



GEDEON RICHTER

Menopoz  
şikâyetleriniz  
mi var?

# ***Kısa bilgiler***

*Lenzetto® – Transdermal estradiol  
spreyinin kullanımı hakkında*



## Sevgili Kullanıcı,

Jinekoloğunuz size **Lenzetto®** adlı ürünü yazdı. Bu broşürde size tedaviyle ilgili önemli bilgiler verilecektir.

Tüm kadınların üçte biri, menopoz döneminde tedavi gerektiren semptomlar geliştirir. Yaşamın bu döneminde kadın vücudunda östrojen ve gestagen adı verilen cinsiyet hormonlarının üretimi azalır.

Hormonlardaki bu değişiklik, sıcak basması ve aşırı terleme gibi tipik menopoz şikâyetlerine neden olabilir. Bir hormon tedavisiyle bu hormon eksikliği dengelenebilir, şikâyetler azaltılabilir.



**Lenzetto®**, vücudun kendi ürettiği cinsellik hormonuna eşdeğer biyolojik özdeş bir hormon olan estradiol etken maddesini içerir. Sprey olarak uygulanan estradiol deri üzerinden vücuda geçer ve eksik östrojenin yerini doldurur.

Bu broşür, paket prospektüsünün veya ayrıntılı bir doktor bilgilendirmesinin yerine geçmez. Estradiol spreyi hakkında başka sorularınız varsa, jinekoloğunuza başvurmanız önerilir.

Çevrimiçi olarak menopoz dönemi hakkında bilgi edinmek mi istiyorsunuz? **Caferegellos.de** adresinde arka plan bilgileri, şikâyetler ve tedavi seçenekleri hakkında kolay ve hızlı bir şekilde tüm bilgileri ve günlük yaşam için değerli ipuçları bulabilirsiniz.



CAFÉ  
*Regellos*



@cafe\_regellos

[https://vm-sl.de/cafe\\_regellos\\_07-25\\_a](https://vm-sl.de/cafe_regellos_07-25_a)

## Uygulamayla ilgili bilgiler

---

**Lenzetto®** iç kolunuzun alt kısmına veya iç uyluğunuza püskürtülür. Bu bölgelerdeki deri biraz daha incedir ve estradiol etken maddesi hızlı bir şekilde vücuda alınır.

Tedaviye dünde bir fıs ile başlayın ve dört haftanın sonunda jinekoloğunuzla olası bir doz uyarlamasını görüőün.

Őikâyetlerinizin őiddetine bağlı olarak jinekoloğunuz size sürekli tedavi amacıyla günde bir ila üç fıs önerebilir.

Estradiol preparatlarının tam etkisi genellikle birkaç hafta sonra ortaya çıkar, menopoz őikâyetlerinde iyileőme ise en erken iki hafta sonra fark edilir. Lütfen sabırlı olun!

Rahmi bulunan kadınlarda ayrıca gestagen alınması gerekir. Jinekoloğunuz size farklı uygulama seçenekleri hakkında bilgi verecektir.



Dik tutun  
ve püskürtün



Olası doz:  
1-3 fıs

Uygulama videosu:



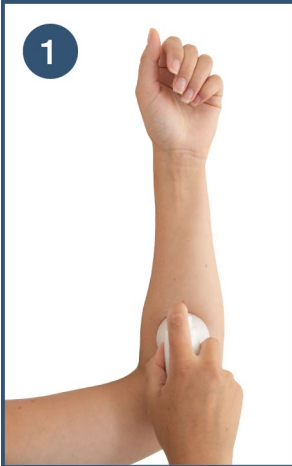
[https://vm-sl.de/len\\_patientinnen\\_07-25\\_a](https://vm-sl.de/len_patientinnen_07-25_a)

## Uygulama adımları

### İlk uygulamadan önce:

Estradiol spreyini ilk kez kullanmadan önce kapağı kapalıyken üç kez püskürtün ve pompa mekanizmasını etkinleştirin.

