

 **Mirena**[®]
Levonorgestrel-releasing intrauterine system



KILALANIN ANG MIRENA[®]

ISANG GABAY SA IYONG
**INTRAUTERINE
CONTRACEPTIVE**



Ano ang nasa loob ng kahon?



Hindi lang MIRENA® ang laman ng kahon – kasama rin dito ang Evolisserter® (na ginagamit para ilagay ang MIRENA®).

Pagsisimula sa MIRENA®

Ang MIRENA® ay isang intrauterine system (IUS) na ginagamit para maiwasan ang pagbubuntis nang hanggang 8 taon.

Ginagamit din ang MIRENA® para gamutin ang matinding pagdurugo nang dahil sa regla nang hindi alam ang dahilan, nang hanggang 5 taon, sa mga indibidwal na maaaring gumamit ng hormonal na birth control at nagkaroon na ng kanilang unang regla.

Ang MIRENA® ay hindi pinag-aralan sa mga indibidwal na lampas 65 taong gulang.

Upang makahanap ng placement clinic kung saan maaaring ipalagay ang MIRENA® ng isang propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan, bisitahin ang kyleenaandmirena.ca.





Isang malapitang pagtingin sa MIRENA®

- Maliit, puti, hugis-T ang hubog
- Gawa mula sa malambot, nababaluktot na plastik
- Ang vertical arm ay napapaligiran ng makitid na sisidlan na naglalaman ng hormone na tinatawag na levonorgestrel
- Dalawang pinong plastik na sinulid na kulay kayumanggi ang nakakabit sa dulo ng vertical arm



Gaano ka-epektibo ang MIRENA®?

Napag-alaman sa mga klinikal na pagsusuri na may tinatayang 0.2 pagbubuntis kada taon sa bawat 100 gumagamit ng MIRENA®.

Mga tipikal na bilang ng pagbubuntis para sa iba't ibang paraan ng birth control at kapag walang ginagamit na birth control

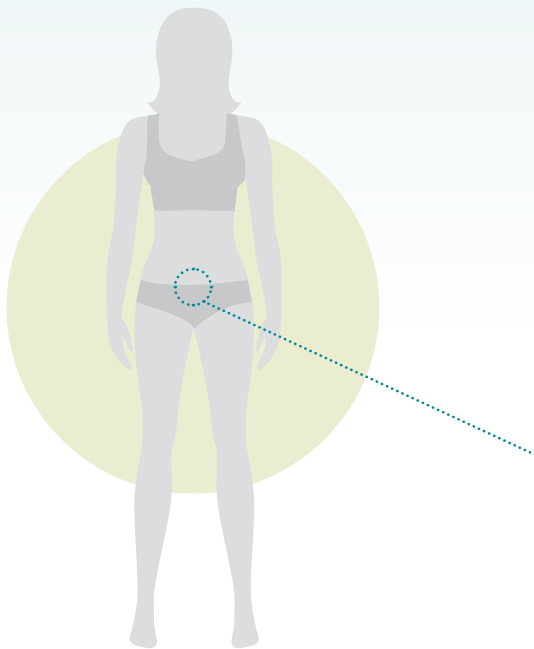
Produkto	Mga iniulat na pagbubuntis kada 100 indibidwal sa loob ng unang taon ng paggamit
Hormonal intrauterine system (IUS)	Mas mababa sa 1
Copper intrauterine device (IUD)	Mas mababa sa 1
Subdermal implant	Mas mababa sa 1
Itinuturok na progesterone	6
Pinagsamang hormonal contraceptive (pills, patch o ring)	9
Diaphragm	12
Condom para sa lalaki	18
Condom para sa babae	21
Sponge, spermicide	12–28
Withdrawal na paraan	22
Natural na pagpapalano ng pamilya	24
Walang birth control	85



Ang MIRENA® ay inilalagay sa loob ng matris

Ang MIRENA® ay:

- Inilalagay sa loob ng matris ng isang propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan
- Gumagana sa pamamagitan ng mabagal na paglabas ng mababang dami ng levonorgestrel nang direkta sa matris araw-araw
- Hindi naglalaman ng anumang estrogen



