



mâkwêyimowin nakinikêwin.

mâkwêyimowin nakinikêwin (ÊC) anima apacihcîk apawâwisowin nakinikêwin itôtamowin kisi masiwêwini êkwa makîkway nakipicikan apacihcîkani ahpô kotak nakipicikan moy miywâsiki. Nîso apacihcîkâtêwa ÊC.

- kîkisîpâyak kîsi misiwêpayicikanis (lêvonorgêstrêl têpiyahk, nisostâhk kohcipayihcîk nakinikêwina ahpô ulipristal) êkwa
- pihcîk apacihcîk (IUD) osci maskihkêwiyiniw, ayawâwisowin wîcihîhtâsok, ahpô maskihkêw iskwêw

mitâtaht tâpwihtamowin ka-kiskêyihcîk osci ÊCPs.

- 1** mâkwêyimowin nakinikêwin masinipayicikana (ÊCPs) isihkâtêwa kîkisîpâyak kîsi masinipayicikanisa, mâka lêvonorgêstrêl kâ-kî apacihcîkâtêw iskohk **72** tipahikana, ahkami apacihcîk ulipristal kâ-kî apacihcîkâtêwa iskohk **120** tipahikana kâ-kisi masiwêhk
- 2** apacihcîk ÊCPs kâ-kî-ayiwâk ispayin ayawâwisowin kisi masiwêhki. **Wêpac apacihcîkâtêki, ayiwâk miywâsina,** otina wêpac kisi masiwêwini êkwa kwayask âskôha âskohkêwina.
- 3** anima kîkisîpâyâw kîsi-misiwêpayicikanis anima moy pêyakwan pimâtisowin nakinikan misiwêpayicikanis. ÊC nakinikêyimikan ayawâwisowin mâka moy kî-nakinikâtêw ayawâwisowin âsay kâ-ispayik.
- 4** tâpitaw apacihcîk (ayiwâk pihci pêyakwâ pîsim tâpitaw) ÊC anima itôtamowin ka-nakinamihk ayawâwisowin moy-wihcîkâtêw. Pîkiskwâw kimaskihkê masinahikêw osci tâpitaw apacihcîk ayawâwisowin apacihcîk.
- 5** Lêvonorgêstrêl têpiyahk misiwêpayicikana anih astêwa maskihkêwikamikohk makîkway masinahikan. otina kwayask êyikohk misiwêpayicikanisa (pêyak ahpô nîso kâ-wihcîkâtêki éta ka-astêki kiskêyihcîk miywâsina, isi ahpô moy isi mîcowin. Kîspin kipwâkamon nîso tipahikan otinamani misiwêpayicikanis(a), kacipis kimaskihkêwiyiniw, apihcîkê kotak maskihkê otinamowina nitawêyicîkâtêw.
- 6** anima **ulipristal** misiwêpayicikanis nitawêyicîkâtêw masinahikan, nîso anima masinahikan êkwa anima misiwêpayicikan kâ-kî-otinikâtêw osci kimaskihkê mikowiyiniw pokwêti tipahâskâna. Otina pêyak misiwêpayicikanis isi mîcowin ahpô makîkway mîcowin, kahcipis kamaskihkêwiyiniw, otina kihtwâm maskihkê nitawêyicîkâtêki.
- 7** Anima **nîso êstrogên/progêstogên** misiwêpayicikana nitawêyicîkâtêwa masinahikana, nîso anima masinahikan êkwa misiwêpayicikana kâ-kî-kahtinikâtêna osci kimaskihkê mikowiyiniw mihcêt tipahâskâna. Otina misiwêpayicikana nîswâ, nîsosâp tipahikana osci kâ-otinaman (tâskoc 10 :00 kîkisîpâyâk êkwa 10 :00 tipiskâk). Anima tipahikan osci kotak otinaman mistêyihcîkwan êkwa kiya ka-wiyastâyan kiskisowin ahpô kotak kiskisowin ka-kiskisomikoyan. Anih nîso maskihkêwina kâ-kî pwâkamon, ka-kî otinaman maskihkêwina moy ka-pwâkamoyan (ê.g., dimênhydrinatê) 30-60 cipahikanisa pwâmawayask tahto otinimowin. Anih nîso êstrogên/progêstogên misiwêpayicikanisa moy sohkanwa êkwa ayiwâk itamahcîhowina pihci anima lêvonorgêstrêl-têpiyahk ahpô ulipristal misiwêpayicikanisa wihcîkâtêw têpiyahk ikospîhk moy kâ-astêki.
- 8** Kîsi otinamani ÊCPs, ki-takohtêman ka-kî-takopayik (ikospîhk kâ-itêyihcîk) ahpô mîna nîsto wêpac ahpô itâp. Kîspin **ayiwâk pêyak ispayik** namimayaw ahpô takohtêyimakan **ayiwâk nîsto ispayinwa** kîsi otinamani misiwêpayicikanisa, otina ayawâwisowin kinwâpahcîkan. Itôta kîkîhk ahpô nitawi wâpam kimaskihkêwiyiniw.
- 9** ÊCPs **namôya kikanawêyimikon** osci masiwêwin maci aspinêwina ahpô ayawâwisowin osci masiwêwin moy nakinikana apacihcîkâtêki.
- 10** atihcîk **itamahcîhowina** osci ÊCPs anih mîskocipayiki takohtêwina, nohtê pwâkamowin, mitay wîsakihtamowin, tîstikwânêwina, êkwa nêstosowin.