Kapağı çıkarın ve spreyi iç kolunuzun alt kısmındaki deriye veya uyluğun içine yerleştirin. **Dik tutun.** Bir kez püskürtün.



Birden fazla fısk gerekiyorsa: Spreyi iç kolunuzun başka bir bölgesine yerleştirin ve tekrar bir kez püskürtün.

3



Uygulama yerinin kurummasını bekleyin. Sıkılan bölge hızlı kurur ve yaklaşık 2 dakika sonra giyinebilirsiniz. Lütfen spreyi **ovarak yedirmeyin**.

Spreyin kapağını geri takın ve ürünü çocukların ulaşamayacağı bir yerde saklayın. Yanlışlıkla bir veya daha fazla uygulamayı unutursanız, uygulamadan önce kapağı takılıken bir kez püskürterek **dozajlama pompasını durulamanız gerekir**.

### Lütfen unutmayın:

Bir paket, 56 fis için kullanılacaktır. Bu broşürün sonundaki veya doğrudan paketin üzerinde yer alan hatırlatıcı ve "**MyLenzetto 2.0**" uygulaması günlük kullanımınızda size destek sağlar.

## **Lenzetto® kimlere yöneliktir?**

Transdermal estradiol spreyi, son adet kanamasından bu yana en az altı ay geçmiş olan veya rahmi ve/veya yumurtalıkları ameliyatla alınmış kadınlarda östrojen eksikliğine bağlı belirtileri tedavi etmek amacıyla kullanılır.

## **Estradiol spreyini birdenbire, sıcak basması durumunda doğrudan sıkıyor muyum?**

Hayır. Estradiol preparatları etkilerini zamanla gösterir ve tam etkilerini gösterebilmeleri için uzun bir dönem boyunca her gün aynı saatte kullanılmaları gerekir.

## **Estradiol spreyinin etkisini göstermesi ne kadar sürer?**

Etki genellikle ikinci haftadan itibaren hissedilmeye başlar. Biyolojik açıdan özdeş olan estradiolün tam etkisi yaklaşık on iki hafta sonra ortaya çıkar.



## **Lenzetto®'yu ne kadar zaman boyunca kullanabilirim?**

Menopoz dönemi, adından da anlaşılacağı üzere, vücutta bir hormon değişikliğinin gerçekleştiği uzun bir dönemdir. Menopoz dönemi kişiye göre değişir. Estradiol spreyi menopoz dönemine göre kullanılır. Tedavi süresi, şikâyetlerin türüne ve süresine göre değişir.

Biyolojik açıdan özdeş olan estradiol spreyinin burada ancak gerektiği kadar ve olabildiğince düşük dozda kullanılması gerekir. Spreyi ne kadar süre kullanacağınıza jinekoloğunuz sizinle birlikte karar verecektir.

Düzenli olarak (örneğin üç ila altı ayda bir) yapılan muayenelerle jinekoloğunuz, spreyi kullanmaya devam etmeniz gerekip gerekmediğini değerlendirebilir.

## **Bir uygulamayı unutursam ne olur?**

Bir uygulamayı unutursanız, hatırladığınızda estradiol spreyini kullanın.

Eğer yeni doz zamanı neredeyse geldiyse, unuttuğunuz dozu atlayın ve ertesi gün normal planınıza göre püskürtün. Ertesi gün miktarın iki katını püskürtmeyin.

## **Dozumu kendim değiştirebilir miyim?**

Hayır, tedavinin başarılı olması için dengeli ve düzenli kullanım önemlidir. Her doz değişikliği mutlaka jinekoloğunuzla görüştürmelidir. Tedaviye, doktorunuzun yazdığı şekilde – yani genellikle tek fısla – başlayın. Gerekirse jinekoloğunuz dört hafta sonra dozunuzu artırabilir.



## **Lenzetto® , cilt temasıyla eşime veya çocuklarıma geçebilir mi?**

Transdermal estradiol spreynin ciltten geçmesini önlemek için, uygulamadan sonra estradiol spreynin tamamen kurummasını bekleyin ve ardından giysilerinizi giyin.

