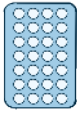


Grenn ki gen pwojestin sèlman ladan l

Ti grenn nan, grenn nan, grenn planin, pilil



Kijan grenn ki gen pwojestin sèlman an fonksyone ?



- Grenn ki gen pwojestin sèlman yo gen **òmòn pwojestin** ladan yo, ki fè mikis nan kòl matris la vin pwès (sa ki anpeche espèm deplase antre nan matris la), epi pafwa li anpeche ovilasyon fèt.
- Gen **de kalite** grenn ki gen pwojestin sèlman : **Norethindrone**, ki vini sou diferan non mak fabrik, ak Drospirenone, ki gen non mak fabrik **Slynd**.
- **Gen grenn ki bati sou melanj òmòn, yo diferan ak grenn ki gen pwojestin sèlman yo.**
- Grenn nan mache pou moun ki gen **nenpòt pwa, nenpòt laj, ak moun k ap fè terapi avèk òmòn, pou afime idantite sèks yo.**

Kijan w itilize grenn ki gen pwojestin sèlman an ?

Pran l chak jou

Ou dwe **al wè yon pwofesyonèl lasante** (an pèsòn, oswa nan konsiltasyon an liy), avan w kòmanse itilize grenn nan.

Ou dwe pran yon grenn chak jou, pou w pa ansent, menm si ou p ap fè sèks nan jou a.

- Mande pwofesyonèl lasante w yon preskripsyon pou grenn, pou w al pran l nan famasi. Bwè yon grenn chak jou.
 - **Norethindrone**: Ou dwe pran li **chak jou, nan menm lè a, nan yon entèval 3 zèdtan** selon orè pa ou.
 - **Slynd**: Ou pa oblije pran l chak jou, nan menm tan an egzakteman.
- Si li difisil pou w pran grenn nan, oswa w ap vomi, ou kapab pale avèk pwofesyonèl lasante w la, sou posiblite pou mete grenn nan nan bouboun ou, rive jouk nan kòl matris lan, tankou yon sipozitwa.



Entimite ak kontwòl

- Ou dwe wè yon pwofesyonèl lasante, pou w kòmanse, ak pou kontinye itilize grenn nan, pou lòt preskripsyon ankò. Epiyou, gen aplikasyon an liy (an anglè : apps) sou kote ou ka al pran yon preskripsyon. Ou ka deside sispann itilize grenn nan poukont ou.
- Patnè w la pa ka wè, oswa santi grenn nan.
- Yon moun k ap viv avèk ou, oswa ki gen asirans ansanm ak ou, ka wè yon bòdwo asirans ou voye pou ou.
- Yon moun ka rive jwenn anbalaj grenn ou an, oswa wè lè w ap pran grenn nan.
- Si gen nenpòt lòt moun, k ap suiv lè ou gen règ ou, li ka remake yon chanjman nan lè w gen règ ou.

Lè w kòmanse pran grenn nan, èske l ap fè efè imedyatman ?



Norethindrone: Ou ka kòmanse **Norethindrone** lan, nenpòt lè. Grenn nan ap pran 48 tèdtan, pou l fè efè. Nan premye 48 tèdtan sa yo, se pou w itilize yon lòt metòd planin adisyonèl.



Slynd: Lè se nan premye jou règ la ou kòmanse ak Slynd lan, grenn nan ap fè efè imedyatman.



Slynd: Lè w kòmanse nenpòt lòt lè a, **Slynd** lan ap pran 48 tèdtan, pou l fè efè. Itilize yon lòt metòd planin adisyonèl, pandan 48 tèdtan sa yo.



Grenn nan gen dwa pa apwopriye pou moun ki gen, oswa te gen

- Gen kèk operasyon pou pèdi pwa, (an anglè : bariatric surgeries), ki lakòz gen chanjman nan fason ou dijire manje
 - Lipis ak antikò pozitif, oswa antikò moun pa ko konnen
- Lis sa a pa konplè, kidonk pale ak pwofesyonèl lasante w la, sou sitiyasyon sante ou, avan w kòmanse avèk metòd sa a.*

