

NORIDAY[®] TABLET

Norethisterone (350 mcg)

Apakah yang ada pada risalah ini

1. Apakah kegunaan Noriday
2. Bagaimana Noriday berfungsi
3. Sebelum menggunakan Noriday
4. Cara menggunakan Noriday
5. Semasa menggunakan Noriday
6. Kesan-kesan sampingan
7. Cara penyimpanan dan pelupusan Noriday
8. Maklumat lanjut
9. Pengilang dan Pemegang Pendaftaran Produk
10. Tarikh Kemaskini RiMUP
11. Nombor Siri

Apakah kegunaan Noriday

Noriday ialah pil pencegah kehamilan yang mengandungi progestogen sahaja, atau singkatannya, 'POP'. Noriday mengandungi bahan aktif norethisterone. Noriday membantu untuk mencegah anda daripada hamil.

Bagaimana Noriday berfungsi

Noriday menghalang kehamilan melalui beberapa cara.

- Ia memekatkan cecair pada bukaan masuk ke uterus anda dan ini menyukarkan perjalanan sperma untuk memasuki uterus.
- Ia juga mengubah lapisan uterus anda supaya telur yang disenyawakan tidak boleh berkembang di sana.
- Dengan mengubah lapisan tiub fallopio (yang membolehkan pengangkutan telur ke uterus), pengangkutan telur ke uterus boleh diperlahankan.

Sebelum menggunakan Noriday

- Bila tidak boleh menggunakan

Jangan ambil Noriday jika anda pernah mengalami:

- Tindak balas alahan (hipersensitiviti) terhadap bahan aktif, norethisterone, atau sebarang bahan lain yang terkandung dalam Noriday.
- Darah beku dalam kaki, darah beku dalam vena varikos, paru-paru, otak atau di tempat lain (gangguan koronari dan serebral trombotik).
- Serangan jantung atau angina.

- Gangguan lemak badan.
- Kanser payudara, serviks, vagina atau uterus.
- Diketahui, disyaki atau pernah menghidap barah yang responsif terhadap hormon wanita.
- Perkara-perkara berikut semasa kehamilan lalu:
 - Pruritus yang teruk (kegatalan pada seluruh badan);
 - Jaundis (penguningan kulit atau mata), dan doktor anda tidak boleh mencari puncanya; atau
- Penyakit hati kronik yang teruk atau akut, termasuk tumor hati pada masa ini atau masa lalu atau sindrom *Dubin-Johnson* atau *Rotor* (jenis-jenis jaundis tertentu), penyakit hati yang aktif.
- Pendarahan vagina yang luar biasa dan belum didiagnosis.
- Jika anda hamil atau mungkin hamil.

Mengandung dan menyusukan anak

Jangan ambil Noriday jika anda hamil, sedang merancang untuk hamil atau rasa anda mungkin hamil.

Jika anda rasa anda mungkin hamil semasa menggunakan Noriday, hentikan pengambilan ubat ini dan beritahu doktor anda dengan segera. Jika anda hamil semasa mengambil jenis pil sebegini, besar kemungkinan ia adalah kehamilan ektopik (kehamilan yang berlaku di luar uterus).

Jika anda mengambil Noriday pada dos yang lebih tinggi berbanding dos yang disarankan oleh doktor, bayi perempuan dalam kandungan anda mungkin mempunyai ciri-ciri penampilan lelaki.

Jangan ambil Noriday jika anda sedang menyusukan anak. Dapatkan nasihat doktor atau ahli farmasi sebelum mengambil sebarang ubat.

