आपातकालीन गर्भनिरोधक गोलियां या ई.सी.पिल

URBAN HEALTH INITIATIVE

...partnering to improve the health and well being of the urban poor

ई.सी.पिल क्या है?

सामुदायिक कार्यकर्त्ता के लिये प्रसतुतियॉ

एमरजैंसी कॉन्ट्रासैप्टिव पिल्ज़ (ई.सी.पिल्ज़)

- ये लगातार इस्तेमाल किए जाने वाले गर्भनिरोधक साधनों का विकल्प नहीं हैं
- ये असुरक्षित संभोग हो जाने के बाद अनचाहे गर्भ से बचने के लिए खाई जाती हैं
- इन्हें असुरक्षित संभोग हो जाने पर, पांच दिनों के भीतर ,जल्द से जल्द लेना आवश्यक होता है
- जितनी जल्दी ली जाएं, उतनी अधिक असरदार

ई.सी.पिल्ज़ की आवश्यकता किन स्थितियों में पड़ सकती है

- बिना किसी तरीके को अपनाए संभोग हो जाए
- कंडोम फट जाए या लिंग पर से फिसल जाए
- महिला तीन या अधिक गर्भनिरोधक गोली लेना भूल जाए
- कॉपर–टी अचानक निकल जाए
- डीएमपीए इंजेक्शन लगवाए चार माह से भी ज्यादा समय हो जाए
- प्राकृतिक तरीकों का सही पालन ना किया गया हो
- ज़बरदस्ती संभोग हो जाए

ई.सी. पिल्ज़ गर्भ को कैसे रोकती हैं

असुरक्षित संभोग स्त्री के मासिक चक्र में किस दिन हुआ है, इस बात के आधार पर ई.सी.पिल्ज़

- अंडा–विसर्जन नहीं होने देती
- अंडे और शुक्राणु को मिलन नहीं देती
- भ्रूण को गर्भाशय में धँसने नहीं देती

ध्यान दें

भ्रूण के गर्भाशय में धँसने के बाद आपातकालीन गर्भनिरोधक तरीके काम नहीं कर सकते हैं इसीलिए आपातकालीन गर्भनिरोधक तरीकों का प्रयोग असुरक्षित संभोग हो जाने के बाद जल्द से जल्द शुरू करना आवश्यक होता है ।

कौन सी गोलियां ई.सी.पिल्ज़ के रूप में इस्तेमाल होती ह ?

कई तरह की गोलियों को ई.सी.पिल्ज़ के रूप में इस्तेमाल कर सकते हैं

- इनमें **लीवोनौरजैस्ट्रेल (एल.एन.जी)** वाली गोलियों को ई.सी.पिल्ज़ के रूप में सर्वोत्तम माना गया है और आजकल यही प्रयोग की जा रहीं हैं
- लीवोनौरजैस्ट्रेल एक किस्म का प्रोजेस्टिन हारमोन होता है
- लीवोनौरजैस्ट्रेल वाली ई.सी.पिल्ज़ के पापुलर ब्रॉंड हैं– **नौरलीवो, आई पिल**

महिला ई.सी.पिल्ज़ कैसे ले?

असुरक्षित संभोग हो जाने पर, जितना जल्दी हो सके, अगले पाच दिन (१२० घंटे) के भीतर :

- यदि केवल एक गोली वाला पैकेट है तो एक गोली खा ले
- यदि दो गोलियों वाला पैकेट है तो दोनों गोलियाँ को एक साथ खा ले

  या

  जितना जल्दी हो सके पहले एक गोली खा ले और उसके बारह घंटे के बाद दूसरी गोली खा ले

ई.सी.पिल्ज के साइड इफैक्ट्स

- जी मिचलाना, उल्टी आना
- पेटदर्द
- पिल्ज़ लेने के अगले एक दो दिन तक थोड़ा खून आ सकता है
- अगली माहवारी आने का समय बदल सकता है

ई.सी.पिल्ज़ लेने के बाद ध्यान देंने योग्य बातें

- यदि ई.सी.पिल्ज़ लेने के दो घंटों के भीतर उल्टी हो जाए तो महिला फिर से एक गोली ले

- ई.सी.पिल्ज़ लगातार इस्तेमाल किए जाने वाले गर्भनिरोधक साधनों का विकल्प नहीं हैं

- **यदि ई.सी.पिल्ज़ लेने के बाद संभावित समय से एक सप्ताह बाद तक माहवारी ना आए तो महिला डाक्टर से मिलें**

बताएं कि बात सही है या गलत

बताएं कि बात सही है या गलत

1) ई.सी.पिल्ज़ लगभग 85 प्रतिशत असरदार हैं

उत्तरः सही

बताएं कि बात सही है या गलत

2)वे महिलाएं भी ई.सी.पिल्ज़ ले सकती हैं जिनके लिए नियमित रूप से प्रयोग की जानेवाली हारमोनल विधियां उचित नहीं हैं

उत्तर:सही

वे महिलाएं भी **ई.सी.पिल्ज़ का प्रयोग कर सकती हैं** क्योंकि इनमें हारमोन की मात्रा बहुत कम होती है और ये केवल एमरजैंसी में ही प्रयोग के लिए हैं।

सभी महिलाएं ई.सी.पिल्ज़ का प्रयोग कर सकती हैं

बताएं कि बात सही है या गलत

3) ई.सी.पिल्ज़ का प्रयोग एक महीने में एक बार से अधिक हरगिज़ नही करना चाहिए

उत्तरः गलत

- इन्हें लेने की कोई संख्या सीमित नहीं है– जब भी असुरक्षित संभोग हो ई.सी.पिल्ज़ ली जा सकती हैं
- लगभग सभी गर्भनिरोधक साधनों की तुलना में (जैसे कॉपर–टी, गर्भनिरोधक गोली,आदि) की तुलना में कम असरदार होती हैं।
- ई.सी.पिल्ज़ कम असरदार हैं और जितनी बार ली जाए उतनी बार उनके साइड इफैक्ट्स भी होते हैं।

बताएं कि बात सही है या गलत

4)ई.सी.पिल्ज से गर्भपात हो जाता है

उत्तर: गलत

- ई.सी.पिल्ज से गर्भपात नहीं होता क्योंकि अगर गर्भ बैठ चुका हो तो ई.सी.पिल्ज़ काम नहीं करती हैं

धन्यवाद

URBAN HEALTH INITIATIVE

...partnering to improve the health and well being of the urban poor