

KULLANMA TALİMATI

COMBIVENT® Tek Dozluk Flakon Nebülizasyon İçin İnhalasyon Solüsyonu

Bu ilaç ağız veya burundan soluyarak (inhalasyon yoluyla) kullanılır.

- **Etkin madde:** İpratropium bromür ve salbutamol.
Her bir 2.5 mL'lik tek dozluk ampul, 0,5 miligram ipratropium bromür (0.52 miligram ipratropium bromür monohidrat şeklinde) ve 2.5 miligram salbutamol (3.01 miligram salbutamol sülfat şeklinde) içerir.
- **Yardımcı maddeler:** Sodyum klorür, 1N Hidroklorik asit (pH 3.4' e ayarlanacak şekilde), saf su.

Bu ilacı kullanmaya başlamadan önce bu KULLANMA TALİMATINI dikkatlice okuyunuz, çünkü sizin için önemli bilgiler içermektedir.

- *Bu kullanma talimatını saklayınız. Daha sonra tekrar okumaya ihtiyaç duyabilirsiniz.*
- *Eğer ilave sorularınız olursa, lütfen doktorunuza veya eczacınıza danışınız.*
- *Bu ilaç kişisel olarak sizin için reçete edilmiştir, başkalarına vermeyiniz.*
- *Bu ilacın kullanımı sırasında doktora veya hastaneye gittiğinizde, doktorunuza bu ilacı kullandığınızı söyleyiniz.*
- *Bu talimatta yazılanlara aynen uyunuz. İlaç hakkında size önerilen dozun dışında **yüksek veya düşük** doz kullanmayınız.*

Bu Kullanma Talimatında:

1. **COMBIVENT nedir ve ne için kullanılır?**
2. **COMBIVENT'i kullanmadan önce dikkat edilmesi gerekenler**
3. **COMBIVENT nasıl kullanılır?**
4. **Olası yan etkiler nelerdir?**
5. **COMBIVENT'in saklanması**

Başlıkları yer almaktadır.

1. COMBIVENT nedir ve ne için kullanılır?

İlacınızın adı COMBIVENT'tir. Bu ilacı, nebülizör adı verilen bir aletle kullanacaksınız. Bu alet, ilacınızı solunum yoluyla alabilmeniz için buğu haline çevirir. COMBIVENT iki farklı ilaç içerir:

- İpratropium bromür
- Salbutamol sülfat

Her iki ilaç da "bronkodilatörler", yani "bronş açıcılar" adı verilen bir ilaç grubunda yer alır. Bu ilaçlar "kronik obstrüktif akciğer hastalığı" ya da kısaca KOAH denilen bir hastalıkta daha kolay nefes almayı sağlamak için kullanılır. Bu ilaçlar, solunum yolunuzu açarak etki gösterir.

COMBIVENT İnhalasyon Solüsyonu, her biri bir defada kullanılmak üzere hazırlanmış, 20 adet 2.5 ml'lik polietilen ampul içeren ambalajlar halinde piyasaya sunulmaktadır.

2. COMBIVENT’i kullanmadan önce dikkat edilmesi gerekenler

COMBIVENT’i aşağıdaki durumlarda KULLANMAYINIZ:

Eğer;

- İpratropium, salbutamol veya COMBIVENT formülündeki yardımcı maddelerden herhangi birine karşı aşırı duyarlı (alerjik) iseniz (Bkz. Yukarıda “*Yardımcı maddeler*” bölümü)
- Atropin ya da atropin benzeri ilaç içeren diğer benzer ilaçlara alerjik iseniz,
- “Hipertrofik obstrüktif kardiyomiyopati” adlı bir kalp probleminiz varsa. Bu durumda kalbin iki yarısı arasında bulunan duvar büyümüştür ve kan akımını bloke etmektedir.
- Kalbiniz çok hızlı çarpıyorsa (taşiaritmi),
- Gebe iseniz ya da gebe kalma ihtimaliniz varsa ya da emziriyorsanız.

Yukarıda sıralananlardan herhangi biri ya da bir kaçısı sizin için geçerliyse, bu ilacı kullanmayınız. Eğer emin değilseniz, COMBIVENT’i kullanmadan önce doktorunuza ya da eczacınıza danışınız.