- Sebelum mula menggunakan Noriday

Sebelum anda mula mengambil Noriday, beritahu doktor anda sekiranya:

- Anda merancang untuk hamil.
- Anda perokok, terutamanya jika anda berumur lebih daripada 35 tahun.
- Anda mempunyai berat badan berlebihan, anda telah menjalani pembedahan baru-baru ini atau merancang untuk menjalani apa-apa pembedahan, atau anda terlantar di katil untuk tempoh yang lama.
- Anda mempunyai paras kolesterol yang tinggi.
- Anda menghidap kencing manis.
- Anda mempunyai sejarah *pre-eclampsia*, iaitu salah satu komplikasi serius sewaktu kehamilan.
- Anda menghidap migrain.
- Anda menghidap sawan.
- Anda mempunyai sebarang masalah jantung, hati atau buah pinggang.
- Anda memakai kanta sentuh.
- Anda mengalami kemurungan.
- Anda mempunyai batu karang atau ketulan dalam pundi hempedu atau saluran hempedu.
- Anda mempunyai *varicose veins*.
- Anda menghidap tekanan darah tinggi.
- Anda menghidap penyakit lelah.
- Anda mengalami *otosclerosis* (sejenis gangguan telinga).
- Anda menghidap *multiple sclerosis*, sejenis penyakit yang menyebabkan kerosakan pada sel-sel saraf dalam otak dan saraf tunjang.
- Anda menghidap *porphyria* (sejenis penyakit darah yang diwarisi).
- Anda menghidap *tetany* (sentakan otot).

Maklumat penting mengenai beberapa bahan Noriday

Tablet Noriday mengandungi lactose monohydrate. Jika anda telah dimaklumkan oleh doktor anda bahawa anda mengalami masalah yang diwarisi dalam keluarga iaitu tak tolerans galaktosa, kekurangan Lapp lactase atau gangguan penyerapan glukosa-galaktosa, hubungi doktor anda sebelum mengambil produk perubatan ini.

NORIDAY[®] TABLET

Norethisterone (350 mcg)

- Jika mengambil ubat-ubat lain

Beritahu doktor anda jika anda sedang mengambil mana-mana ubat lain, termasuk ubat yang dibeli tanpa preskripsi dari farmasi, pasaraya atau kedai makanan kesihatan.

Terdapat sesetengah ubat yang boleh saling bertindak dengan Noriday dan mengurangkan keberkesannya. Ini termasuk:

- Beberapa ubat untuk rawatan epilepsi, antibiotik dan sedatif.
- Ramuan herba St John's Wort.
- Corticosteroid seperti prednisone, prednisolone atau cloprednol yang digunakan untuk melegakan keradangan pada bahagian-bahagian badan.

Doktor anda akan menasihatkan anda sama ada untuk berhenti mengambil ubat tersebut atau menggunakan kaedah pencegah kehamilan yang lain, seperti kondom, ketika anda mengambil ubat tersebut.

Cara menggunakan Noriday

- Berapa banyak harus digunakan

Patuhi semua arahan yang diberikan kepada anda oleh doktor dan ahli farmasi anda dengan teliti. Ia mungkin berbeza daripada maklumat dalam risalah ini. Jika anda tidak memahami arahan pada label, sila rujuk kepada doktor atau ahli farmasi anda.

Ambil satu pil setiap hari. Mulakan pada hari pertama haid. Ini adalah 'hari satu' kitaran anda, hari apabila pendarahan bermula.

- Bila perlu digunakan

Anda boleh mengambil pil pada masa yang sesuai untuk anda. **Tetapi anda mesti mengambilnya pada masa yang hampir sama setiap hari.** Telan seluruh pil dengan sedikit air.

- Berapa lama perlu digunakan

Gunakan mengikut arahan doktor atau ahli farmasi anda. Ikut arah anak panah pada pek dan ambil pil setiap hari sehingga pek

kosong. Apabila anda habis pek pertama, mula pek baharu pada hari berikutnya. Ini bermakna anda akan mengambil pil sepanjang haid anda. Tiada masa rehat antara pek.

Untuk tujuh hari pertama bagi pek pertama, anda juga hendaklah menggunakan kaedah pencegah kehamilan tambahan, contohnya kondom.

- Jika terlupa menggunakan

- Jika anda tertinggal pil dalam tempoh tiga jam selepas waktu pengambilan biasa, ambil pil itu secepat mungkin.
- Jika anda lewat mengambil pil anda lebih daripada tiga jam, anda mungkin tidak dilindungi daripada kehamilan.
- Ambil pil tersebut sebaik sahaja anda ingat dan ambil yang seterusnya pada masa biasa.
- Ini bermakna anda mungkin mengambil dua pil dalam satu hari.
- Teruskan mengambil pil anda seperti biasa tetapi anda juga hendaklah menggunakan kondom untuk tujuh hari seterusnya.