Sprey uygulandıktan bir saat sonra cilt temasıyla bulaşma riski kalmaz. O zaman temas halinde hiçbir sorun olmaz.

## **Uyguladığım yeri ne kadar süre sonra yıkayabilirim?**

Estradiol spreynin yıkanarak gitmesini önlemek için uyguladığınız bölgenin tamamen kurummasını beklemeniz gerekir. Püskürttükten bir saat sonra normal bir şekilde yıkayabilir veya duş alabilirsiniz.

## Ne zaman vücut losyonu veya güneş kremi sürebilirim?

Transdermal estradiol spreynin etkisini en iyi şekilde gösterebilmesi için, spreyi kullandıktan sonra vücut losyonu veya güneş kremi kullanmadan önce yaklaşık bir saat kadar beklemeniz gerekir. Güneş kremi spreyden bir saat önce kullanmanız da spreyin etkisini çok fazla azaltmaz.



1 saat sonra  
ciltten cilde  
bulaşma olmaz



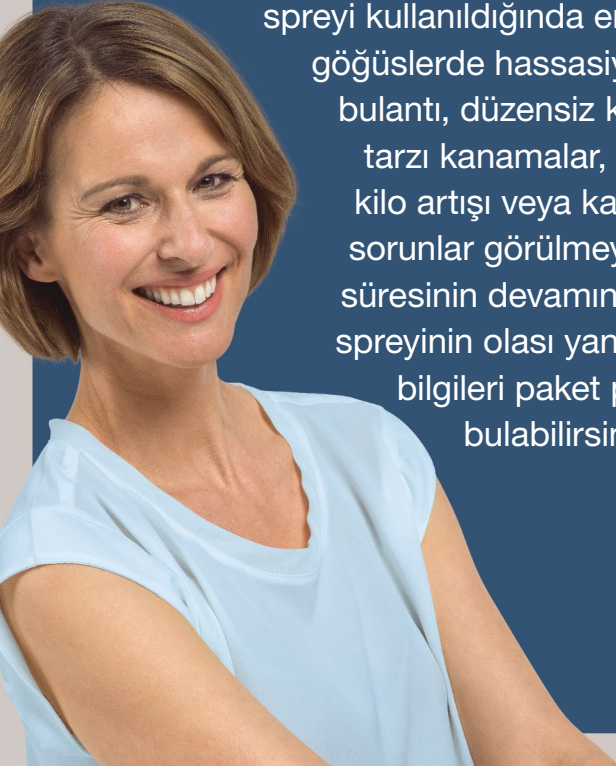
Uygulanan  
bölge 1 saat  
sonra yıkanabilir



1 saat  
öncesinde/sonra-  
sında güneş kremi  
sürülebilir

## **Transdermal, biyolojik açıdan özdeş estradiol spreyinin olası yan etkileri nelerdir?**

Çoğu hormon tedavisinde yan etkiler nadiren veya geçici olarak görülür. Bunların çoğu tipik estradiol etkileridir ve sadece tedavinin başlangıcında ortaya çıkar. Estradiol spreyi kullanıldığında en sık görülenler arasında göğüslerde hassasiyet ve ağrı, baş ağrısı, bulantı, düzensiz kanamalar, lekelenme tarzı kanamalar, döküntü, kaşıntı ve bulantı, kilo artışı veya kaybı sayılabilir. Ancak bu sorunlar görülmeyebilir de veya tedavi süresinin devamında azalabilir. Estradiol spreyinin olası yan etkilerine ilişkin ayrıntılı bilgileri paket prospektüsünde bulabilirsiniz.



## **Rahmim aldırılmadıysa başka hormon da almam gerekir mi?**

Rahmi sağlam olan kadınların östrojen içeren preparatları her zaman bir gestagen ile birlikte kullanması önerilir.