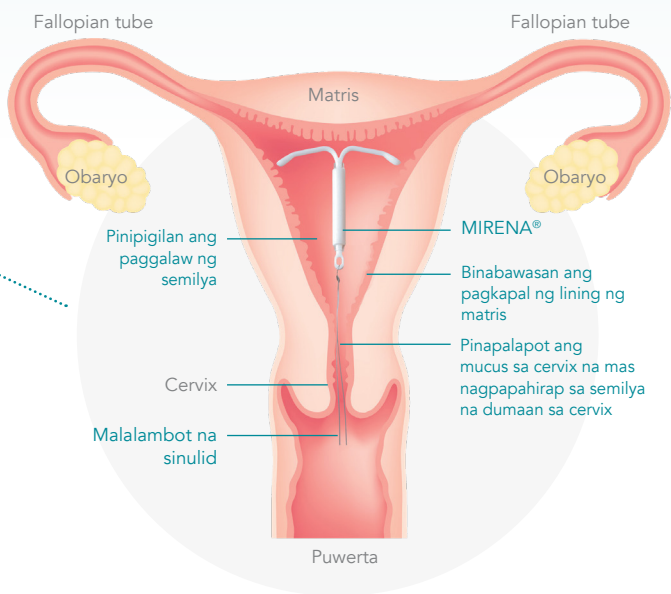
Habang ginagamit ang MIRENA®, ang panganib ng pagbubuntis ay mababa. Gayunpaman, kung aksidenteng nabuntis ka habang gumagamit ng MIRENA®, mas posible na maging ectopic ang pagbubuntis. Nangangahulugan ito na ang pagbubuntis ay wala sa loob ng matris. Ang ectopic na pagbubuntis ay isang seryosong kondisyon. Sabihin sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung ikaw ay may pananakit sa ibabang bahagi ng iyong tiyan, lalo na kung hindi ka niregla at/o may hindi inaasahang pagdurugo, dahil posibleng palatandaan ang mga ito ng ectopic na pagbubuntis.

Paano makakatulong ang MIRENA® na maiwasan ang pagbubuntis?

Maaaring gumana ang MIRENA® upang maiwasan ang pagbubuntis sa maraming paraan:

1. Binabawasan ang normal na buwanang pagkapal ng lining ng matris
2. Pinapalapot ang mucus sa cervix, na mas nagpapahirap sa semilya na dumaan sa cervix
3. Hinahadlangan ang galaw at function ng semilya

Nagtutulungan ang mga aksyong ito para maiwasan ang pagtatagpo ng semilya at itlog bilang paraan para maiwasan ang pagbubuntis.



Ano ang aasahan sa panahon ng paglalagay

Ang MIRENA® ay ipinapasok sa loob ng matris ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan. Ang pamamaraan ay tumatagal lamang ng ilang minuto.

- Bago ilagay ang MIRENA®, magsasagawa ang iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan ng pagsusuri sa pelvic para matukoy ang posisyon at laki ng iyong matris; maaari din siyang magsagawa ng Pap smear at pagsusuri sa suso, pati na rin iba pang pagsusuri (hal., para sa mga impeksyon kabilang ang mga STI), kung kinakailangan
- Isang manipis na nababaluktot na plastik na tubo na naglalaman ng MIRENA® ang ipapasok sa iyong matris – maaari kang makaramdam ng bahagyang kawalan ng ginhawa
- Kapag nasa tamang posisyon na, aalisin ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan ang tubo at iiwan ang MIRENA® sa iyong matris
- Panghuli, ang mga sinulid na pang-alis ay puputulin sa angkop na haba

Nakakaranas ang karamihan sa mga indibidwal ng walang pananakit o banayad lamang na pananakit habang inilalagay ang MIRENA®. Ang ilang indibidwal ay maaaring makaranas ng bahagyang kawalan ng ginhawa. Baka gusto mong talakayin sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan na kailangan mo ng pampawala ng sakit o lokal na pampamanhid.

Matapos ang paglalagay, maaari kang makaramdam ng parang dysmenorrhea na pananakit; gayunpaman, karaniwan itong humihinto sa loob ng ilang araw. Ang ilang tao ay maaaring makaramdam ng panghihina pagkatapos ilagay ang MIRENA® – mawawala ito matapos ang maikling pahinga. Ang pamamaraan ng paglalagay ay maaaring magdulot ng kombulsyon sa mga taong may epilepsy.

