

Sèk pou bouboun

Sèk, sèk pou fè planin, NuvaRing, Annovera



Kijan sèk pou bouboun nan fonksyone ?



- Sèk la gen ladan **lòmòn pwojestin ak estwojèn** ki anpeche ovilasyon (kidonk pa gen ze ki libere pou espèm nan ta fekonde), epi ki fè mikis nan kòl matris la vin pwès (sa ki anpeche espèm deplase antre nan matris la).
- Gen **de kalite sèk** : **NuvaRing** ak **Annovera**. Prensipal diferans lan se nan kantite òmon ki nan chak sèk yo, pou konbyen tan li la, limit yo mete sou pwa pou w genyen.
 - **NuvaRing** lan la pou 1 sik (yon mwa). **Annovera** a la pou 13 sik (yon ane).
 - **NuvaRing** lan mache pou moun ki gen nenpòt pwa. **Annovera** a mache pou moun ki gen kosyan ant pwa e otè (sig anglè a : BMIs) bay 29, oswa pi piti.
- Sèk la mache pou moun ki gen **nenpòt laj, ak moun k ap fè terapi avèk òmòm, pou afime idantite sèks yo**.

Kijan pou w itilize sèk pou bouboun la ?

chanje l
chak mwa

Ou dwe **al wè yon pwofesyonèl lasante** (an pèsòn, oswa nan konsiltasyon an liy), lè w ap kòmanse itilize sèk la.

Ou dwe itilize sèk la pandan tout mwa a, epi chanje l nan lè yo prevwa a, pou w pa ansent.

- **Pou mete l** : Mande pwofesyonèl lasante w yon preskripsyon pou patch la, pou w al pran l nan famasi. Lave men w. Si se **Annovera** w ap itilize, rense l, epi tanponnen l ak sèvyèt pou w ka seche l ; ou pa bezwen rense **NuvaRing**. Peze sèk la pou fè l pran fòm yon oval, epi antre l nan bouboun ou. Itilize dwèt ou, pou w ka pouse sèk la antre fon anndan. Ou pa sipoze santi li anndan ou. Kite l la jiskaske lè a rive pou w chanje li (enstriksyon an anba a). Si sèk la soti, rense l avan ou remete l.
 - **NuvaRing**: Kite sèk la nan bouboun ou pandan 3 a 4 semèn. Fè 7 jou san w pa mete yon sèk, pou règ ou ka vini. Aprea, kòmanse ak yon nouvo sèk. Si w vle sote règ ou, ou ka mete yon nouvo **NuvaRing** imedyatman apre ou fin retire ansyen an.
 - **Annovera**: Kite sèk la nan bouboun ou pou 3 semèn. Retire sèk la, lave l, seche l, epi mete l nan yon resipyan pou 7 jou. Ou pral gen règ ou pandan 7 jou sa yo. Lave ak seche sèk la, epi remete l pou 3 semèn. **Annovera** a la pou 13 sik. Pale ak pwofesyonèl lasante w la, si w vle sote règ ou, lè w ap itilize **Annovera**.
- **Pou retire l** : Pou retire l, lave men w, e foute dwèt ou nan sèk la, epi rale l sòti.

Entimite ak kontwòl

- Ou bezwen yon pwofesyonèl lasante, pou w kòmanse ak kontinye itilize sèk la, pou lòt preskripsyon ankò. Gen aplikasyon an liy (an anglè : apps) sou kote ou ka al pran yon preskripsyon. Ou ka deside sispann itilize sèk la poukont ou.
- Patnè w la ka santi sèk la ak dwèt li, oswa pijon li, lè n ap fè sèks. **Si w vle retire sèk la, lè w ap fè sèks, ou ka fè sa pou 3 zèdtan maksimòm, men li pa nesèsè.**
- 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 sèk, oswa sèk ou jete yo. Ou dwe mete **NuvaRings**, anplis ou yo nan frijidè, kidonk gen chans pou moun k ap viv ak ou wè yo.
- Si gen nenpòt lòt moun, k ap suiv lè ou gen règ ou, li ka remake yon chanjman nan lè w gen règ.

Lè w kòmanse itilize sèk la, èske l ap fè efè imedyatman ?



Lè w kòmanse ak sèk la, nan espas 5 jou apati premye jou règ ou a kòmanse a, sèk la ap fè efè imedyatman. Si w ap bay san, e ou pa sèten si se règ ou genyen, ou ka itilize yon metòd bakòp pandan yon semèn.



