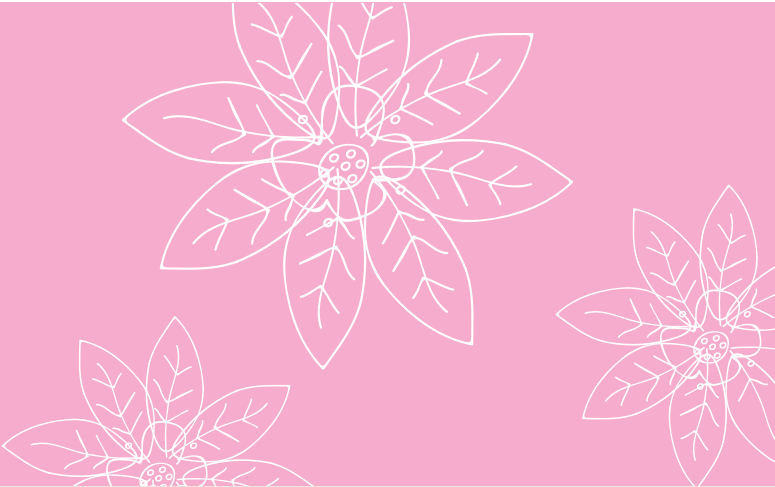




بۇ تۆكە پېۋىستىت بە چارەسەرى سەرشوۋىن
بە ھۆرمۈنى نۆستروچىن ھەيە.



زانبار يەكەنى نەخۆش



ناوهرۆك

- 4 كه مېوونى بهر هه مهينانى ئۆسترۆجين
و ئازارى ئىندامه سىكسيهكان (فاجينال)
- 5 چار مسهرى به ئۆسترينگ
- 7 ئۆسترينگ بۆكى گونجاوه؟
- 7 ناخو ئۆسترينگ هيج كارتىكردى تىرى لومكى ههيه؟
- 8 شيوازي دانانى ئۆسترينگ و گوريني
- 10 ماوهى چار مسهرى به ئۆسترينگ چهنده؟
- 11 خستهى گورينهوه و تيبينييهكان

كەمبۈۋى بەرھەمھېناتى ئۆستروچىن ۋە ئازارى ئەندامە سىكسىيەكان.

ھاۋكات لەگەل ھاتتى قۇناغى لەخوئىنچوۋنەۋە (راۋەستانى مانگانە) بەرھەمى لەش لە ھۆرمۇنى ئۆستروچىن كەم ئېيتتەۋە. پەردەكانى ئەندامى سىكسى ئافرەت نەرماتى ۋە تەراتىيەكەى لەدەست دەدات ۋە نازك ۋە بېھتتە ئەين. زۆر ئافرەت ھەست بە خوران ۋە سوۋتاتەۋە ئەكەن لە ئەندامەكەيان، ۋە لەوانەيە ئەۋە بېتتە ھۆى ئازار لە كاتى نزيكى سىكسىيەۋە ۋە ھەروەھا ھەندى ئافرەت ميزيان لەبەر ئەرۋات. لە رىگاي زىدەكردنى ھۆرمۇنى ئەستروچىن بەشتىۋەيەكى سەر شوئىن ئەكرى پەردەكانى ئەندامى سىكسى ئافرەت ۋە بورىەكانى ميز ئەستورتر ۋە نەرمتر بېن. ۱ ئەتۋانى رزگارت بى لە ئىش ۋە ئازار ۋە بگەر بېتتەۋە سەر ژيانى ئاسايى كۆمەلايەتى.



پەردەى ئەندامى سىكسى ئافرەت ئەستورتر ۋە شىندارتەر ۋە نەرمونىانتەر نەبى پاش چارسەس يەكى سەر شوئىن بە ھۆرمۇنى ئۆستروچىن.



پەردەى ئەندامى سىكسى لاي ئافرەتتە تەمەن گەرەكان كە چارسەسرى نەكراون ناسكە ۋە نەرمىيەتى نەماۋە.