Ang MIRENA® ay maaaring ibalik sa dati anumang oras kung sakaling magbago ang iyong mga plano. Kapag inalis na ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan ang MIRENA®, maaari mong subukang mabuntis kaagad.

Habang inilalagay, ang MIRENA® ay maaaring kumapit sa o tumagos (makabutas) sa dingding ng matris, ngunit bihira itong mangyari. Kung mangyari ito, ang MIRENA® ay dapat tanggalin. Ang panganib ng pagbubutas ay tumataas sa mga indibidwal na nagpapasuso at kapag ang MIRENA® ay inilagay nang hanggang 36 na linggo matapos manganak, at maaaring tumaas sa mga indibidwal na may naiibang hugis ng matris o matris na nakapirmi at nakaliyad.





Kailan dapat ilagay ang MIRENA®?

Ang MIRENA® ay dapat ilagay sa loob ng 7 araw mula sa simula ng iyong regla. Sa kasong ito, hindi kinakailangan ang backup na birth control. Kung sigurado ka na hindi ka buntis, maaari ding ilagay ang MIRENA® anumang oras sa panahon ng iyong cycle.

Sabihin sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung nakipagtalik ka nang walang proteksyon mula noong huli mong regla. Kung inilagay ang MIRENA® nang mahigit sa 7 araw mula nang magsimula ang iyong regla, gumamit ng condom o diaphragm, o huwag makipagtalik sa susunod na 7 araw. Hindi magagamit ang MIRENA® bilang birth control na pang-emergency.

Kung pinapalitan ang MIRENA® o inilagay pagkatapos ng pagbubuntis:

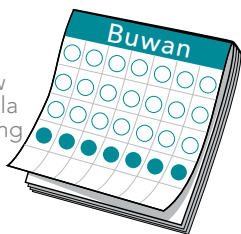
- Kapag pinapalitan ng bago ang kasalukuyang sistema, hindi kailangang hintayin ang iyong regla
- Pagkatapos ng panganganak, maghintay hanggang ang matris ay bumalik sa normal nitong laki, hindi bababa sa 6 na linggo pagkatapos ng panganganak
- Pagkatapos ng aborsyon sa unang trimester, maaaring ilagay kaagad ang MIRENA®. Gayunpaman, kung ang aborsyon ay naganap sa ikalawang trimester, ang paglalagay ay dapat na maantala nang 6 na linggo o hanggang ang matris ay bumalik sa normal na laki

Ang MIRENA® ay agad na nagsisimulang gumana kung ito ay mailalagay sa loob ng 7 araw mula sa simula ng iyong regla. Pinakamainam na maghintay ng 24-48 oras bago makipagtalik sakaling makaramdam ng pagiging hindi komportable. Kung inilagay nang mahigit sa 7 araw matapos magsimula ang iyong regla, gumamit ng condom o diaphragm, o huwag makipagtalik, sa susunod na 7 araw.

Paano maapektuhan ng MIRENA® ang iyong regla

Sa unang 3 hanggang 6 na buwan, maaaring maging hindi regular ang iyong regla at ang bilang ng mga araw ng pagdurugo ay maaaring tumaas. Maaaring makaranas ka rin ng madalas na spotting (kaunting pagkawala ng dugo) o mahinang pagdurugo. Sa ilang kaso, maaaring magkaroon ka ng matindi o matagal na pagdurugo sa panahong ito. Kontakin ang iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung ito ay magpapatuloy.

Sa pangkalahatan, malamang na magkaroon ka ng unti-unting pagbabawas sa bilang ng mga araw ng pagdurugo at dami ng pagkawala ng dugo bawat buwan. Nalalaman ng ilang gumagamit ng MIRENA® kalaunan na ganap na humihinto ang kanilang regla.



Ito ang epekto ng hormone sa lining ng matris. Ang normal na buwanang pagkapal ng lining ng matris na may dugo ay nabawasan; samakatuwid, may kaunti o walang pagdurugong nangyayari sa isang karaniwang regla. Hindi ito nangangahulugan na ikaw ay buntis o umabot na sa menopause.

Gayunpaman, kung ikaw ay nagkakaroon ng regular na regla sa MIRENA® at pagkatapos ay hindi ka nagkaroon sa loob ng 6 na linggo o higit pa, posibleng buntis ka. Dapat kang makipag-usap sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.

