



## Waa warbixin loogu talagalay qofka la dhiban xub-axaleedyada qallalan, jilicsan ee saxaaxa

### Xub-axaleedyada qallalan

Dumarka badidooda waxay mar un dhibsadaan xub-axaleedyada qallalan.

Dhibsashada waxay socon kartaa muddo gaaban ama muddo dheer. Qofku dhibsasho kala duwan oo kala heer ah ayuu la kulmi karaa.

### Calaamadaha dhibaatada

Xub-axaleedyada oo ah kuwa qallalan oona jilicsan waxay sababi karaan xannuun iyo hur. Tiro dumarka ah waxay dhibsashada ku tilmaameen dareen gubasho, dareen qallalansho ama dareen xoqxoqsho.

### Ciribdambaynta xub-axaleedyada qallalan

Xub-axaleedyada qallalan ee saxaaxa badi ahaan waxay sababaan xannuun markii isutagga la yeelanayo. Haweeneyda way dhibsanaaysa markii ay isticmaalayso surwaal ku dhegan. Xannuun ayay dareemi karaan markii ay fuulaan baaskiil ama faras.

### Xub-axaleedyada qallalan maxaa u sabab ah?

- Hoos u dhaca hormuunka östrogen. Markii cisogoyaska u jiro waxaa hoos u dhaca heerka hormuunka östrogen ee dhiigga. Markii heerka hormuunka östrogen u hoos u dhaco oo ugu dambayntii gaaro heerka ugu hooseeya, waxay xub-axaleedyada noqonayaan wax dhuubaan, jilicsan waxaana hoos u dhaca awoodda jiidamooda.

Xilliga dumarka ay dhallankooda naasnuujiyaan waxaa kumeelgaar ahaan hoos u dhaco soo-saarista hormuunka östrogen.

- Heerka soo-saarista qulqulka dheecaanka saxaaxa wuu kala duwan yahay taasoo ah hadba haweeneyda.

- Si taxadarsan u dhaq! Sidaas ayaa ugu hortegi kartaa in qulqulka dheecaanka saxaaxa oo muhimka ah dhaqida ku ciribtirno.

- Sigaarka wuxuu hoos u dhiga heerka oksijinka ee dhammaan nudaha, waana sababta kaalin ka geysato in xub-axaleedyada ay qallalan.

## Jelka-siilka [Gynomunal vaginalgel] wuxuu sababa in haweeneyda ay dareento dareen raaxo leh, jilicsan oona qoyan iyadoo aan dareemin dheg-dheg.

Jelka-saxaaxa [Gynomunal vaginalgel] ma laha hormuunyo. Jelka wuu shatiyeysan yahay, tismada waa soo-saar gaar ahaan loo soo horumariyay oo laga sameeyay maaddooyinka [Hyaluronsyra, Liposomer, E-Fiitamiin iyo Humleextrakt].

### Maaddada [Hyaluronsyra]

Maaddada [Hyaluronsyra] waa maaddo qoyaan dhaliso oona hakiso. Maaddada [Hyaluronsyra] waxay gacanta u dhigta dareeraha 1000 jeer miisankeed kuwaasoo kaddib la sii deeyo. Waxaa dhisma dareere xub aad u qafiifsan xab-axaleedka saxaaxa, waxaa markaas hoos u dhacay heerka cuncunka iyo hurka.

### E-Fiitamiin

E-Fiitamiin waa fiitamiin leh maaddo curiye-lid ah.

### Liposomer

Liposomer waa kuul-baruur oo aan isha qabanayn kaalin ka geysadaan kordhinta qoyaanka nudaha. Dareere waxay ku kaydmaan (Liposomerna) kaddib sii dayntooda waa tartiib-tartiib xub-axaleedka qoyaanka muddo dheer xajisto.

### Humleextrakt

Humleextrakt waa maaddo curiye-lide ah.

# Jelka saxaaxa Gynomunal, yaa loogu talagalay?

Waxaa loogu talagalay dhammaan dumarka xub-axaleedyadooda qallalan oo jilicsan.

Waa ku beddelasho fiican oo anfacayo dumarka aan ku habboonayn ama aan rabin in ay isticmaalaan hormuunka östrogen.

Waxaa isticmaali karo haweenka uurka leh iyo kuwa ubadkooda naas-nuujiya. Xilliga uur-qaadista ma wanaagsanna in la isticmaalo shayga la adeegsado.

Gynomunal waxaa la isticmaali karaa wadajir shayga uur-qaadista looga samatabbaxo.

## Qiyaasta

Tuubada Jelka-saxaaxa [Gynomunal vaginalgel] 50 jel. Hal qayb-qiyaaseed wuxuu u dhigma 2,5 garaam jel. Hal tuubo waxaa isku-darkii ku jira 20 qayb-qiyaasood. Baakad kasta waxaa ku jira hal shayga la adeegsado.

- Shayga la adeegsado ku wareeji afka tuubada.
- Riix tuubada sidii bistanka shayga la adeegsado u dibadda u soo baxo, riix inta aad kari karto.
- Shayga la adeegsado ka fur kaddib saxaaxa geli/ku riix inta aad kari karto kaddib ku shub jelka.
- Kaddib shayga la adeegsado kala saar kaddib biyo inyar kulul ku dhaq. Fiiro filinka laga helo xiriiriyahaan [www.gynomunal.se](http://www.gynomunal.se)

Jelka isku shub kahor in aadan sariirta seexan.

Toddobaadka ugu horeeyo qayb-qiyaaseed / maalintii iyo kaddib 2 qayb-qiyaaseed/ toddobaadkii.

Jelka-saxaaxa [Gynomunal vaginalgel] waxaa la isticmaali karaa markii loo baahdo.

## Kaydinta iyo waaritaanka

Jelka-saxaaxa [Gynomunal vaginalgel] waa in lagu kaydsha heer-kulka qolka oo ah (15-30°).

Waaritaanka jelka waa 6 toddobaad, taasoo laga soo bilaabo maalinta tuubada la furay.

## Halkee laga hela dawada Gynomunal vaginalgel?

Gynomunal hab fudud ayaa ugu dalban kartaa barta internetka [www.apotea.se](http://www.apotea.se) iyo kuwa kale oo Hay'adda dawooyinka aqoonsan tahay.

Gynomunal waxaa kaloo laga hela farmashiyoyin kale.