COMBIVENT’i aşağıdaki durumlarda DİKKATLİ KULLANINIZ:

Eğer aşağıdaki durumlardan biri sizin için geçerliyse, bu ilacı kullanmadan önce doktorunuza ya da eczacınıza danışınız;

- Glokomunuz varsa ya da sizde glokom gelişebileceği söylendiyse,
- Kalp ya da dolaşım sorunlarınız varsa ya da yakın zamanda bir kalp krizi geçirdiyse,
- Şeker hastalığınız varsa,
- Tiroid beziniz fazla çalışıyorsa,
- İdrara çıkma ile ilgili sorununuz varsa,
- Prostat sorunu olan bir erkekseniz,
- Kistik fibrozunuz varsa,
- “Feokromasitoma” adı verilen bir durum yaşadığınız. Bu durum nadir görülen, habis olmayan bir tümördür. İnhaleleri kullanmanız semptomlarınızın kötüleşmesine neden olabilir.

Eğer yukarıdakilerin herhangi birinin sizin için geçerli olduğundan emin değilseniz, COMBIVENT kullanmadan önce doktorunuza ya da eczacınıza danışınız.

Bu uyarılar geçmişteki herhangi bir dönemde dahi olsa sizin için geçerliyse lütfen doktorunuza danışınız.

COMBIVENT’in yiyecek ve içecek ile kullanılması

COMBIVENT solunum yoluyla uygulandığı için yiyecek ve içeceklerden etkilenmez.

Hamilelik

İlacı kullanmadan önce doktorunuza veya eczacınıza danışınız.
Eğer gebeyken ya da gebe kalma ihtimaliniz varsa, COMBIVENT kullanmayınız.

Tedaviniz sırasında hamile olduğunuzu fark ederseniz, hemen doktorunuza veya eczacınıza danışınız.

Emzirme

İlacı kullanmadan önce doktorunuza veya eczacınıza danışınız.

Eğer emziriyorsanız COMBIVENT kullanmayınız.

Araç ve makine kullanımı

COMBIVENT tedavisi sırasında baş dönmesi, odaklanmada zorluk, bulanık görme gibi etkiler ortaya çıkabilir. Eğer sizde yukarıda sözü edilen etkiler ortaya çıkarsa, araba ya da alet ve makine kullanmayınız.

Diğer ilaçlar ile birlikte kullanımı

Eğer COMBIVENT tedavisi sırasında, reçetesiz temin ettikleriniz de dahil, başka bir ilaç kullanıyorsanız ya da son zamanlarda kullandıysanız, doktorunuza ya da eczacınıza bu durumu bildirin. Bu durum, bitkisel ürünleri de kapsar. Çünkü COMBIVENT diğer ilaçların çalışmasını etkileyebilir. Diğer ilaçlar da COMBIVENT'in çalışma şeklini - etkileyebilir.

Özellikle aşağıda belirtilen ilaçlardan herhangi birini kullanıyorsanız doktorunuza ya da eczacınıza söyleyiniz:

- Prednizolon gibi steroid ilaçlar
- İdrar söktürücü ilaçlar (diüretikler)
- Depresyon ilaçları
- Nefes almanıza yardımcı olan ilaçlar
- “Antikolinerjikler” olarak adlandırılan ilaçlar (Bu ilaçlar, kolik ağrısını, Parkinson hastalığını, idrara çıkma ya da idrar ya da dışkı kaçırma durumlarını tedavi için kullanılabilir)
- Propranolol gibi betablokör ilaçlar (Bu ilaçlar kalp sorunlarını, yüksek kan basıncını, anksiyeteyi ya da migreni tedavi etmede kullanılabilir),
- “Beta-mimetikler” adı verilen, fenoterol gibi, solunumla ilgili sorunların tedavisi için kullanılan ilaçlar
- Digoksin (kalbin hızlı atması durumunda ya da kalp yetmezliği için kullanılır)

Eğer yukarıdakilerden herhangi birinin sizin için geçerli olup olmadığından emin değilseniz, COMBIVENT kullanmadan önce doktorunuz ya da eczacınızla konuşunuz.

Ameliyatlar

Ameliyatlarda kullanılan bazı gazlar (anestezik gazlar) ilacınızın etkilerini değiştirebilir. Eğer bir ameliyat geçirecekseniz, doktorunuza, diş hekiminize ya da anesteziyi yapacak olan uzmana COMBIVENT kullanmakta olduğunuzu mutlaka söyleyiniz.