چاره سەرى به ئۆستىرىنگ

ئۆستىرىنگ (Oestrin®) باز نەيەكى نەرمە كە بۆ ماوەى سى مانگ بىرىكى كەم لە ھۆرمونى ئۆستىراڧىول بەھىمنى دەرژىنىت. ئۆستىرىنگ رىگايەكى سادە و بى ئازارە بۆ زالبوون لەسەر كىشەكانى ئەندامى سىكىسى ئاقرەت. باز نەكە ئەكرىتە ژورەو لە رىگاي ئەندامى سىكىسى ئاقرەتەو، ھەرەكو چۆن لەفافی (تامپون) بەكار دىت، و ئەگور دىت پاش سى مانگ. زۆربەى ئەو ئەفرەتەنى ئۆستىرىنگ بەكار دىنن ھەر ھەست بە باز نەكە ناكەن، تەنەت لە كاتى پەيوەندى سىكىسىدا. ئەگەر تەوئىت بەشيوەكى كاتى باز نەكە دەر بىنى، بىشوو لەناو ناوىكى شىتتىن پىش ئەو جار يكى تر بىكەيوە ژورەو.





"نۆسترینگ" بۆ كى گونجاوه؟

"نۆسترینگ" چارەسەریەکی گونجاوه بۆ تۆ که توشی کهمیوونی هۆرمۆنی نۆستروژین بوویت لەکاتی لەخوینچوونەوه. چارەسەری زۆر ئاسانە و گونجاوه بۆ تۆ که گەیشتییه تەمەنی لەخوینچوونەوه و بۆ ئافرەتانی تەمەن گەورەتریش.

ناخۆ نۆسترینگ هیچ کارتیکردنی تری لاوهکی هەیه؟

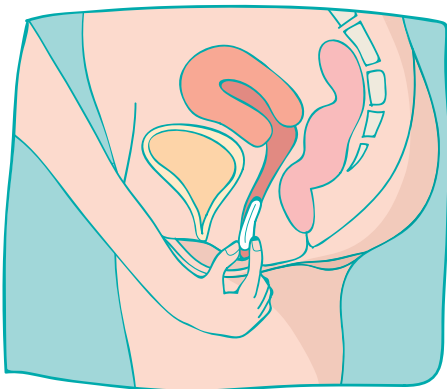
لەسەرەتای چارەسەریدا ئەکری هەست بە سووتانەوهیەکی میکانیکی بکە لە پەردەى ئەندامی سێکسی. هەر وەها نۆستروژین ئەتوانی ببیتە هۆی شلەمەنی زیاتر که وەک ئاولیچوون هەستی پێدەکری. کێشه و ئارێشهکان نامێنن پاش 2-4 هەفتە. چارەسەری بە نۆستروژین کارتیکردنی لەسەر کێشی تۆ نابیت.

هەندى جار کارتیکردن دیار ئەبن وەکو سەرئێشه و دلتيکهلبوون. بۆ زانیاری زیاتر سەردانی راجییتی هاوپیچ بە دەرمانەکه بکە.

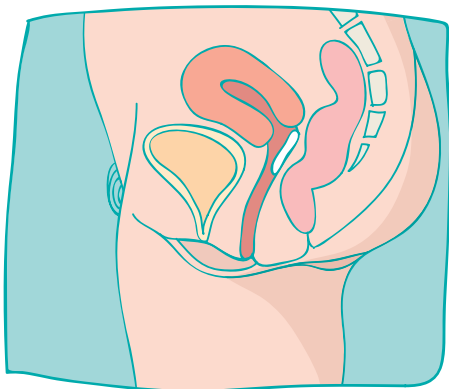
شیوازی دانانی "نۆسترینگ" و گۆرینی

دانان و گۆرینی "نۆسترینگ" زور ئاسانه. ئەگەر بۆخۆت ناتوانی بازنهکه دانتي و بیگۆریت، سستەری بنکهی تەندروستی یان مامان ئەتوانیت یارمەتیت بدات. بازنهی بهکارهاتوو ئەیگەرینیهوه بۆ دەرمانخانه، یان فری دەدری بۆ ناو زبلی مالهوه، فری مەده ناو ئاودەست.

