

B. NAVODILO ZA UPORABO

Navodilo za uporabo

Vagirux 10 mikrogramov vaginalne tablete

estradiol

Pred začetkom uporabe zdravila natančno preberite navodilo, ker vsebuje za vas pomembne podatke!

- Navodilo shranite. Morda ga boste želeli ponovno prebrati.
- Če imate dodatna vprašanja, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom.
- Zdravilo je bilo predpisano vam osebno in ga ne smete dajati drugim. Njim bi lahko celo škodovalo, čeprav imajo znake bolezni, podobne vašim.
- Če opazite kateri koli neželeni učinek, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom. Posvetujte se tudi, če opazite katere koli neželene učinke, ki niso navedeni v tem navodilu. Glejte poglavje 4.

Kaj vsebuje navodilo

1. Kaj je zdravilo Vagirux in za kaj ga uporabljamo
2. Kaj morate vedeti, preden boste uporabili zdravilo Vagirux
3. Kako uporabljati zdravilo Vagirux
4. Možni neželeni učinki
5. Shranjevanje zdravila Vagirux
6. Vsebina pakiranja in dodatne informacije

1. Kaj je zdravilo Vagirux in za kaj ga uporabljamo

Zdravilo Vagirux vsebuje estradiol.

- Estradiol je ženski spolni hormon.
- Spada v skupino hormonov, imenovanih estrogeni.
- Je popolnoma enak estradiolu, ki nastaja v ženskih jajčnikih.

Zdravilo Vagirux spada v skupino zdravil za lokalno hormonsko nadomestno zdravljenje (HNZ).

Zdravilo Vagirux se uporablja za ublažitev menopavzalnih simptomov v nožnici, npr. suhosti ali draženja. Strokovno to imenujemo "atrofija nožnice", ki nastane zaradi zmanjšanja količine estrogena v telesu. To se naravno zgodi po menopavzi.

Zdravilo Vagirux deluje tako, da nadomesti estrogen, ki sicer nastaja v ženskih jajčnikih. Zdravilo se vstavi v nožnico, tako da se hormon sprošča tam, kjer je potreben. To lahko ublaži težave v nožnici.

2. Kaj morate vedeti, preden boste uporabili zdravilo Vagirux

Zdravstvena zgodovina in redni zdravniški pregledi

Uporaba HNZ je povezana s tveganji, ki jih je potrebno upoštevati, ko se odločate o začetku oziroma nadaljevanju zdravljenja.

Izkušnje z zdravljenjem žensk s prezgodnjo menopavzo (zaradi odpovedi jajčnikov ali kirurškega posega) so omejene. Če imate prezgodnjo menopavzo, so tveganja za uporabo HNZ lahko drugačna. Posvetujte se z zdravnikom.

Preden začnete (ali ponovno začnete) uporabljati HNZ, vas mora zdravnik povprašati po vaši osebni in družinski zdravstveni zgodovini. Morda se bo odločil, da opravi klinični pregled. To lahko vključuje pregled dojk in/ali ginekološki pregled, vendar le, če je to za vas potrebno.

Ko začnete z zdravljenjem z zdravilom Vagirux, morate vsaj enkrat letno obiskati zdravnika za pregled. Ob teh pregledih se z zdravnikom pogovorite o prednostih in tveganjih nadaljnjega zdravljenja z zdravilom Vagirux.

Pojdite na redna presejalna slikanja dojk, kakor vam je to naročil zdravnik.

Ne uporabljajte zdravila Vagirux

Če kaj od naštetega velja za vas ali če glede katere koli sledeče točke niste prepričani, se **pogovorite z zdravnikom**, preden boste uporabili zdravilo Vagirux.

Ne uporabljajte zdravila Vagirux:

- če imate ali ste kdaj imeli **raka na dojki**, ali če obstaja sum nanj,
- če imate, ste kdaj imeli ali obstaja sum, da imate od **estrogena odvisnega raka**, kot je rak na maternični sluznici (endometriju),
- če imate **nepojasnjeno krvavitev iz nožnice**,
- če imate nezdravljeno **čezmerno zadebelitev maternične sluznice** (hiperplazija endometrija),
- če imate ali ste kdaj imeli **krvni strdek v veni** (tromboza), npr. v nogah (globoka venska tromboza) ali v pljučih (pljučna embolija),
- če imate **motnje strjevanja krvi** (npr. pomanjkanje proteina C, proteina S ali antitrombina),
- če imate ali ste pred nedavnim imeli bolezen, povzročeno s krvnimi strdki v arterijah, kot je **srčni infarkt, možganska kap ali angina pektoris**,
- če imate ali ste imeli kakšno **bolezen jeter** in se izvidi preiskav jetrne funkcije še niso normalizirali,
- če imate redko krvno bolezen, imenovano "**porfirija**", ki se dedno prenaša v družini,
- če ste **alergični na estradiol** ali katero koli drugo sestavino tega zdravila (navedeno v poglavju 6).