Testler

Rutin spor ilacı testlerinin bir parçası olarak idrar örneği vereceğiniz zaman, testi yapan kişiye bu ilacı kullandığınızı söyleyiniz. Çünkü COMBIVENT salbutamol içerir ve bu madde, testte pozitif sonuca neden olabilir.

Eğer reçeteli ya da reçetesiz herhangi bir ilacı şu anda kullanıyorsanız veya son zamanlarda kullandınız ise, lütfen doktorunuza veya eczacınıza bunlar hakkında bilgi veriniz.

3. COMBIVENT nasıl kullanılır?

Uygun kullanım ve doz/uygulama sıklığı için talimatlar:

İlacınızı ne zaman ve nasıl kullanacağınız konusunda, daima doktorunuzun talimatlarını izleyiniz. Emin değilseniz doktorunuza veya eczacınıza danışınız. En iyi sonucu alabilmek için onların talimatlarına uyunuz. Bu kullanma talimatında anlamadığınız veya emin olmadığınız konular varsa doktorunuza veya eczacınıza sorunuz.

Doz:

Yetişkinler (yaşlılar da dahil) ve 12 yaşından büyük çocuklar için olağan doz, günde 3 ya da 4 kez kullanılan birer tek dozluk şişedir.

COMBIVENT 12 yaş altındaki çocuklara önerilmez.

Bu ilacı yutmayınız ya da enjekte etmeyiniz.

Doktorunuzun size söylediğinden daha fazla miktarda ilaç kullanmayınız.

Aşağıdaki durumlarda hemen doktorunuza başvurunuz:

- Eğer ilacınızın eskisi gibi etkili olmadığını düşünüyorsanız,
- Eğer nebulizörü doktorunuzun size önerdiğinden daha fazla kullanmaya ihtiyaç duyuyorsanız

Doktorunuz bu durumlarda ilacınızın ne kadar yararlı olduğunu kontrol etme gereksinimi duyabilir.

Bazı durumlarda doktorunuzun ilacınızı değiştirmesi gerekebilir.

Uygulama yolu ve metodu:

COMBIVENT İnhalasyon Solüsyonu, uygun bir nebulizatör veya intermitan pozitif basınçlı solunum cihazı (ventilatör) ile uygulanabilir. COMBIVENT'in doğru bir şekilde kullanımı için, bu kullanma talimatının sonundaki uygulama talimatlarına bakınız. Yine de emin olamazsanız, doktorunuza veya eczacınıza danışınız.

Değişik yaş grupları

Çocuklarda kullanımı: Çocuklardaki bilgilerin yetersiz olması nedeniyle, COMBIVENT'in 12 yaşından küçük çocuklarda kullanılması önerilmemektedir.

Yaşlılarda kullanımı: Yaşlı hastalar COMBIVENT'i özel bir doz ayarlaması yapılmaksızın kullanabilirler.

Özel kullanım durumları

Böbrek/Karaciğer yetmezliği: COMBIVENT karaciğer ya da böbrek yetmezliği olan hastalarda incelenmediği için bu gibi hastalarda dikkatle kullanılmalıdır.

Eğer COMBIVENT'in etkisinin çok güçlü veya zayıf olduğuna dair bir izleniminiz var ise doktorunuza veya eczacınıza ile konuşunuz.

Kullanmanız gerekenden daha fazla COMBIVENT kullandıysanız

COMBIVENT'ten kullanmanız gerekenden fazlasını kullanmışsanız, bir doktor ile konuşunuz..

COMBIVENT'i önerilen dozdan daha fazla kullanmanız halinde, içerdiği ipratropium bromüre bağlı olarak, kısa süre içinde ağız kuruluğu, gözde uyum bozuklukları gibi bazı etkiler ortaya çıkabilir. Bu etkiler, hafif ve geçicidir. Çünkü soluyarak veya ağızdan uygulama sonrası vücutta emilimi düşüktür.

Bu ilacın formülünde bulunan diğer etkin madde olan salbutamol ile meydana gelen doz aşımının belirtileri arasında şunlar bulunur: kalp atım hızının artması (taşikardi), çarpıntı, titreme, tansiyonun yükselmesi, kanda potasyum düzeyinin düşmesi, tansiyonun düşmesi,

nabız basıncının genişlemesi, kalp atım hızında değişiklikler, anjinal ağrı ve yüz kızarması (flushing). Salbutamolün fazla miktarda alınması ile metabolik asidoz adı verilen bir tıbbi durum da bildirilmiştir.

