách, vui lòng nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ về tiền sử bệnh của bạn trước khi thử phương pháp này.

Dùng thuốc ngừa thai khẩn cấp nếu

- Miếng dán của bạn bị bung ra hoặc bung ra một phần hơn 24 tiếng.
- Bạn trễ trong việc bắt đầu miếng dán theo hướng dẫn (**Xulane** và **Twirla** có hướng dẫn khác nhau).

Miếng dán có tác dụng tốt thế nào trong việc ngừa thai?

- Trung bình, **trong vòng một năm sẽ có 7/100 người dùng miếng dán có thể mang thai**. Điều này có nghĩa là **93% hiệu quả** cho những lần sử dụng thông thường. Việc dùng thông thường cân nhắc việc người dùng miếng dán để ra sao. Một vài người có miếng dán bị rớt nhưng lại quên dán lại đúng lúc.
- Nếu dùng tốt, có nghĩa là miếng dán luôn dùng đúng, 1/100 người có thể có thể có thai trong một năm. Hiệu quả 99%.
- Một vài loại thuốc có thể làm cho miếng dán không có hiệu quả tốt.
- **Bạn có thể dùng phương pháp ngừa thai khác không có nội tiết cùng với miếng dán để bảo vệ thêm cho bạn khỏi phải mang thai.**



Tác dụng phụ

Bệnh truyền nhiễm qua đường tình dục: Không ngăn cản.

- Nên dùng bao cao su bên ngoài hoặc bên trong để giảm nguy cơ nhiễm bệnh qua đường tình dục.

Kinh nguyệt: Có thể ảnh hưởng.

- Khi bắt đầu miếng dán tránh thai, bạn thỉnh thoảng sẽ bị ra máu kinh ít giữa các kì kinh.
- Miếng dán tránh thai làm cho kinh kì nhẹ hơn.
- Miếng dán tránh thai làm cho kinh kì có thể dự đoán được.

Đau bụng kinh: Có thể nhẹ hơn.

Cân nặng: Không có ảnh hưởng.

Mụn trứng cá: Có thể cải thiện.

Muốn sinh trở lại: Khi bạn ngưng dùng miếng dán tránh thai, bạn có thể có thai ngay.

Các tác dụng phụ có thể có:

- Đau đầu
- Buồn nôn
- Độ mềm mại của vú
- Đau bụng
- Chát kéo dính trên da
- Phần da chỗ dán miếng dán ngứa ngáy
- Giảm triệu chứng PCOS hoặc endometriosis

Miếng dán giảm nguy cơ bị: thiếu máu; loãng xương; ung thư tử cung, nội mạc tử cung và buồng trứng; bệnh viêm vùng chậu; u nang buồng trứng và vú; thai ngoài tử cung; nhiễm trùng tử cung, buồng trứng hoặc ống dẫn trứng; hội chứng tiền kinh nguyệt

Dùng sau khi sinh con

Miếng dán thì **không an toàn sử dụng sau khi sinh**. Estrogen có thể tăng nguy cơ đông máu sau khi sinh con. Vào 6 tuần sau sinh, dùng miếng dán an toàn và sẽ không ảnh hưởng đến việc cho con bú sữa mẹ hoặc sự phát triển của trẻ sơ sinh nếu bắt đầu thành công.

Liên hệ với người cung cấp dịch vụ nếu bạn

- Đau bụng dưới
- Mắt và da vàng
- Đau đầu nhiều
- Tức ngực
- Cục máu đông
- Chân đau
- Đau đùi/Sưng đùi
- Đau lưng hoặc hàm đột ngột kèm theo buồn nôn, đổ mồ hôi hoặc khó thở

Những câu hỏi nên hỏi người cung cấp

- Liệu miếng dán có rớt ra nếu tôi đi bơi không?
- Toa thuốc có thể được cho bao lâu?
- Tại sao tôi không thể dán lại miếng dán trên cùng một chỗ mỗi tuần?
- Tôi nên làm gì nếu miếng dán tránh thai rớt ra?

Hãy đọc lại hướng dẫn về việc ngăn ngừa mang thai và các tờ thông tin cho mỗi phương pháp.