- Jika mengguna berlebihan (terlebi dos)

Hubungi doktor anda dengan segera atau pergi ke Jabatan Kecemasan hospital terdekat, jika anda atau sesiapa mungkin terambil dos berlebihan. Ini perlu dilakukan walaupun tiada sebarang kesan keracunan atau rasa tidak selesa. Anda mungkin memerlukan perhatian perubatan segera.

Pengambilan ubat ini secara berlebihan mungkin menyebabkan loya, muntah, pembesaran payudara dan pendarahan faraj.

Semasa menggunakan Noriday

- Perkara yang perlu dilakukan

Ambil ubat anda mengikut arahan doktor.

Beritahu semua doktor, doktor gigi dan ahli farmasi yang merawat anda

bahawa anda sedang mengambil Noriday.

Beritahu doktor anda dengan segera jika anda menjadi hamil semasa menggunakan ubat ini.

Apa yang saya mesti lakukan jika haid saya tidak seperti biasa?

Ini adalah keadaan yang agak biasa dengan pil yang mengandungi progestogen sahaja. Haid anda boleh menjadi tidak tetap dan anda boleh mengalami sedikit pendarahan antara haid. Malah, anda boleh juga tidak datang haid langsung. Catat apa yang berlaku supaya anda boleh beritahu doktor atau pakar penjagaan kesihatan anda sewaktu anda menghadiri pemeriksaan kesihatan yang berikutnya.

Apa yang saya mesti lakukan jika saya tidak datang haid?

Ini boleh berlaku dengan jenis pil sebegini. Jika anda telah mengambil semua pil anda mengikut cara yang betul, kemungkinan besar anda tidak hamil. Ambil pek anda yang seterusnya seperti biasa. Jika anda tidak datang haid untuk kali yang kedua, jumpa doktor atau pakar penjagaan kesihatan anda dengan segera.

Apa yang saya mesti lakukan jika saya menukar jenama pil?

Ambil pil pertama dalam pek baharu anda pada hari berikutnya selepas habis pek lama anda. Jangan ambil sebarang masa rehat langsung.

Apa yang saya mesti lakukan jika saya mengalami sakit perut atau muntah?

Noriday tidak boleh berfungsi jika anda mengalami masalah perut seperti cirit-birit atau muntah. Teruskan mengambil pil anda seperti biasa tetapi gunakan kondom semasa anda sakit dan untuk tujuh hari berikutnya.

Apa yang saya mesti lakukan jika saya akan menjalani pembedahan?

Jika anda akan menjalani pembedahan, atau jika anda sakit atau tercedera dan mungkin terdapat risiko darah beku, sila beritahu doktor anda bahawa anda

NORIDAY[®] TABLET

Norethisterone (350 mcg)

sedang mengambil Noriday. Noriday mesti dihentikan 4 minggu sebelum pembedahan dan boleh secara lazimnya dimulakan semula 2 minggu selepas pembedahan. Doktor anda akan membincangkan mengenai apa yang relevan untuk anda.

Apa yang saya mesti lakukan jika saya baru sahaja melahirkan bayi, mengalami keguguran atau melakukan pengguguran?

Anda boleh menggunakan Noriday selepas melahirkan bayi. Mulakan pengambilan pil pada Hari ke-21 selepas melahirkan anak. Perlindungan bermula sebaik sahaja anda mengambil pil yang pertama. Jika anda bermula lebih lewat daripada ini, anda mungkin tidak dilindungi sehingga anda telah mengambil pil untuk tujuh hari berikutnya. Jika anda mengalami keguguran atau pengguguran, anda boleh mula mengambil pil dengan segera dan akan dilindungi dengan segera.

Apa yang saya mesti lakukan jika saya berhasrat untuk mengandung?