Salbutamol doz aşımı durumunda doktorunuz size gerekli tedaviyi uygulayacaktır. Bununla birlikte, eğer bronkospazm (bronşların kasılması) öykünüz varsa, doktorunuz bunu dikkate alarak karar verecektir.

COMBIVENT kullanmayı unutursanız

Eğer tavsiye edilen COMBIVENT dozlarından birini zamanında almayı unutursanız kaygılanmayınız ve hatırlar hatırlamaz uygulayınız. Ancak eğer bir sonraki dozun zamanı yaklaşmış ise, unuttuğunuz dozu atlayınız ve zamanı gelen dozunuza alınız.

Başka bir sorunuz olursa doktorunuza veya eczacınıza sorunuz.

Unutulan dozları dengelemek için çift doz almayınız.

COMBIVENT ile tedavi sonlandırıldığında oluşabilecek etkiler

COMBIVENT tedavisinin gereğinden önce sonlandırılması, hastalığınızın ağırlaşmasına yol açabilir. Bu nedenle, şikayetleriniz ortadan kalkmış olsa bile, doktorunuz reçete ettiği sürece COMBIVENT kullanmaya devam ediniz. Eğer bu tedaviyi durdurmak istiyorsanız, mutlaka doktorunuza danışınız.

Bu ilacın kullanımı hakkında başka sorularınız varsa, doktor veya eczacınıza sorunuz.

4. Olası yan etkiler nelerdir?

Tüm ilaçlar gibi, COMBIVENT'in içeriğinde bulunan maddelere duyarlı olan kişilerde yan etkiler olabilir. Bu yan etkiler herkeste görülmeyebilir.

Aşağıdakilerden biri olursa COMBIVENT'i kullanmayı durdurunuz ve DERHAL doktorunuza bildirin veya size en yakın hastanenin acil bölümüne başvurunuz:

- COMBIVENT kullanımından sonra hırıltılı solunum ya da nefes almada güçlük ortaya çıkarsa, doktorunuz aksini önermedikçe, bu ilacı kullanmaya son veriniz.
- Ciltte döküntü, kaşıntı ve kurdeşen gibi alerjik reaksiyonlar. Şiddetli durumlarda dil, dudaklar ve yüzün şişmesi ile aniden başlayan nefes almada güçlük ve baş dönmesine neden olabilen kan basıncı düşmesi şeklinde belirtiler ortaya çıkabilir.

Bu yan etkilerden herhangi biri sizin için geçerli ise, derhal doktorunuza başvurunuz.

Bunların hepsi çok ciddi yan etkilerdir.

Eğer bu gibi etkiler sizde mevcut ise, sizin COMBIVENT'e karşı ciddi alerjiniz var demektir. Acil tıbbi müdahaleye veya hastaneye yatırılmanıza gerek olabilir.

Bu çok ciddi yan etkilerin hepsi oldukça seyrek görülür.

Aşağıdakilerden herhangi birini fark ederseniz, doktorunuza söyleyiniz:

Aşağıda belirtilen yan etkiler COMBIVENT kullanan hastalarda görülmüştür.

Yan etkiler aşağıdaki kategorilerde gösterildiği şekilde sıralanmıştır:

Çok yaygın: 10 hastanın en az 1'inde görülebilir.

Yaygın: 10 hastanın birinden az, fakat 100 hastanın birinden fazla görülebilir.

Yaygın olmayan: 100 hastanın birinden az, fakat 1.000 hastanın birinden fazla görülebilir.

Seyrek : 1.000 hastanın birinden az, fakat 10.000 hastanın birinden fazla görülebilir.

Çok seyrek: 10.000 hastanın birinden az görülebilir.

Sıklığı bilinmeyen: Eldeki veriler ile belirlenemeyecek kadar az hastada görülebilir.

