

# Lubion® ਟੀਕੇ ਵਾਸਤੇ 25 ਮਿ.ਗ੍ਰਾ. ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ (Progesterone) ਘੋਲ

ਤੁਹਾਡੇ IVF ਗੇੜ ਦੀ ਲਿਊਟਲ ਸਹਾਇਤਾ  
(luteal support) ਵਾਸਤੇ ਇੱਕ ਜਲਯੁਕਤ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ  
ਚਮੜੀ ਹੇਠਾਂ ਖੁਦ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਵਾਸਤੇ ਗਾਈਡ



# Lubion ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ?

ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਪਹਿਲਾ ਟੀਕਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰੋ, ਆਪਣੇ ਹੱਥ ਧੋਵੋ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਕਾਰਜ ਸਤਹ ਤਿਆਰ ਕਰੋ ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਰੱਖਿਆ ਜਾਣਾ ਹੈ:-

## ਸਰਿੰਜ

ਛੋਟੀ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਸੂਈ (ਅਕਸਰ ਪੀਲੀ ਜਾਂ ਸਲੇਟੀ)

ਲੰਬੀ ਸਰਿੰਜ ਭਰਨ ਵਾਲੀ ਸੂਈ (ਅਕਸਰ ਹਰੀ ਜਾਂ ਗੁਲਾਬੀ)

Lubion® ਦੀ ਤਰਲ ਰੂਪ ਵਾਲੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ

ਤਿੱਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਾਉਣ ਵਾਲਾ ਕੂੜਾਦਾਨ



- ਸੂਈ ਦੇ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਕਵਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਛੱਡਦੇ ਹੋਏ, ਸਰਿੰਜ ਭਰਨ ਵਾਲੀ ਵੱਡੀ ਸੂਈ ਨੂੰ ਸਰਿੰਜ ਨਾਲ ਅਟੈਚ ਕਰੋ।



- Lubion® ਦੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਪਲਾਸਟਿਕ ਦੀ ਕੈਪ ਉਤਾਰ ਦਿਓ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੇ ਸਿਖਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਰਬੜ ਦੀ ਝਿੱਲੀ ਨੰਗੀ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।
- ਵੱਡੀ ਸੂਈ ਤੋਂ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਕਵਰ ਉਤਾਰ ਦਿਓ।



- ਸੂਈ ਦੇ ਨਾਲ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੇ ਸਿਖਰ ਉੱਤੇ ਰਬੜ ਦੀ ਝਿੱਲੀ ਨੂੰ ਪੰਕਚਰ ਕਰੋ, ਨਰਮਾਈ ਨਾਲ ਸੂਈ ਨੂੰ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੇ ਥੱਲੇ ਤੱਕ ਧਕੇਲੋ ਅਤੇ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਸਾਰਾ ਘੋਲ ਸਰਿੰਜ ਵਿੱਚ ਖਿੱਚ ਲਓ।
- ਸੂਈ ਉਤਾਰੋ ਅਤੇ ਪਲੰਜਰ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹਾ ਜਿਹਾ ਵਾਪਸ ਪਿੱਛੇ ਖਿੱਚੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਸੂਈ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤਰਲ ਬਾਕੀ ਨਾ ਰਹੇ।



- ਸਰਿੰਜ ਭਰਨ ਵਾਲੀ ਸੂਈ ਨੂੰ ਸਰਿੰਜ ਤੋਂ ਉਤਾਰ ਦਿਓ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ Lubion® ਦੀ ਖਾਲੀ ਸ਼ੀਸ਼ੀ ਦੇ ਨਾਲ ਤਿੱਖੀਆਂ ਚੀਜ਼ਾਂ ਪਾਉਣ ਵਾਲੇ ਕੂੜੇਦਾਨ ਵਿੱਚ ਸੁੱਟ ਦਿਓ।



- ਸੂਈ ਦੇ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਕਵਰ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਲੱਗਾ ਹੋਇਆ ਛੱਡਦੇ ਹੋਏ, ਛੋਟੀ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਵਾਲੀ ਸੂਈ ਨੂੰ ਸਰਿੰਜ ਨਾਲ ਅਟੈਚ ਕਰੋ।



- ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਸੂਈ ਤੋਂ ਸੂਈ ਦੇ ਰੱਖਿਆਤਮਕ ਕਵਰ ਨੂੰ ਹਟਾਓ ਅਤੇ ਹਵਾ ਦੇ ਬੁਲਬੁਲਿਆਂ ਵਾਸਤੇ ਸਰਿੰਜ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।
- ਸੂਈ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਵੱਲ ਕਰਕੇ ਰੱਖਦੇ ਹੋਏ ਸਰਿੰਜ ਨੂੰ ਪਕੜੋ ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਉਂਗਲੀ ਨਾਲ ਸਰਿੰਜ ਨੂੰ ਹਲਕਾ ਜਿਹਾ ਠਕੋਰੇ ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬੁਲਬੁਲੇ ਸਿਖਰ ਉੱਤੇ ਇਕੱਠੇ ਨਹੀਂ ਹੋ ਜਾਂਦੇ।



- ਸਰਿੰਜ ਦੇ ਪਲੰਜਰ ਨੂੰ ਨਰਮਾਈ ਨਾਲ ਧਕੇਲੋ ਜਦ ਤੱਕ ਕਿ ਸਾਰੇ ਬੁਲਬੁਲੇ ਬਾਹਰ ਨਹੀਂ ਨਿਕਲ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਸੂਈ ਦੇ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਤਰਲ ਦੀ ਇੱਕ ਬੂੰਦ ਨਜ਼ਰ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ।

## Lubion ਦਾ ਟੀਕਾ ਚਮੜੀ ਹੇਠਾਂ ਟੀਕੇ ਰਾਹੀਂ ਲਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤਾਂ ਢਿੱਡ ਵਿੱਚ ਜਾਂ ਪੱਟ ਦੇ ਉੱਪਰਲੇ ਭਾਗ ਵਿੱਚ।



- ਢਿੱਡ ਵਾਲੇ ਸਥਾਨ ਵਿੱਚ ਟੀਕਾ ਲਾਉਂਦੇ ਸਮੇਂ, ਅਜਿਹਾ ਧੁੰਨੀ ਦੇ ਹੇਠਾਂ ਇੱਕ ਵਕਰ ਵਾਲੇ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਥਾਂ ਕਰਨ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।
- ਕਿਉਂਕਿ ਉਤਪਾਦ ਨੂੰ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਦਿੱਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਬਦਲਦੇ ਰਹਿਣ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਵਾਰ-ਵਾਰ ਇੱਕੋ ਥਾਂ 'ਤੇ ਟੀਕਾ ਨਾ ਲਾਇਆ ਜਾਵੇ।



- ਚਮੜੀ ਦੀ ਮਜ਼ਬੂਤੀ ਨਾਲ ਇਕੱਠਿਆਂ ਚੁੰਢੀ ਭਰੇ ਅਤੇ ਸੂਈ ਨੂੰ 45° ਤੋਂ 90° ਦੇ ਕੋਣ 'ਤੇ ਦਾਖਲ ਕਰੋ।



- ਜਦ ਤੁਸੀਂ ਚੁੰਢੀ ਭਰੀ ਚਮੜੀ ਨੂੰ ਛੱਡਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਪਲੰਜਰ ਨੂੰ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅਤੇ ਟਿਕਾਊ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਦਬਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਸਾਰੀ ਦਵਾਈ ਦਾ ਟੀਕਾ ਲਾ ਦਿਓ।

Lubion ਨੂੰ ਤਿਆਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਟੀਕਾ ਲਾਉਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ ਬਾਰੇ ਇੱਕ ਸੰਪੂਰਨ ਵੀਡੀਓ ਗਾਈਡ ਵਾਸਤੇ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ QR ਕੋਡ ਸਕੈਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਇਹ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੇਖੋ:  
[www.ibsapharma.co.uk/products/product/lubion](http://www.ibsapharma.co.uk/products/product/lubion)



## ਮੈਨੂੰ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ ਦੀ ਤਜਵੀਜ਼ ਕਿਉਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ?