Če se katero koli navedeno stanje prvič pojavi po tem, ko začnete uporabljati zdravilo Vagirux, ga nehajte uporabljati in se nemudoma posvetujte z zdravnikom.

Opozorila in previdnostni ukrepi

Pred začetkom uporabe zdravila Vagirux se posvetujte z zdravnikom, če imate ali ste kdaj imeli katero od spodaj naštetih težav, saj se te lahko med zdravljenjem z zdravilom Vagirux povrnejo ali poslabšajo. Če je tako, bi morali zaradi pregledov pogosteje obiskati zdravnika.

- miomi v maternici
- prisotnost tkiva maternične sluznice zunaj maternice (endometrioza) ali zgodovina čezmerne rasti maternične sluznice (hiperplazija endometrija)
- povečano tveganje za nastanek krvnih strdkov (glejte podpoglavje "Krvni strdki v veni (tromboza)")
- povečano tveganje za nastanek od estrogena odvisnega raka (npr. če ima ali je imela vaša mati, sestra ali babica raka na dojki)
- visok krvni tlak
- bolezen jeter, npr. benigni tumor na jetrih
- sladkorna bolezen
- žolčni kamni
- migrene ali hudi glavoboli
- bolezen imunskega sistema, ki lahko prizadene številne organe v telesu (sistemski eritematozni lupus)
- epilepsija
- astma
- bolezen, ki prizadene bobnič in sluh (otoskleroza)
- zelo visoka koncentracija maščob v krvi (hipertrigliceridemija)
- zastajanje tekočine zaradi težav s srcem ali z ledvicami
- dedni in pridobljeni angioedem

Nehajte uporabljati zdravilo Vagirux in nemudoma obiščite zdravnika,

če med uporabo HNZ opazite kaj od naslednjega:

- katero koli stanje, omenjeno v podpoglavju "Ne uporabljajte zdravila Vagirux",
- porumenelo kožo ali očesno beločnico (zlatenica). To so lahko simptomi bolezni jeter;
- oteklost obraza, jezika in/ali žrela in/ali težave pri požiranju ali koprivnico, skupaj s težavami z dihanjem, ki so lahko znaki angioedema;
- znatno zvišan krvni tlak (med simptome spadajo glavobol, utrujenost in vrtoglavica),
- migrenski tip glavobola, ki se pojavi prvič;
- da ste zanosili;
- znake krvnega strdka, npr:
 - boleče otekanje in rdečina nog,
 - nenadna bolečina v prsih,
 - težave pri dihanju.

Za več informacij glejte podpoglavje "Krvni strdki v veni (tromboza)".

Opomba: Zdravilo Vagirux ni kontracepcijsko sredstvo. Če je od zadnje menstruacije minilo manj kot 12 mesecev ali ste mlajši od 50 let, boste morda še vedno morali uporabljati dodatno kontracepcijo za preprečevanje nosečnosti. Za nasvet se posvetujte s svojim zdravnikom.

HNZ in rak

Čezmerna zadebelitev maternične sluznice (hiperplazija endometrija) in rak na maternični sluznici (rak na endometriju)

Dolgotrajna uporaba samo-estrogenskega HNZ lahko poveča tveganje za nastanek raka na maternični sluznici (rak na endometriju).

Ni znano, ali je dolgotrajna (več kot enoletna) ali ponavljajoča se uporaba zdravila Vagirux povezana s podobnim tveganjem. Ugotovljeno je, da absorpcija zdravila Vagirux v kri zelo majhna, zato dodatek progestagena ni potreben.

Če se vam pojavi **vmesna krvavitev** ali **krvavkast izcedek**, to po navadi ni razlog za skrb, vendar pa se morate dogovoriti za obisk pri zdravniku. Lahko gre za znak, da se je endometrij zadebelil.