“Yaygın olmayan” yan etkiler (100 hastanın birinden az, fakat 1.000 hastanın birinden fazla görülebilir):

- Sinirlilik, baş dönmesi ve sallanma hissi
- Ağız kuruluğu
- Öksürük ve baş ağrısı
- Bulantı
- Boğazda tahriş
- Tansiyon yükselmesi
- Kalp atım hızında artış ve kalp atımında düzensizlik (palpitasyonlar)
- Ses problemleri (disfoni)
- Deri reaksiyonları

“Seyrek” yan etkiler (1.000 hastanın birinden az, fakat 10.000 hastanın birinden fazla görülebilir):

- Anafilaktik reaksiyon, aşırı duyarlılık, anjiyoödem (dil, dudaklar ve yüzde şişme)
- Kalp atımında düzensizlik
- Düzenli fakat anormal derecede hızlı kalp atım hızı
- Göğüs ağrısı (anjina gibi kalp sorunlarına bağlı olarak). Bu durum ortaya çıkarsa doktorunuza ya da eczacınıza söyleyiniz. Ancak, doktorunuz aksini söylenmedikçe ilacı kullanmaya devam ediniz.
- Bulanık görme, göz bebeklerinde büyüme, glokom, gözde ağrı, batma ve kızarıklık, gözün şişmesi, renkler ya da haleler görme, gözün farklı uzaklıklara uyum sağlamasında sorunlar (akomodasyon bozuklukları)
- Terlemenin artması
- Döküntü, kurdeşen, kaşıntı
- İlacın inhalasyonundan hemen sonra ortaya çıkan beklenmedik göğüs sıkışması
- Boğazda kuruma, boğazın şişmesi
- Ses kaslarındaki kasılmaya bağlı olarak, konuşmada ve nefes almada güçlük
- Bronşların daralması sonucu nefes almada güçlük
- İshal, kabızlık, kusma ya da sindirim sistemi ile ilgili diğer sorunlar
- Ağızda şişme ve ağız mukozasında iltihaplanma
- Kas krampları, kas güçsüzlüğü ve ağrı
- İdrar yapmada güçlük
- Kuvvetsizlik (asteni)
- Tansiyon düşmesi
- Ruh halinde değişiklikler
- Mental bozukluk (Beynin bir hastalıkla ya da ikincil diğer etmenlerle oluşabilen işlev bozukluğu)

Ayrıca kanınızda potasyum düzeyleri beklenmedik biçimde azalabilir (hipokalemi). Eğer bu durum ortaya çıkarsa, doktorunuz potasyum düzeyinizi kontrol etmeye devam edecektir.

Eğer bu yan etkilerden herhangi biri sizi rahatsız ederse ya da şiddetlenirse ya da bu kullanma talimatında yer almayan herhangi bir yan etki ortaya çıkarsa doktorunuza ya da eczacınıza danışınız.

Çözeltinin ya da buğusunun istenmeden göze kaçması sonucunda, gözde ağrı, batma ya da kızarma, gözbebeğinde genişleme, bulanık görme, haleler veya renkli görüntüler görme oluşabilir. Eğer bu durumlar ortaya çıkarsa hemen doktorunuza başvurunuz. Eğer herhangi bir diğer zamanda gözlerinizde bir sorun ortaya çıkarsa doktorunuza danışınız.

Eğer bu kullanma talimatında bahsi geçmeyen herhangi bir yan etki ile karşılaşırsanız, doktorunuza ya da eczacınıza bilgilendiriniz.

Yan etkilerin raporlanması

Kullanma talimatında yer alan veya almayan herhangi bir yan etki meydana gelmesi durumunda hekiminiz, eczacınız veya hemşireniz ile konuşunuz. Ayrıca karşılaştığınız yan etkileri www.titck.gov.tr sitesinde yer alan “İlaç Yan Etki Bildirimi” ikonuna tıklayarak ya da 0 800 314 00 08 numaralı yan etki bildirim hattını arayarak Türkiye Farmakovijilans Merkezi (TÜFAM)’ne bildiriniz. Meydana gelen yan etkileri bildirerek kullanmakta olduğunuz ilacın güvenliliği hakkında daha fazla bilgi edinilmesine katkı sağlamış olacaksınız.

5. COMBIVENT’in saklanması

COMBIVENT’i çocukların göremeyeceği, erişemeyeceği yerlerde ve ambalajında saklayınız.

25 °C’nin altındaki oda sıcaklığında saklayınız. Dondurmayınız. Ampulleri, ışıktan korumak için, dış kartonunun içinde saklayınız.

İlacın renginde değişiklik varsa kullanmayınız.

Ambalajdaki son kullanma tarihinden sonra COMBIVENT’i kullanmayınız.

Son kullanma tarihi belirtilen ayın son günüdür.