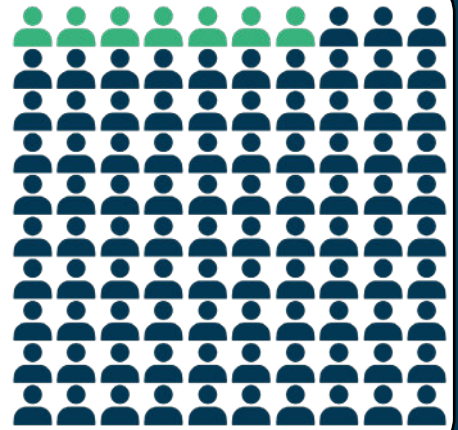


Itilize planin an ijans, si

- **Norethindrone**: Ou pran yon grenn nan, apre entèval 3 zèdtan, kote ou te sipoze pran l nan, oswa ou sote yon grenn konplètman.
- **Slynd**: Ou pran yon grenn, apre plis pase 24 trèdtan, depi lè ou te pran denye grenn nan, oswa si ou te sote yo grenn konplètman.

Èske grenn nan bon anpil pou anpeche gwoès ?

- An mwayèn, **7 nan 100 moun ki itilize grenn ki gen pwojestin sèlman an, ap tonbe ansent chak ane.** Sa vle di li **efikas a 93%** lè w itilize l nòmalmman. Itilizasyon nòmalm la konsidere avèk ki fasilite yon moun ka itilize grenn nan. Gen kèk moun ki pa p ka pran grenn nan chak jou, epi yo pral rate kèk grenn.
- Lè w itilize l pafètman byen, ki vle di ou pran grenn nan chak jou, 1 nan 100 moun ki itilize l yo ap tonbe ansent chak ane. Li efikas a 99%.
- Gen kèk medikaman ki ka lakoz grenn nan pa mache twò byen.
- **Pou plis pwoteksyon pou anpeche gwoès, ou ka itilize yon lòt metòd planin ki pa tabli sou òmòn, an menm tan avèk grenn nan.**



Efè segondè

Enfeksyon ki transmèt nan fè sèks : Yo pa p anpeche yo.

- Itilize kapòt ekstèn oswa entèn yo, pou diminye risk pou w pran tout enfeksyon ki transmèt nan fè sèks yo.

Règ : Ka afekte.

- Grenn nan ka lakoz ou bay ti san nan entèval règ ou.
- Grenn nan ka lakoz règ ou vin on tikras.

Doulè lè w gen règ : Li ka diminye

Pwa : Pa gen efè.

Akne : Ka vin pi mal.

Ou vin ka fè pitit ankò : Lè w sispann itilize grenn nan, ou ka vin ansent tousuit.

Kèk lòt efè segondè ki posib :

- Doulè nan tete
- Kè plen
- Maltèt
- Ti san nan bouboun
- Cheve pouse nan figi ou, ak sou kò ou
- Kis nan ovè
- Espesè zo a diminye
- Anpil kantite potasyòm
- Redui ekip sentòm pil kis nan ovè a (sig anglè a: PCOS), oswa tisi anndan matris la ki soti deyò l (endometriyoz) lakòz.

Grenn ede diminye risk pou w fè : anemi ; kansè nan kouch ki kouvri anndan matris la ;maladi enflamasyon anba tivant



Itilizasyon apre akouchman

Ou **ka itilize grenn ki gen pwojestin sèlman an, san danje, tousuit aprè akouchman.** Li pa gen efè sou lòt w ap pwodui, sou bay tibebe tete, oswa devlopman tibebe a.

+ Pran kontak ak pwofesyonèl lasante w la, si ou gen

- Doulè nan vant
- Je w vin jòn, oswa po w vin jòn (lajonis)
- Doulè nan kòf lestomak
- Boul nan tete
- Pwoblèm vizyon
- Kriz epilepsi
- Tèt fè mal grav
- Endispoze

? Men kesyon pou w poze pwofesyonèl lasante w la

- E si m ta vomi, apre m fin pran grenn nan ?
- Ki medikaman ki ka fè grenn nan mwen efikas ?
- Ki diferans ki genyen ant de kalite grenn ki gen pwojestin sèlman yo ? Kilès ki apwopriye pou mwen ?
- E si, pa aksidan, m ta pran 2 grenn nan yon jounen ?
- Pou konbyen tan ou ka ban m yon preskripsyon ?

Tcheke yon gid sou planin, ak papyè ki gen enfòmasyon sou chak metòd planin yo.