Naslednja tveganja veljajo za zdravila za hormonsko nadomestno zdravljenje (HNZ), ki ki krožijo po krvnem obtoku. Vendar je zdravilo Vagirux namenjeno lokalnemu zdravljenju v nožnici in je njegova absorpcija v kri zelo majhna. Manj verjetno je, da se bodo spodaj navedena stanja poslabšala ali se bodo med zdravljenjem z zdravilom Vagirux povrnila, vendar morate, če vas skrbi, obiskati zdravnika.

Rak na dojki

Podatki kažejo, da uporaba zdravila Vagirux ne poveča tveganja za raka dojke pri ženskah, ki v preteklosti niso imele raka dojke. Ni znano, ali se lahko zdravilo Vagirux varno uporablja pri ženskah, ki so imele raka dojke v preteklosti.

Redno si pregledujte dojke. Obiščite svojega zdravnika, če opazite spremembe na dojkah, kot so:

- jamice na koži,
- spremembe na prsni bradavici,
- bule, ki jih vidite ali otipate.

Poleg tega priporočamo, da se udeležite presejalnih testov z mamografijo, ki so vam na voljo.

Rak na jajčniku

Rak na jajčniku se pojavlja redko – bistveno redkeje od raka na dojki. Uporaba HNZ, ki vsebuje samo estrogen, je bila povezana z rahlo zvečanim tveganjem za raka na jajčniku.

Za primerjavo

Tveganje za raka na jajčniku se spreminja s starostjo. Na primer pri ženskah, starih od 50 do 54 let, ki ne uporabljajo HNZ, bodo v obdobju 5 let raka na jajčniku odkrili pri približno 2 izmed 2.000 žensk. Pri ženskah, ki uporabljajo HNZ 5 let, bodo raka na jajčniku odkrili pri približno 3 izmed 2.000 uporabnic (tj. približno 1 dodaten primer).

Učinek HNZ na srce in ožilje

Krvni strdki v veni (tromboza)

Tveganje za **krvne strdke v venah** je od 1,3- do 3-krat večje pri uporabnicah HNZ kot pri tistih ženskah, ki HNZ ne uporabljajo, zlasti v prvem letu uporabe.

Krvni strdki so lahko nevarni, zlasti če strdek potuje v pljuča; to lahko povzroči bolečino v prsih, zasoplost, omedlevico ali celo smrt.

Verjetnost za pojav krvnega strdka se večja s starostjo. Prav tako je verjetnost za pojav krvnega strdka večja, če ena ali več od naslednjih trditev velja za vas. Obvestite zdravnika, če:

- zaradi operacije, poškodbe ali bolezni dalj časa niste zmožni hoditi (glejte tudi poglavje 3, podpoglavje "Če potrebujete operacijo"),
- ste močno pretežki (indeks telesne mase > 30 kg/m²),
- imate motnjo strjevanja krvi, ki zahteva dolgotrajno zdravljenje z zdravili proti krvnim strdkom,
- je imel krvne strdke v nogah, pljučih ali pa v katerem koli drugem organu kdo od vaših najbližjih sorodnikov,
- imate sistemski eritematozni lupus,
- imate raka.

Za znake krvnih strdkov glejte podpoglavje "Nehajte uporabljati zdravilo Vagirux in nemudoma obiščite zdravnika".

Za primerjavo

V povprečju je nastanek krvnega strdka v veni v obdobju 5 let pričakovan pri 4 do 7 od 1.000 žensk v petdesetih letih, ki ne uporabljajo HNZ.

Pri ženskah v petdesetih letih, ki uporabljajo samo estrogensko HNZ več kot 5 let, se bodo primeri krvnih strdkov pojavili pri 5 do 8 uporabnicah od 1.000 (tj. 1 dodaten primer).

Bolezen srca (srčni infarkt)

Pri ženskah, ki uporabljajo samo estrogensko HNZ, ni povečanja tveganja za nastanek bolezni srca.

Možganska kap

Tveganje za možgansko kap je približno 1,5-krat večje pri uporabnicah HNZ kot pri neuporabnicah. Število dodatnih primerov možganske kapi zaradi uporabe HNZ se bo večalo s starostjo.