Berhenti mengambil Noriday jika anda berhasrat untuk mengandung. Anda disyorkan untuk menunggu sehingga haid tetap anda kembali sebelum anda cuba untuk hamil. Anda boleh menggunakan jenis pencegah kehamilan yang lain, seperti kondom sehingga tiba waktu itu. Sebaik sahaja anda telah datang haid, ianya akan

menjadi lebih mudah untuk mengira tarikh jangkaan bersalin. Namun, jika anda menjadi hamil sebaik sahaja anda berhenti mengambil Noriday, ianya tidak memudaratkan.

Perkara yang perlu diberi perhatian semasa menggunakan Noriday

Doktor atau klinik anda akan menjadualkan pemeriksaan kesihatan berkala semasa anda mengambil Noriday. Tekanan darah anda akan diperiksa sebelum anda mula mengambil pil dan seterusnya pada setiap selang waktu yang tetap ketika anda sedang mengambil pil. Jika

tekanan darah anda meningkat, doktor anda mungkin memberitahu anda untuk berhenti mengambil Noriday. Mereka juga mungkin memeriksa organ pembiakan dan payudara anda termasuk mengambil calitan serviks pada selang waktu yang tetap jika ini dianggap perlu oleh doktor.

- Perkara yang tidak boleh dilakukan

Jangan berhenti menggunakan ubat ini kecuali diarahkan oleh doktor anda. Jangan mula mengambil sebarang ubat baharu tanpa berbincang dengan doktor anda.

Jangan berkongsi Noriday dengan sesiapa, walaupun mereka mempunyai simptom atau penyakit yang sama.

- Perkara yang perlu diberi perhatian

Memandu dan menggunakan jentera

Tiada kesan pada keupayaan untuk memandu atau menggunakan jentera telah dilaporkan semasa penggunaan Noriday.

Kesan-kesan sampingan

Seperti ubat-ubatan lain, Noriday boleh menyebabkan kesan sampingan, walaupun bukan semua orang mengalaminya.

Jumpa doktor atau ahli farmasi anda dengan segera jika anda mengalami sebarang kesan sampingan selepas menggunakan ubat ini.

Sebab-sebab untuk mendapatkan bantuan perubatan dengan segera

Kesan sampingan yang berikut telah dilaporkan dalam pesakit yang mengambil pil pencegah kehamilan melalui mulut tetapi tidak semestinya berlaku disebabkan nya.

Berhenti mengambil Noriday dan hubungi doktor anda dengan segera jika mana-mana yang berikut berlaku:

- Anda mengalami sakit dada yang teruk secara tiba-tiba.
- Anda mengalami sesak nafas secara tiba-tiba.
- Anda, buat pertama kalinya, mengalami sakit kepala atau migrain
- yang berpanjangan, teruk dan luar biasa.

- Penglihatan anda terjejas dalam apa jua cara.
- Anda dapati sukar untuk bercakap.
- Anda pengsan atau pitam.
- Mana-mana bahagian badan anda berasa lemah atau kebas secara tiba-tiba; atau
- Anda mengalami sakit teruk atau bengkak pada salah satu daripada betis anda. "Ini mungkin merupakan tanda-tanda amaran trombosis (darah beku)".
- Anda menyedari anda hamil.

Juga dapatkan perhatian perubatan segera jika:

- Anda mengalami jaundis (kulit atau bahagian putih mata anda kelihatan kuning) atau rasa gatal pada seluruh badan anda.
- Anda mengalami sawan.
- Anda mengalami perubahan mood.
- Anda mengalami kemurungan, walaupun tidak lama selepas memulakan ubat ini.
- Anda mempunyai pemikiran bunuh diri atau memperlihatkan tingkah laku bunuh diri.
- Anda mengalami sakit perut teruk.

