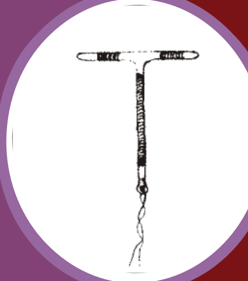
अंर्तगर्भाशयी गर्भनिरोधक साधन
आई. यु. सी. डी.



URBAN HEALTH INITIATIVE

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

आई. यु. सी. डी. (कॉपर टी) क्या है?

सामुदायिक कार्यकर्त्ता के लिये प्रसतुतियॉ

आई. यु. सी. डी. (कॉपर टी) क्या है?

- प्लास्टिक का एक छोटा–सा उपकरण, जिसे गर्भ ठहरने से रोकने के लिए प्रशिक्षित सेवा परिदाता द्वारा योनिद्वार से गर्भाशय में प्रस्थापित किया जाता है।
- इसे दीर्घकालिक गर्भनिरोधक की तरह इस्तेमाल किया जा सकता है।
- यह नसबंदी की तरह ही प्रभावकारी है, पर इसे निकलवाया भी जा सकता है। निकलवाने के तुरंत बाद प्रजनन क्षमता वापस लौट आती है।
- आमतौर पर आईयूसीडी अंग्रेजी के टी वर्ण के आकार के होते हैं, जिनमें तांबे की पत्ती लगी होती हैं: टीसीयू 380ए एवं मल्टीलोड

यह कैसे काम करती है?

- आईयूसीडी या कॉपर टी शुक्राणु को अंडे तक जाने से रोक कर गर्भ ठहरने से रोकती है।
- कॉपर टी एक बार लगने के बाद गर्भ ठहरने से रोकने में 99.2 फीसदी प्रभावी होती है।

–एक वर्ष में 100 में एक से भी कम महिला गर्भवती हो सकती है।

- लगाने के तुरंत बाद से यह गर्भ रोकने में प्रभावी हो जाती है।
- यह लगभग 10 साल तक प्रभावी रहती है–10 साल से पहले निकालने की जरूरत नहीं होती।

आईयूसीडी यानी कॉपर टी के फायदे

- अति सुरक्षित व बेहद प्रभावी
- उपयोग में आसान
- नसबंदी की तरह ही प्रभावी, लेकिन इसे निकलवाया जा सकता है।

–इसे निकलवा कर महिला तुरंत गर्भवती हो सकती है।

- दो बच्चों में अंतर व बच्चों की संख्या सीमित रखने में इसका प्रयोग हो सकता है।
- –अगर दीर्घकाल के लिए इसका प्रयोग किया जा रहा है, तो अधिकतम प्रभाव के लिए हर 10 वर्ष में इसे बदलवा कर नया आईयूसीडी लगावाना आवश्यक है।
- कंडोम या गर्भनिरोधक गोलियों की तरह इसमें बार–बार आपूर्ति की आवश्यकता नहीं होती।

आईयूसीडी यानी कॉपर टी की सीमाएं

- कॉपर टी लगाने या निकालने के लिए प्रशिक्षित सेवा परिदाता की जरूरत होती है।
- इसके लगाने से शुरुआत में कुछ परेशानियां हो सकती हैं जैसे –
  – माहवारी सामान्य से अधिक और ज्यादा दिनों तक होना
  – माहवारी के दौरान पेट में ज्यादा एंठन व दर्द होना

यह नुकसान दायक नहीं है और तीन महीने मैं ठीक हो जाती है

- किसी जटिलता की आशंका कम होती है, (कोई संक्रमण या गर्भाशय में छेद)।
- यौन संक्रमण व एच. आई. वी . जैसे रोगों से बचाव नहीं करती है।

इसे कौन इस्तेमाल कर सकता है?

ज्यादातर महिलाएं कॉपर टी का इस्तेमाल सुरक्षित रूप से कर सकती हैं, जिनमें शामिल हैं वे महिलाएं जो ...