دانان: لە رهوشی راهستان قاجیکت لەسەر کورسیهکه دانتي، یان دانیشه لەسەر دوو ئەژنۆت، یان لەسەر پشت راکیشه و قاجهکانت بهرز بکهوه و بیانکهوه. دەست بهسەر بازنهکه دانتي ههتاکو شیوهکی هیلکهوی وەردهگریت. بازنهکه بنی ناو قازین (کونی ئەندامی سیکسیت).



پاش ئەو بەز نەكە بەشئەمەكى ئوتوماتىكى ئەچىتە ژوور موملە رىگای جولەى ماسولكەكانى ئەندامى سىكىسىت و لە شىونىنى خۇيدا دەلكىت بە بەشى سەر مومەى ئەندامى سىكىسى. "ئوسترىنگ" ئەتوانرئ شىونىنى خۇى بگۆرئ، بۇ نمونە لە رهوشى قەبزبوونى توند، و گۆشتن بۇ خوار مومە. لەو رهوشەدا ئەبىى جارئكى تر بىكەيه مومە ژوور مومە.



دەرھىنان: لە رهوشى راومستان قاچئكت لەسەر كورسىەك دانئ،يان دانئشە لەسەر دوو ئەژنۆت و يان لەسەر پشت خۆت درئژبەكە و قاچەكانت بكمومە و بەرزىان بكمومە. بە پەنجەت لە ناو ئەندامى زاوزئتا بەز نەكە راگرە. بەز نەكە كەمئك بسوورئنە و بئكئشە دەر مومە.

ماوهى چارەسەرى بە "ئۆستىرىنگ" چەندە؟

ھۆكاری ئازار مەكانت كەمبۈونى سىروشتى ھۆرمۆنى ئۆستىرۈجىنە. ئۆستىرۈجىنى سەرشوین ئازار مەكان كەمدەكاتەو، بەلام چارەسەرىيان ناكات. ئەگەر چارەسەرى راگرى مەترسىيەكى زۆرە چونكو ئازار مەكان ئەگەر ئىنەو. بۆيە ئەبى بەردەوام بى لەسەر چارەسەرى مادەم ھەست بە باشبوون دەكەى لەگەلى.

ئەگەر پىرسىارت ھەبى يان پىويستىت بە يارمەتى ھەپە، لەگەل دكتور مەكت قسە بكة يان سستەر يان مامان. ھىچ پىرسىارىك سەپىر و جىي سەرسوورمان يان شەرم نىبە بۆيان.



خشته‌ی گۆرینه‌وه و تیبینییه‌کان

ژماره‌ی بازنه: _____ بهرواری دانانی بازنه: _____ بهرواری گۆرین: _____

ژماره‌ی بازنه: _____ بهرواری دانانی بازنه: _____ بهرواری گۆرین: _____

ژماره‌ی بازنه: _____ بهرواری دانانی بازنه: _____ بهرواری گۆرین: _____

ژماره‌ی بازنه: _____ بهرواری دانانی بازنه: _____ بهرواری گۆرین: _____

Ref: 1. SBU rapport, Behandling av symptom vid klimakteriebesvär, nr 159; kapitel 4, maj 2002.

Fact-checked by: Lena Joanzon, urotherapist

بایهتەکانی بەکارهێنانی Oestring (رینگی واژینال نیسترادیۆل): چارەسەری چێگرەوه بۆ لابردنی نیشانهکانی نەخۆشی نەبوونی نیستروژنی شۆینی. قەبارەى بەستەکان و بەهێزی دەرمان: تیکردنەخاو واژینال 7.5 میکروگرم دەوا لە هەر 24 کاتژمێردا، 1 بەسەى فۆلی. شۆهەى بەکارهێنان: بۆ 90 رۆژ بەردەوام بەکار بهێنریت، دواتر بگۆریهتەوه بە نەلقەمەکی نوێ . بەمۆردی بایهتەکانی ناو بروشوری زانیارییهکانی نەخۆش بخویننەوه. بۆ وەرگرتنی زانیاری زیاتر سەردانی مانیپەری: www.fass.se بکەن.

کۆمپانیای فایزەر، 191 90 سۆلنتوننا. تەلەفۆن 08-550 520 00 www.pfizer.se

Pfizer AB. 191 90 Sollentuna, Sweden. +46 (0)8-550 520 00. www.pfizer.se