Sesetengah wanita mendapati haid mereka tidak seperti biasa. Kadangkala jarak masa antara haid dan tempoh haid mungkin berbeza. Mungkin terdapat pendarahan antara haid yang dipanggil 'endarahan bulus'. Ini cenderung untuk

berlaku lebih kerap dalam beberapa bulan pertama semasa mengambil Noriday. Jika haid anda tidak kelihatan seperti biasa, jangan berhenti mengambil Noriday tetapi beritahu doktor atau pakar penjagaan kesihatan anda sewaktu anda menghadiri pemeriksaan kesihatan yang berikutnya.

Kesan sampingan lain yang anda boleh alami termasuklah:

- sakit perut
- perubahan berat badan atau penahanan cecair
- sakit atau bengkak payudara
- sakit kepala
- perubahan nafsu seks
- migrain
- perubahan selera makan
- ruam

NORIDAY[®] TABLET

Norethisterone (350 mcg)

- tekanan darah tinggi
- kemurungan
- tingkah laku bunuh diri
- kegelisahan
- berasa letih
- kanser hati

Kemungkinan risiko Trombosis

Bukti tertentu mendapati bahawa wanita yang mengambil pil lebih cenderung untuk mengalami pelbagai gangguan pengaliran darah berbanding wanita yang tidak mengambil pil. Trombosis adalah sejenis darah beku. Trombosis boleh terbentuk dalam vena atau arteri dan boleh menyebabkan saluran darah tersumbat. Risiko trombosis terbentuk pada wanita yang mengambil pil dan wanita yang tidak mengambil pil adalah jarang sekali. Apabila darah beku terbentuk dalam arteri, ia boleh menyebabkan sakit dada (angina), strok (darah beku dalam otak atau pendarahan daripada saluran darah dalam otak) dan serangan jantung. Apabila darah beku bergerak ke paru-paru, ia boleh menyebabkan keadaan yang dipanggil *pulmonary embolism*.

Anda boleh melaporkan sebarang kesan sampingan atau kesan advers ubat kepada Pusat Pemantauan Kesan Advers Ubat Kebangsaan melalui laman web npa.gov.my [*Consumers* → *Reporting Side Effects to Medicines (ConSERF)* or *Vaccines (AEFI)*].

Cara penyimpanan dan pelupusan Noriday

- Penyimpanan

Jauhkan semua ubat daripada jangkauan dan penglihatan kanak-kanak.
Jangan gunakan NORIDAY selepas tarikh tamat tempoh (EXP) yang dinyatakan pada karton dan blister. Tarikh tamat tempoh merujuk kepada hari terakhir bagi bulan itu.

Simpan di bawah suhu 30°C.

Simpan di tempat yang kering, dingin dan jauh daripada cahaya matahari.

- Pelupusan

Ubat-ubatan tidak seharusnya dilupuskan melalui air buangan atau sisa isi rumah. Sila rujuk kepada ahli farmasi anda mengenai cara yang betul untuk melupuskan ubat yang tidak diperlukan lagi. Langkah-langkah ini dapat membantu melindungi alam sekitar.

Maklumat lanjut

- Rupa dan warna produk

Putih, rata, bulat dengan pinggir serong bertanda 'SEARLE' pada satu permukaan dan 'NY' pada permukaan yang satu lagi.

Blister PVC/kerajang berlapis di dalam karton kadkod. Setiap jalur mempunyai 4 baris yang mengandungi 7 tablet. Setiap karton mengandungi 3 x 28 tablet.

- Bahan-bahan kandungan

- Bahan aktif

Norethisterone

- Bahan tidak aktif

Maize starch

Polyvidone

Magnesium stearate

Lactose monohydrate

- Nombor MAL

Tablet Noriday: MAL19992549ACZ

Pengilang

Piramal Healthcare UK Limited
Whalton Road
Morpeth
Northumberland
NE61 3YA
United Kingdom

Pemegang Pendaftaran Produk:

Pfizer (Malaysia) Sdn. Bhd.
Level 10 & 11,
Wisma Averis, Tower 2,
Avenue 5, Bangsar South,
No. 8 Jalan Kerinchi,
59200 Kuala Lumpur, Malaysia

Tarikh kemaskini RiMUP

23/10/2024

Nombor Siri

NPRA (R1/4) 23102024/195

PLD-NORIDAY-1024