Za primerjavo

Povprečno bo 8 od 1.000 žensk v petdesetih letih, ki ne uporabljajo HNZ, utrpelo možgansko kap v 5-letnem obdobju. Pri ženskah v petdesetih letih, ki uporabljajo HNZ, je število takšnih primerov v obdobju 5-ih let 11 od 1.000 uporabnic (tj. dodatni 3 primeri).

Druga stanja

Uporaba HNZ ne bo preprečila slabšanja spomina. Nekateri dokazi kažejo na povečanje tveganja za slabšanje spomina pri ženskah, ki začnejo uporabljati HNZ po 65. letu. Za nasvet se posvetujte z zdravnikom.

Druga zdravila in zdravilo Vagirux

Obvestite zdravnika ali farmacevta, če uporabljate, ste pred kratkim uporabljali ali pa boste morda začeli uporabljati katero koli drugo zdravilo; to velja tudi za zdravila, ki ste jih dobili brez recepta, za zdravila rastlinskega izvora in druge naravne izdelke.

Glede na to, da se zdravilo Vagirux uporablja za lokalno zdravljenje v nožnici, je malo verjetno, da bi vplivalo na druga zdravila. Zdravilo Vagirux lahko vpliva na druga zdravljenja, ki se uporabljajo v nožnici.

Nosečnost in dojenje

Zdravilo Vagirux se uporablja le pri ženskah v pomenopavzalnem obdobju. Če med uporabo zdravila Vagirux zanosite, ga prenehajte uporabljati in obiščite zdravnika.

Vpliv na sposobnost upravljanja vozil in strojev

Ni znano, da bi zdravilo Vagirux vplivalo na sposobnost upravljanja vozil in strojev.

3. Kako uporabljati zdravilo Vagirux

Pri uporabi tega zdravila natančno upoštevajte navodila zdravnika. Če ste negotovi, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

Uporaba zdravila

- Zdravljenje z zdravilom Vagirux lahko začnete na kateri koli dan, ki vam ustreza.
- Samo za vaginalno uporabo. Tablet ne jemljite peroralno.
- Z aplikatorjem vstavite eno vaginalno tableto v nožnico.

V "NAVODILIH ZA UPORABNICO" na koncu tega besedila boste izvedeli, kako to naredite. Pred uporabo zdravila Vagirux natančno preberite navodila.

Aplikator vaginalnih tablet je namenjen do 24-kratni večkratni uporabi za eno uporabnico (ena tableta na aplikacijo). Nato aplikator odvrzite med gospodinjske odpadke. Ne uporabljajte aplikatorjev, ki kažejo očitne znake poškodb.

Koliko zdravila uporabiti

- Prva 2 tedna uporabljajte po eno vaginalno tableto na dan.
- Potem uporabljajte po eno vaginalno tableto dvakrat na teden. Med dvema odmerkoma naj minejo 3 ali 4 dnevi.

Splošne informacije o zdravljenju simptomov menopavze

- Zdravnik vam bo skušal predpisati najnižji odmerek zdravila Vagirux za zdravljenje vašega simptoma v najkrajšem možnem trajanju. Če se vam zdi odmerek premočan ali prešibak, se posvetujte s svojim zdravnikom.
- Zdravljenje se sme nadaljevati le, če so koristi večje od tveganja. O tem se posvetujte z zdravnikom.

Če ste uporabili večji odmerek zdravila Vagirux, kot bi smeli

- Če ste uporabili več tablet zdravila Vagirux, kot bi smeli, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.
- Zdravilo Vagirux je namenjeno za lokalno zdravljenje v nožnici. Odmerek estradiola je tako majhen, da bi se šele z uporabo velikega števila tablet približali odmerku, ki se po navadi uporablja za peroralno zdravljenje.

Če ste pozabili uporabiti zdravilo Vagirux

- Če ste pozabili uporabiti odmerek, ga uporabite, čim se spomnite.
- Ne uporabite dvojnega odmerka, da bi nadomestili pozabljeno tableto.

Če ste prenehali uporabljati zdravilo Vagirux

Ne prenehajte uporabljati zdravila Vagirux, ne da bi se prej posvetovali z zdravnikom. Pojasnil vam bo, kakšni so učinki, če zdravilo nehate uporabljati, in se z vami pogovoril o drugih možnostih zdravljenja.