Ang pagbawas sa dugong nawala nang dahil sa regla ay dapat maging maliwanag mula sa unang cycle ng regla.

Kapag tinanggal ang MIRENA® dapat bumalik sa normal ang mga regla.

Ang paggamit ng sanitary pads ay inirerekomenda habang gumagamit ng MIRENA®. Maaari ka pa ring gumamit ng mga tampon o menstrual cup, gayunpaman, mag-ingat na hindi mahila ang mga sinulid ng MIRENA® kapag pinapalitan ang mga ito.



Pagsuri kung nasa puwesto ang MIRENA®

Dapat mong ipasuri ang iyong MIRENA® sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan nang mga 4 hanggang 12 linggo matapos ang paglalagay, muli sa 12 buwan at pagkatapos ay minsan sa isang taon hanggang matanggal ito.

Pagkatapos ng bawat buwanang dalaw o mga isang beses sa isang buwan, dapat mo itong suriin sa pamamagitan ng pakiramdam kung ang dalawang sinulid ay nasa puwesto pa rin. Ipapakita sa iyo ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung paano gawin ito. Huwag hilahin ang mga sinulid dahil maaari mong mahila palabas ang MIRENA® nang hindi sinasadya.

- Kung hindi mo nararamdaman ang mga sinulid, maaaring pahiwatig ito na ang MIRENA® ay nahulog palabas (lumabas) o tumagos sa matris (nagbutas). Magpatingin sa iyong tagapagkaloob ng pangangalagang pangkalusugan at pansamantalang gumamit ng isa pang paraan ng non-hormonal na birth control (gaya ng mga condom). Dapat ka ring makipagkita sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung nararamdaman mo ang mismong ibabang dulo ng MIRENA®

Para maiwasan ang pagbubuntis, ang MIRENA® ay maaaring manatiling nasa puwesto nang hanggang 8 taon bago ito dapat tanggalin. Dapat makatanggap ka ng kard ng paalala mula sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan matapos ang paglalagay ng MIRENA®. Dalhin ang kard na ito sa bawat appointment at tiyaking itago hanggang sa tanggalin na ang MIRENA®.

May pagtaas ng panganib ng seryosong impeksyon sa pelvic na tinatawag na pelvic inflammatory disease (PID) sa unang 3 linggo matapos mailagay ang intrauterine system o device. Kabilang sa iba pang mga kilalang salik sa panganib ang pagkakaroon ng maraming katalik, madalas na pakikipagtalik, at murang edad.

Ang PID ay maaaring magdulot ng mga seryosong problema gaya ng kahirapan na mabuntis, pagbubuntis sa labas ng matris (ectopic na pagbubuntis), o pananakit ng pelvic na hindi nawawala. Ang PID ay karaniwang ginagamot gamit ang antibiotics; gayunpaman, mas maraming seryosong kaso ng PID ang maaaring mangailangan ng operasyon.

Sabihin kaagad sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung mayroon kang anumang palatandaan ng PID, kabilang ang matagalan o matinding pagdurugo, hindi pangkaraniwang vaginal discharge, pananakit sa ibabang bahagi ng tiyan (lugar ng sikmura), masakit na pakikipagtalik, panginginginig o lagnat.

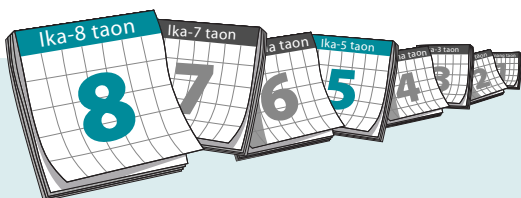
Pagtanggal at pagpapalit ng MIRENA®

Madaling matatanggal ng iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan ang MIRENA® anumang oras kung gusto mong mabuntis.