ਸਾਧਾਰਨ ਮਾਹਵਾਰੀ ਚੱਕਰ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਅੱਧ ਦੌਰਾਨ, ਅੰਡੇ ਫੌਲੀਕਲ (follicles) ਕਰੇ ਜਾਂਦੇ ਢਾਂਚਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੌੜ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਜੋ ਅੰਡੇ ਦੇ ਚਾਰੇ ਪਾਸੇ ਹਾਰਮੋਨ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਸੈੱਲਾਂ ਦੀਆਂ ਪਰਤਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕ ਹਾਰਮੋਨ-ਭਰਪੂਰ ਦ੍ਰਵ ਦੀ ਝੀਲ ਤੋਂ ਬਣੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਫੌਲੀਕਲ ਇੱਕ ਐਸਟ੍ਰੋਜੈਨ ਨਾਮ ਦਾ ਹਾਰਮੋਨ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਇੰਡੋਮੈਟਰੀਅਮ ਜਾਂ ਬੱਚੇਦਾਨੀ ਦੀ ਕਿਨਾਰੀ ਦੀ ਬਹੁਤਾਤ (ਜਮਾਵੜਾ) ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣਦਾ ਹੈ। ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇੱਕ ਬਹੁਬਲੀ ਫੌਲੀਕਲ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਮੱਧ-ਗੋੜ ਦੇ ਆਸ-ਪਾਸ ਫਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਅੰਡਾ ਰਿਲੀਜ਼ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਨੂੰ ਅੰਡਉਤਸਰਜਨ (ovulation) ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਅੰਡਉਤਸਰਜਨ ਦੇ ਬਾਅਦ, ਖਾਲੀ ਫੌਲੀਕਲ ਬਦਲਕੇ ਇੱਕ ਅਜਿਹਾ ਢਾਂਚਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਸਨੂੰ **ਕੋਰਪਸ ਲਿਊਟਮ (corpus luteum)** ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ ਪੈਦਾ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ ਇੰਡੋਮੈਟਰੀਅਮ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਭਰੂਣ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਕਰਨ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਪੋਸ਼ਣ ਕਰਨ ਵਾਸਤੇ ਅਨੁਕੂਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ। ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ ਇੰਡੋਮੈਟਰੀਅਮ ਨੂੰ ਬਰਕਰਾਰ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕੁਝ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪਦਾਰਥਾਂ ਦੇ ਰਿਸਾਅ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਇਸਨੂੰ ਟੁੱਟਣ ਤੋਂ ਬਚਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ ਪ੍ਰਤੀਰੋਧਤਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਲਈ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਗਰਭਾਵਸਥਾ ਦੀ ਸਥਾਪਨਾ ਵਾਸਤੇ ਅਤੀ ਅਹਿਮ ਹੈ।<sup>1,2</sup>

ਜੇ ਤੁਸੀਂ Assisted Reproductive Technology (ਸਹਾਇਤਾਯੁਕਤ ਪੁਜਣਨਕਾਰੀ ਤਕਨਾਲੋਜੀ) (ART) ਰਾਹੀਂ ਇਲਾਜ ਕਰਵਾਇਆ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਇਨ-ਵਿਟਰੋ ਫਰਟੀਲਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ (in-vitro fertilisation) (IVF), ਇੰਟਰਾ ਸਾਈਟੋਪਲਾਜ਼ਮਿਕ ਸਪੱਰਮ ਇੰਜੈਕਸ਼ਨ (Intra Cytoplasmic Sperm Injection) (ICSI) ਜਾਂ ਅੰਡੇ ਦੇ ਦਾਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ, ਤਾਂ **'ਲਿਊਟਲ ਸਹਾਇਤਾ'** ਵਾਸਤੇ ਵਾਧੂ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਾਉਣਾ ਇੱਕ ਆਮ ਰਵਾਇਤ ਹੈ। ਇਹ ਸਹਾਇਤਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅੰਡਾ ਇਕੱਤਰ ਕਰਨ ਤੋਂ ਜਲਦੀ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਓਦੋਂ ਤੱਕ ਜਾਰੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਜਦ ਤੱਕ ਸਰੀਰ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ 'ਤੇ ਉਚਿਤ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੋਜੈਸਟੈਰੋਨ ਪੈਦਾ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਿਹਾ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ ਵਾਧੂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਰਹੀ।

### ਹਵਾਲੇ

1. Shah NM, Lai PF, Imami N, Johnson MR. Progesterone-Related Immune Modulation of Pregnancy and Labor. *Front Endocrinol (Lausanne)*. 2019;10:198. Published 2019 Mar 29. doi:10.3389/fendo.2019.00198
2. Schumacher A, Costa SD, Zenclussen AC. Endocrine factors modulating immune responses in pregnancy. *Front Immunol*. 2014 May;5:196.

### ਪ੍ਰਤੀਕੂਲ ਘਟਨਾਵਾਂ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਹੁੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ, ਦਵਾ ਫਰੇਸ਼ ਜਾਂ ਨਰਸ ਦੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਸੰਭਾਵਿਤ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਇਸ ਪੈਕੇਜ ਦੇ ਕਿਤਾਬਚੇ ਵਿੱਚ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਹੀਂ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ <https://yellowcard.mhra.gov.uk/> 'ਤੇ ਪੀਲਾ ਕਾਰਡ ਸਕੀਮ (Yellow Card Scheme) ਰਾਹੀਂ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵੀ ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅਣਚਾਹੇ ਅਸਰਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੁਆਰਾ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਦਵਾਈ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