Rahim mukozasında aşırı kalınlaşmayı önlemek için ilaveten gestagen verilmesi önerilir. Estradiol spreyi tedavisine ek olarak gestagen kullanmanız gerekir gerekmediğini jinekoloğunuza danışın.

## **Estradiol spreyi tedavisi sırasında nasıl korunmalıyım?**

Menopoz şikâyetlerini azaltmak için kullanılan hormonlar gebelikten koruma sağlamaz. Korunma seçenekleri ve yöntemleri hakkında jinekoloğunuz size bilgi verecektir.

## **Lenzetto® cinselliğimi nasıl etkiler?**

Bir hormon tedavisi doğrudan cinsel istediği artırmaz. Bununla birlikte estradiol spreyi ile yapılan tedavi, cinselliği olumlu yönde etkileyebilir. Çünkü hormon replasman tedavisi vajinal kuruluğu azaltmaya yardımcı olabilir ve östrojen eksikliğinden kaynaklanan kısıtlılığı hafifletebilir.

## **Kimlerin estradiol spreyi kullanmaması gerekir?**

Hâlihazırda veya geçmişte kanser (özellikle göğüs kanseri) tanısı konmuş kadınların estradiol spreyi kullanmaması gerekir. Damar hasarlarının bulunması, aşırı kilo veya sigara kullanımı da hormon replasman tedavisinden kaçınma nedenleri olabilir. Jinekoloğunuz, estradiol spreyi tedavisinin avantaj ve dezavantajlarını size ayrıntılı bir şekilde anlatacak ve tedavinin sizin için uygun olup olmadığını değerlendirecektir.

## **Estradiol spreyi kilomu nasıl etkiler?**

Hormon replasman tedavisinin başlangıcında su tutulumu nedeniyle kısa süreliğine 1-2 kg kadar kilo artışı görülebilir. Uzun süredir devam eden östrojen eksikliği dokularda sıvı kaybına yol açabileceğinden, bu tür bir kilo artışı rehidrasyona bağlı olarak ortaya çıkabilir.

Hormon replasman tedavisinden bağımsız olarak, yaş ilerledikçe vücudun temel metabolizması azalır. Düzenli spor ve sağlıklı beslenme ile kilonuzu daha iyi kontrol edebilirsiniz.



# MyLenzetto 2.0

Estradiol spreji tedavinizde sizi destek olacak olan günlük refakatçinizin gelişmiş sürümünü ücretsiz olarak indirin:



<https://onelink.to/y28tcr>

Hizmeti sunan:

Gedeon Richter Pharma GmbH

Ettore-Bugatti-Straße 6–14, 51149 Köln

Telefon: 02203 9688444

E-posta: [service@gedeonrichter.de](mailto:service@gedeonrichter.de)

[www.gedeonrichter.de](http://www.gedeonrichter.de)



# Sevgili Kullanıcı,

Arka tarafta bulabileceğiniz doz hatırlatma tabloları, yeni bir reçete gerektiğini zamanında fark etmenize yardımcı olur.

## Günlük Lenzetto® dozu:



Günde 1 fis



Günde 2 fis



Günde 3 fis

Kişisel tedavi planınız



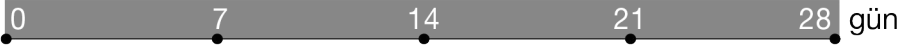
**Sürekli mono terapi:**



**Gestagenli kombinsayon terapişi:**



Gestagen: \_\_\_\_\_



Lenzetto® paket prospektüsünde daha ayrıntılı bilgiler yer almaktadır. Bunları dikkatli bir şekilde okuyun.



# Uygulamayla ilgili hatırlatma yardımı

## Günde 1 fıs (işaretlenebilir)

1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1
1	1	1	1	1	1	1

## Günde 2 fıs (işaretlenebilir)

1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2
1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2
1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2
1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2	1 2

## Günde 3 fıs (işaretlenebilir)

1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3
1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2 3	1 2		

Şişe tam boşalmamış olsa bile, her kabı belirtilenden fazla sayıda fıs için kullanmayın.