- Para maiwasan ang pagbubuntis, ang MIRENA® ay dapat alisin o palitan pagkatapos ng 8 taon
- Para sa paggamot ng malakas na pagdurugo nang dahil sa regla, ang MIRENA® ay dapat alisin o palitan pagkatapos ng 5 taon

Maaari kang mabuntis kapag tinanggal ang MIRENA® kung nakipagtalik ka sa nakaraang linggo. Maaari kang mabuntis sa sandaling matanggal ang MIRENA®, kaya dapat kang gumamit ng ibang paraan ng birth control kung ayaw mong mabuntis. Makipag-usap sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan tungkol sa mga pinakamabuting paraan ng birth control para sa iyo, dahil ang iyong bagong paraan ay maaaring kailangang simulan 7 araw bago tanggalin ang MIRENA® para maiwasan ang pagbubuntis. Sabihin sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung nakipagtalik ka noong nakaraang linggo.

Ang MIRENA® ay maaaring masira, kadalasan sa panahon na mahirap ang pagtanggal. Ang mga sirang piraso ay dapat makita at matanggal. Maaaring mangailangan ng operasyon para gawin ito.



Maaaring maglagay ang iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan ng bagong sistema pagkatapos alisin ang lumang sistema kung nais mong magpatuloy sa paggamit ng MIRENA®:

- Pagkatapos ng 8 taon para sa pag-iwas sa pagbubuntis
- Pagkatapos ng 5 taon para sa paggamot ng mabigat na pagdurugo nang dahil sa regla

Kung ang parehong sistema ng MIRENA® ay naiwang nakalagay nang higit sa 8 taon, maaari kang mabuntis. Dapat munang matiyak na hindi ka buntis bago ilagay ang isang bagong sistema.

Mga posibleng side effect ng paggamit ng MIRENA®

Hindi ito ang lahat ng posibleng side effect na maaari mong maramdaman kapag gumagamit ng MIRENA®. Kung makakaranas ka ng anumang side effect na hindi nakalista rito, makipag-ugnayan sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.

- Tigyawat/balat na nagmamantika
- Sakit sa balat, maitim na pekas sa balat
- Pagduduwal
- Pagkalagas ng buhok
- Impeksyon sa mga obaryo, fallopian tube o matris
- Dysmenorrhea
- Discharge mula sa ari
- Pagdurugo ng ari
- Labis na buhok sa mukha, dibdib, tiyan o binti
- Pananakit at pagiging sensitibo ng suso
- Mababang libido
- Nakakaramdam ng kaba
- Pagtaas ng timbang
- Pagkasira ng device
- Pagtaas ng presyon ng dugo

Ang mga side effect sa MIRENA® ay mas karaniwan sa mga unang buwan ng paggamit; unti-unting nababawasan ang mga ito habang tumatagal. Ang mga pagkakaiba sa iyong pagdurugo nang dahil sa regla ay ang mga pinakakaraniwang side effect ng MIRENA® sa mga unang buwan matapos mailagay ang sistema, ngunit ang mga epektong ito ay dapat mabawasan habang tumatagal.

Maaaring kabilang sa iba pang side effect ang pananakit ng tiyan at hindi pagdating ng regla. Kung hindi mawawala ang mga sintomas na ito o kung sa tingin mo ay hindi maganda ang iyong reaksyon sa MIRENA®, mangyaring ipaalam sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan.

May ilang gumagamit ng MIRENA® matapos manganak ang nag-ulat ng mas kaunting produksyon ng gatas.

Sumangguni sa leaflet ng Impormasyon sa Gamot ng Pasyente ng MIRENA® para sa mga detalye sa mga seryosong babala at pag-iingat – at kung ano ang gagawin tungkol sa mga ito.



Iba pang mga bagay na dapat malaman tungkol sa MIRENA®

Mararamdaman ba ang MIRENA® habang nagtatalik?

Habang nagtatalik, hindi mo dapat maramdaman o ng iyong partner ang MIRENA®.

Matapos mailagay ang MIRENA® inirerekomenda na maghintay ng 24-48 oras bago makipagtalik. Kung nararamdaman mo ang MIRENA®, o kung nakakaramdam ka ng anumang pananakit o kawalan ng ginhawa na pinaghihinalaan mong sanhi nito, hindi ka dapat makipagtalik hanggang hindi ka nakikipagkita sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan para maberipikang nasa tamang posisyon pa rin ito.

Maaari bang mahulog ang MIRENA®?