Če potrebujete operacijo

Če imate predvideno operacijo, povejte kirurgu, da uporabljate zdravilo Vagirux. Morda boste morali prenehati uporabljati zdravilo Vagirux 4 do 6 tednov pred operacijo, da zmanjšate tveganje za nastanek krvnega strdka (glejte poglavje 2, podpoglavje "Krvni strdki v veni (tromboza)"). Vprašajte zdravnika, kdaj lahko spet začnete uporabljati zdravilo Vagirux.

Če imate dodatna vprašanja o uporabi tega zdravila, se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

4. Možni neželeni učinki

Kot vsa zdravila ima lahko tudi to zdravilo neželene učinke, ki pa se ne pojavijo pri vseh bolnicah.

Naslednje bolezni so pogostejše poročane pri ženskah, ki uporabljajo zdravila za HNZ, ki krožijo v krvi, v primerjavi z ženskami, ki ne uporabljajo HNZ. Ta tveganja veljajo manj za vaginalno zdravljenje, kot je Vagirux:

- rak na jajčniku,
- krvni strdki v venah nog ali pljuč (venska trombembolija),
- možganska kap,
- verjetno poslabšanje spomina, če se je HNZ začelo po 65. letu.

Za več informacij glede teh neželenih učinkov glejte poglavje 2. »Kaj morate vedeti, preden boste uporabili zdravilo Vagirux«.

Pogosti neželeni učinki: pojavijo se lahko pri največ 1 od 10 bolnic

- glavobol
- bolečina v trebuhu
- krvavitev ali izcedek iz nožnice, nelagodje v nožnici

Občasni neželeni učinki: pojavijo se lahko pri največ 1 od 100 bolnic

- glivične okužbe spolovil
- občutek slabosti (siljenje na bruhanje)
- izpuščaj
- povečanje telesne mase
- vročinski obliv
- zvišan krvni tlak (hipertenzija)

Zelo redki neželeni učinki: pojavijo se lahko pri največ 1 od 10.000 bolnic

- driska
- zadrževanje tekočine
- poslabšanje migrene
- generalizirana preobčutljivost (npr. anafilaktična reakcija/šok)

Naslednji neželeni učinki se lahko pojavijo pri sistemskem estrogenskem zdravljenju:

- bolezen žolčnika
- različne bolezni kože:
 - obarvanje kože, zlasti na obrazu ali vratu, znano kot "nosečnostne pege" (kloazma),
 - boleči rdečkasti kožni vozlički (nodozni eritem),
 - izpuščaj z rdečino tarčaste oblike ali ranicami (multiformni eritem).

Poročanje o neželenih učinkih

Če opazite katerega koli izmed neželenih učinkov, se posvetujte z zdravnikom ali farmacevtom. Posvetujte se tudi, če opazite neželene učinke, ki niso navedeni v tem navodilu. O neželenih učinkih lahko poročate tudi neposredno na:

Javna agencija Republike Slovenije za zdravila in medicinske pripomočke

Sektor za farmakovigilanco
Nacionalni center za farmakovigilanco
Slovenčeva ulica 22
SI-1000 Ljubljana
Tel: +386 (0)8 2000 500
Faks: +386 (0)8 2000 510
e-pošta: h-farmakovigilanca@jazmp.si
spletna stran: www.jazmp.si

S tem, ko poročate o neželenih učinkih, lahko prispevate k zagotovitvi več informacij o varnosti tega zdravila.

5. Shranjevanje zdravila Vagirux

Zdravilo shranjujte nedosegljivo otrokom!

Pretisne omote shranjujte v zunanji ovojnini za zagotovitev zaščite pred svetlobo.

Tega zdravila ne smete uporabljati po datumu izteka roka uporabnosti, ki je naveden na škatli in pretisnem omotu poleg oznake "EXP". Rok uporabnosti zdravila se izteče na zadnji dan navedenega meseca.

Zdravila ne smete odvreči v odpadne vode ali med gospodinjske odpadke. O načinu odstranjevanja zdravila, ki ga ne potrebujete več, se posvetujte s farmacevtom. Taki ukrepi pomagajo varovati okolje. Zdravilo je škodljivo za vodno okolje.

6. Vsebina pakiranja in dodatne informacije

Kaj vsebuje zdravilo Vagirux

- Učinkovina je estradiol. Ena vaginalna tableta vsebuje 10 mikrogramov estradiola v obliki estradiol hemihidrata.
- Pomožne snovi so hipromeloza, laktoza monohidrat, koruzni škrob in magnezijev stearat.
- Filmska obloga vsebuje hipromelozo in makrogol.