Lè w kòmanse nenpòt lòt lè a ak sèk la, sèk la ap pran 1 semèn, pou l fè efè. Nan semèn sa a, itilize yon lòt metòd planin adisyonèl.



Sèk la gen dwa pa apwopriye pou moun ki gen, oswa ki te gen

- Pwoblèm koagilasyon, oswa faktè ki fè w gen risk gen boul san
 - Moun k ap fimen ak moun ki gen plis pase 35 kan.
 - Maltèt migrèn ki vini ak siy avètisman
 - Ipètansyon
 - Lipis ak antikò pozitif, oswa antikò moun pa ko konnen
- Lis sa a pa konplè ; kidonk pale ak pwofesyonèl lasante w la, sou sityasyon sante ou, avan w kòmanse avèk metòd sa a.



Itilize planin an ijans, si

- Ou p at mete sèk ou an, pou **plis pase 3 zèdtan yon sèl kou**.
- Ou p at mete sèk ou an pou **plis pase 2 jou antou** nan moman li te sipoze mete la.
- Ou an **reta** nan lè pou w mete sèk la **apre semèn ou p at mete la**.
- **NuvaRing**: Itilize menm sèk la pandan **plis pase 5 semèn**.
- **Annovera**: Itilize menm sèk la pandan **plis pase 13 sik**.

Èske sèk la bon anpil pou anpeche gwoès ?

- An mwayèn, **7 nan 100 moun ki itilize sèk la ap tonbe ansent chak ane**. Sa vle di li **li efikas a 93%**, lè yo itilize l nòmalmman. Itilizasyon nòmral la konsidere avèk ki fasilite yon moun ka itilize sèk la. Gen kèk moun ki pa mete sèk la, pou plis pase 3 zèdtan, ki bliye mete l alè, oswa bliye ranplase sèk la, pou l kòmanse yon nouvo sik.
- Lè w itilize l pafètman byen, ki vle di ou itilize sèk la kòrèkteman, 1 nan 100 moun ki itilize l yo ap tonbe ansent chak ane. Li efikas a 99%.
- Gen kèk medikaman ki ka fè sèk la 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 sèk la. Ou pa ka itilize sèk la avèk Phexxi.**



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.

- Lè w kòmanse itilize sèk la, ou ka bay ti san, pandan yon ti tan, nan entèval règ ou.
- Sèk la ka lakòz règ ou vin on tikras.
- Sèk la ka fè w prevwa pi byen, lè pou règ ou vini.

Doulè lè w gen règ : Li ka diminye

Pwa : Pa gen efè.

Akne : Ka amelyore.

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

Kèk lòt efè segondè ki posib :

- Maltèt
- Kè plen
- Doulè nan tete.
- Imidite ak ekoulman ogmante nan bouboun.
- Iritasyon nan bouboun
- Dyare
- Vomisman
- Redui ekip sentòm pil kis nan ovè a (sig anglè a: PCOS), oswa tisi anndan matris la ki soti deyò l (endometriyoz) lakòz.

Sèk la ka ede diminye risk pou w fè : anemi ; kansè nan matris, nan kouvèti anndan matris la, ak nan ovè ; maladi enflamasyon anbativant ; kist nan ovè ak nan tete ; zo fennen ; gwoès deyò matris la ; enfeksyon nan matris, nan ovè, oswa nan twonp.



Itilizasyon apre akouchman

Li **pa bon pou itilize sèk la tousuit aprè akouchman**. Estwojèn ka ogmante risk pou w fè boul san apre akouchman. Sou 6 semèn apre akouchman, ou ka itilize sèk la san danje, e li pa gen efè sou lèt w ap pwodui, sou bay tibebe tete, oswa devlopman tibebe, si l te byen kòmanse.



Pran kontak ak pwofesyonèl lasante w la, si ou gen

- Doulè nan vant
- Je w vin jòn, oswa po w vin jòn (lajonis)
- Siy sendwòm chòk toksik
- Maltèt grav, oswa siy avètisman l
- Doulè nan kòf lestomak
- Boul san
- Ipètansyon
- Arebò bouch, oswa janm anfle
- Senyen vajinal ineksplikab
- Pwoblèm blad bil
- Difikilte pou respire
- Mak fonsè sou po
- Doulè nan janm / janm anfle



Men kesyon pou w poze pwofesyonèl lasante w la

- Èske l ap ogmante chans pou m fè enfeksyon nan bouboun ?
- Pou konbyen tan ou ka ban m yon preskripsyon ?
- Konbyen fwa konsa m ka retire l, si m pa gen dwa fè sa plis pase 3 zèdtan yon sèl kou ?

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