Bagama't hindi kadalasan, ang MIRENA® ay maaaring kusang mahulog palabas. Ang MIRENA® ay maaaring itulak palabas nang buo o bahagya sa panahon ng iyong regla. Ito ay tinatawag na pagpapalabas. Ito ay mas malamang na mangyari:

- Kung ikaw ay sobra sa timbang o may malakas na regla
- Pagkatapos mismo ng panganganak o pagkatapos ng second trimester abortion

Kung wala sa tamang posisyon ang MIRENA®, maaari itong hindi gumana gaya ng inaasahan. Kung mangyari ito, ikaw ay hindi protektado laban sa pagbubuntis.

Ang ilang sintomas ng pagkakatanggal ay pananakit at abnormal na pagdurugo. Maaari ding lumabas ang MIRENA® nang hindi mo namamalayan. Ang hindi pangkaraniwang pagdami ng pagdurugo habang ikaw ay may regla ay maaaring isang palatandaan na nangyari na ito.

Kung sa tingin mo ay lumabas ang MIRENA® (nang buo o bahagya), iwasang makipagtalik o gumamit ng isa pang paraan ng non-hormonal na birth control, gaya ng condom o diaphragm, hangga't hindi ka pa nakikipagkita sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan. Maaaring magsagawa siya ng x-ray para kumpirmahin kung nahulog ito palabas. Ang MIRENA® ay dapat tanggalin kung ito ay bahagyang naitulak palabas. Ang MIRENA® ay maaaring palitan ng bago kapag nakumpirmang hindi ka buntis.

Magpapasya ang iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan kung ano ang pinakamabuti para sa iyo.

Talaarawan ng regla ng MIRENA®

Gamitin ang talaarawan ng regla ng MIRENA® para masubaybayan ang anumang spotting o pagdurugo na mangyayari sa susunod na ilang buwan.

Araw	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
Unang buwan																																
Ika-2 buwan																																
Ika-3 buwan																																
Ika-4 na buwan																																
Ika-5 buwan																																
Ika-6 na buwan																																

Mga tagubilin

Itala ang daloy ng iyong dugo tuwing may dalaw o anumang pagdurugo na nangyayari sa pagitan ng mga dalaw sa pamamagitan ng paglalagay ng marka sa angkop na parisukat (araw) ng kalendaryo, gamit ang sumusunod na gabay.

■ Matinding pagdaloy – Punan ang kahon	● Spotting – Markahan ng tuldok
✕ Normal na pagdaloy – Markahan ng X	Walang Pagdurugo – Iwanang blanko



Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa MIRENA[®], bisitahin ang mirena.ca (para sa buong access, ilagay ang Drug Identification Number [DIN] na 02243005 kapag hiningi).

I-scan ang QR code para mag-download ng digital na kopya ng brochure na ito o para ma-access ito sa ibang mga wika



Maaaring ibalik ang ibinayad sa MIRENA[®]. Makipag-ugnayan sa iyong insurance provider para sa karagdagang impormasyon.

Mga seryosong babala at pag-iingat

- Ang mga hormonal na birth control kabilang ang MIRENA[®] ay HINDI NAGBIBIGAY NG PROTEKSYON laban sa mga impeksyon na nakukuha sa pakikipagtalik (mga STI), kabilang ang HIV/AIDS. Para protektahan ang iyong sarili laban sa mga STI, maaari kang gumamit ng condom kasabay ng paggamit ng MIRENA[®]
- Ang paninigarilyo ay nagpapataas ng panganib sa mga seryosong side effect sa puso at mga daluyan ng dugo. Dapat kang makipag-usap sa iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan tungkol sa mga panganib ng paninigarilyo
- Ang MIRENA[®] ay maaaring kumapit (naka-embed) o tumagos sa dingding ng matris. Ito ay tinatawag na pagbubutas. Kung nakakaranas ka ng matinding pananakit ng tiyan o pelvis na mayroon o walang pagdurugo ng ari, kontakin kaagad ang iyong propesyonal sa pangangalagang pangkalusugan

Mangyaring sumangguni sa leaflet ng Impormasyon ng Pasyente ng MIRENA[®] para sa buong mga indikasyon, kontraindikasyon, babala, pag-iingat, side effect at pamantayan sa pagpili ng pasyente.

© 2025, Bayer Inc.

® TM tingnan ang www.bayer.ca/tm-mc

PP-MIR-CA-0112-2