Eğer üründe ve/veya ambalajında bozukluklar fark ederseniz COMBIVENT®’i kullanmayınız.

Çevreyi korumak amacıyla, son kullanma tarihi geçmiş veya kullanılmayan PEXOLA ER uzatılmış salımlı tabletleri çöpe ve şehir suyuna atmayınız! Çevre ve Şehircilik Bakanlığınca belirlenen toplama sistemine veriniz. Bu konuda eczacınıza danışınız.

Ruhsat Sahibi:

Boehringer Ingelheim İlaç Ticaret A.Ş.
Büyükdere Cad., USO Center
No: 245, K: 13-14
34398 – Maslak / Sarıyer / İstanbul

Tel: (0 212) 329 1100 Faks: (0 212) 329 1101

Üretim Yeri:

Laboratoire UNITHER
Espace Industriel Nord
151 rue Andre Durouchez - CS 28028

80084 AMIENS CEDEX 2
FRANSA

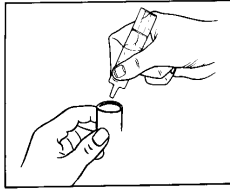
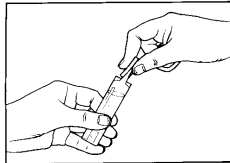
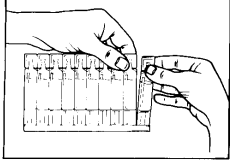
Bu kullanma talimatı _____ tarihinde onaylanmıştır.

Uygulama Talimatı:

Tek dozluk ampulleri yalnızca, uygun bir nebulizatör cihazı ile kullanınız. İlacı içmeyiniz veya damar içinden enjeksiyon şeklinde kullanmayınız.

Nebülizörünüzü kullanmaya başlamadan önce, aşağıdaki 1'den 6'ya kadar sıralanan bilgileri okuyunuz.

1. Nebülizörü, imalatçısının ya da hekimin talimatları doğrultusunda kullanıma hazırlayınız. Nasıl kullanacağınızdan emin değilseniz, doktorunuza sorunuz.



2. Tek dozluk bir flakonu şeritten koparınız.
 - Yeni bir tek dozluk flakonu dikkatlice şeritten ayırınız.
 - Flakon daha önce açılmışsa veya içindeki sıvının rengi değişmişse kullanmayınız.
3. Tek dozluk flakonu, uç kısmını sertçe bükerek açınız.
 - Bunu yaparken flakonu daima yukarı doğru tutunuz.
4. Tek dozluk flakonun içeriğini, nebulizörün rezervuarına (depo kısmına) sıkarak boşaltınız.
 - Farklı bir miktar kullanmanız gerekiyorsa doktorunuz size söyleyecektir.
 - Doktorunuz, ilacınızı seyreltmeniz gerektiğini söyledi ise, size “steril sodyum klorür %0.9 çözeltisi” verilecektir. Doktorunuz seyreltme işlemini nasıl yapacağınızı gösterecektir.
5. Nebülizörü, doktorunuzun tarif ettiği şekilde inhale ediniz.
6. Kullandıktan sonra, rezervuarda kalmış olabilecek solüsyonu atınız ve nebulizörü,
 - imalatçısının talimatları doğrultusunda temizleyiniz.
 - Nebülizörünüzü temiz tutmanız önemlidir.

Sıvı veya buğu halindeki ilaç kazayla gözünüze kaçarsa, gözlerinizde ağrı, batma ve kızarma, göz bebeklerinizde genişleme, görmede bulanıklık olabilir, renkli ve ışıklı görüntüler görebilirsiniz. Böyle bir durum ortaya çıkarsa, doktorunuza başvurunuz. Göz problemlerinizi başka bir zaman ortaya çıkarsa, doktorunuzu arayınız.

Tek dozluk flakonlar koruyucu madde içermediğinden, mikroplarla bulaşmayı önlemek amacıyla, flakonun açıldıktan hemen sonra kullanılması ve her uygulamada yeni bir flakonun açılması önem taşımaktadır. Kısmen kullanılmış, açılmış veya hasar görmüş tek dozluk flakonlar atılmalıdır.

COMBIVENT Tek Dozluk Flakon / Nebülizasyon İçin İnhalasyon Solüsyonu'nun, aynı nebulizatör içinde diğer ilaçlarla karıştırılmaması özellikle önerilmektedir.