

## 3.6. Anillo vaginal Baginako eraztuna

### ¿Qué es? Zer da?

Es un anillo de plástico flexible que contiene una composición de hormonas similar a la píldora combinada que se van liberando de forma constante y se absorben a través de la mucosa vaginal.

Se coloca en el interior de la vagina, manteniéndolo puesto durante tres semanas, y retirándolo durante la cuarta semana, en la que viene la regla. Pasada esta semana debe introducirse un nuevo anillo, el mismo día de la semana y aproximadamente a la misma hora en el que se insertó el anillo anterior.

Plastikozko eraztun malgu bat da, pilula konbinatuaren antzeko hormona-osaera duena. Eraztunak etengabe askatzen du hormona, eta gorputzak baginako muki-mintzaren bitartez xurgatzen du.

Bagina barrerean jartzen da, eta halaxe dauka emakumeak hiru astez. Laugarren astean kentzen du, hilekoa etorriko baita. Aste hori igaro ondoren, eraztun berri bat sartu behar da, aurreko eraztuna sartu zen asteko egun berean eta gutxi gorabehera ordu berean.

### Ventajas Abantailak

Como el uso del anillo es vaginal y las hormonas no se tienen que absorber a nivel gastrointestinal, si presentas vómitos o diarrea, el anillo sigue siendo igual de eficaz.

### Pueden regular las reglas.

Eraztunaren erabilera baginako denez, eta hormonak ez direnez maila gastrointestinallean xurgatu behar, goragalea edo beheakoa izanez gero eraztunak eraginkorra izaten jarraitzen du.

### Hilekoak erregulatu daitezke.

### Ten en cuenta... Kontuan izan...

Lo mejor es dejar el anillo en la vagina la mayor cantidad de tiempo posible. Está diseñado para usarlo todo el tiempo, incluso durante las prácticas sexuales coitales. Si te molesta a ti o a tu pareja, muévelo un poco hasta que estéis cómodos.

Es importante seguir las instrucciones de almacenamiento, teniendo en cuenta principalmente la temperatura y siempre revisar la fecha de caducidad antes de colocarte un nuevo anillo.

Onena da eraztuna ahal bezain denbora guztian baginan uztea. Denbora guztian erabiltzeko daude diseinatuta, koito bidezko sexu harremanetan ere bai. Zuri edo zure bikotekideari traba egiten badizute, pixka bat mugi dezakezu eroso sentitu arte.

Biltegitratzeko jarraibideak betetzea garrantzitsua da, batez ere tenperatura kontuan hartuz, eta eraztun berri bat jarri aurretik beti iraungitze data begiratu behar da.