Izgled zdravila Vagirux in vsebina pakiranja

Vaginalne tablete so bele, okrogle, filmsko obložene tablete z natisnjeno oznako »E« na eni strani. Premer tablete je približno 6 mm.

Velikosti pakiranj:

18 vaginalnih tablet z aplikatorjem za večkratno uporabo
24 vaginalnih tablet z aplikatorjem za večkratno uporabo

Na trgu morda ni vseh navedenih pakiranj.

Način in režim predpisovanja in izdaje zdravila

Rp – Predpisovanje in izdaja zdravila je le na recept.

Imetnik dovoljenja za promet z zdravilom in proizvajalec

Imetnik dovoljenja za promet z zdravilom

Gedeon Richter Plc.
Gyömrői út 19-21.
1103 Budimpešta

Madžarska

Proizvajalec

Haupt Pharma Münster GmbH (Member of the Aenova Group)
Schleebrüggenkamp 15
48159 Münster
Nemčija

Gedeon Richter Plc.
Gyömrői út 19-21.
1103 Budimpešta
Madžarska

Zdravilo je v državah članicah EGP pridobilo dovoljenje za promet z naslednjimi imeni:

AT	Rewellfem 10 µg Vaginaltabletten
CZ	Vagirux
DK	Rewellfem
EE	VAGIRUX
ES	Vagirux 10 microgram vaginal tablets
FI	Vagirux
HR	Vagirux 10 mikrograma tablete za rodnico
HU	VAGIRUX 10 µg hüvelytabletta
IE	Vagirux
IS	Rewellfem
IT	Vagirux
LI	Rewellfem
LT	VAGIRUX 10 mikrogramų makšties tabletės
LV	Vagirux 10 mikrogrami vaginālās tabletes
MT	Vagirux 10 microgram vaginal tablets
NO	Vagirux
PL	Vagirux
PT	Formyra
RO	ESTRADIOL RICHTER 10 micrograme comprimate vaginale
SE	Vagirux
SI	Vagirux 10 mikrogramov vaginalne tablete
SK	Vagirux 10 mikrogramov vaginálne tablety

Navodilo je bilo nazadnje revidirano dne 15. 4. 2022.

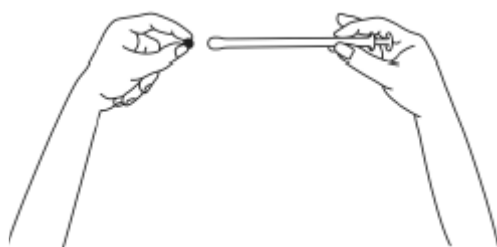
NAVODILA ZA UPORABNICO

Kako uporabite zdravilo Vagirux

1. Aplikator odstranite iz pretisnega omota.
Konec odprite kot je prikazano na sliki.



2. Med držanjem cevi povlecite bat aplikatorja, dokler se ta ne ustavi. Eno vaginalno tableto vzemite iz ločenega pretisnega omota in jo trdno vstavite v držalo (širok konec) cevi aplikatorja.



3. Aplikator previdno vstavite v nožnico. Ustavite, ko začutite nekaj upora (8–10 cm).



4. Za sprostitvev vaginalne tablete pritisnite bat, dokler se ne ustavi. Tableta se bo takoj prilepila na steno nožnice. Tableta ne bo izpadla, če boste vstali ali hodili.



5. Po vsaki uporabi pred nadaljnjo uporabo očistite aplikator po naslednjem postopku čiščenja:
 - Izvlecite bat iz aplikatorja.
 - Očistite cev in bat z blagim milom in ju temeljito sperite s toplo vodo iz pipe. Izperite notranjo in zunanjo površino cevi.
 - Po potrebi odstranite večje količine preostale vode iz cevi in iz bata tako, da jih na kratko pretreseste.
 - Cev in bat na zraku posušite na čisti površini (npr. papirnati brisači).
 - Vstavite bat v cev aplikatorja za nadaljnjo uporabo.

6. Aplikator uporabljajte, dokler se embalaža ne izprazni (18 ali 24-krat). Nato ga odvrzite med gospodinjske odpadke.