- युवा व उम्रदराज, विवाहित या अविवाहित
- जिनके बच्चे नहीं हैं या बहुत से बच्चे हैं
- बच्चे को स्तनपान करा रही हैं
- जिन्हें हृदय रोग, हाई ब्लड प्रेशर, हाई ब्लड शुगर, लिवर या पित्ताशय का रोग, स्तन कैंसर या एसा कोई रोग हो और वे कोई भी हारमोनल संबंधी गर्भनिरोधक न ले सकती हों।

कौन इसे इस्तेमाल नहीं कर सकता?

कॉपर टी उन महिलाओं को इस्तेमाल नहीं करनी चाहिए, जो

- गर्भवती हों
- जिन्हें यौन संक्रमण का रोग हो या यौन संक्रमण की आशंका हो (महिला या उसके साथी के एक से अधिक लोगों से यौन संबंध हों)
- योनि से असामान्य रक्तस्राव हो। प्रजनन अंगों का कोई कैंसर या पेडू की टीबी हो।
- एड्स हो और उसका कोई इलाज न हो रहा हो।

इसे कब लगाया जा सकता है?

कॉपर टी प्रशिक्षित सेवा परिदाता द्वारा योनिद्वार से गर्भाशय में लगाई जाती है:

- कभी भी जब तक कि महिला गर्भवती न हो माहवारी शुरु होने के पहले से बारवें दिन के भीतर कभी भी।
- सामान्य प्रसव या सिजेरियन के तुरंत बाद, आंवल के बाहर आने के दस मिनट के भीतर डॉक्टर कॉपर–टी तुरंत लगा सकते हैं
- पहले दो दिन के भीतर या कम से कम छे सप्ताह के बाद अगर कोई संक्रमण या रक्तस्राव न हो
- गर्भपात के बादः अगर कोई संक्रमण न हो, तो तुरंत बाद।
- प्रसव या गर्भपात से पहले महिला स्वास्थ्य कार्यकर्ता से कह सकती है कि वह कॉपर टी लगवाना चाहती है। अगर उपलब्ध न हो, तो अपने साथ ले कर आए।

कॉपर टी कैसे लगाई जाती है

- डाक्टर कॉपर टी लगाने से पहले पेड़ू की जांच करेंगे ।
- लगाने के समय महिला को कुछ तकलीफ या ऐंठन हो सकती है?
  – थोड़ी ऐंठन बाद में भी कुछ दिन तक रह सकती है।
- लगाने के तुरंत बाद हल्का रक्तस्राव या कुछ धब्बे दिखाई दे सकते हैं।

कैसे जांच करें कि कॉपर टी अपने स्थान पर है?

अपनी कॉपर टी की जांच करने के लिए:

- पहले साबुन से अपने हाथ धोएं।
- उकड़ू बैठ जाएं और योनि में एक उंगली वहां तक डालें, जहां कॉपर टी का धागा महसूस हो। धागा खींचें नहीं, बस छू कर देखें।
- हर महीने माहवारी के बाद यह जांच करें। न भी करें, तब भी कॉपर टी की सुरक्षा मिलेगी ही।
- अगर धागा हाथ से महसूस न हो:

  –तो स्वास्थ्यकर्मी से संपर्क कर जांच करवाएं कि कॉपर टी अपने स्थान पर है या नहीं।

  –तब तक कंडोम का इस्तेमाल करें।
- ध्यान रहे कि अगर बच्चे के जन्म के तुरंत बाद कॉपर टी लगी हो, तो कई बार धागा महसूस नहीं होता।

डॉक्टर या स्वास्थ्य कार्यकर्ता से कब मिलें ?

- अगर किसी माह माहवारी न हो और लगे कि आप गर्भवती हैं।
- अगर आपको लगे कि आपको कोई यौन संक्रमित रोग हो गया है (यानी कोई असामान्य योनि स्राव हो)।
- पेड़ू में देर तक दर्द रहे या बुखार हो।
- माहवारी के दौरान या उसके बाद भारी रक्तस्राव हो।
- योनि में कॉपर टी का धागा हाथ से महसूस न हो।
- कॉपर टी का इस्तेमाल बंद करना हो

  –किसी भी समय प्रशिक्षित सेवा परिदाता से संपर्क कर इसे निकलवाएं।

कॉपर टी कहां से मिल सकती है?

- सरकारी जिला अस्पताल से
- सरकारी मेडिकल कॉलेज से
- स्वास्थ्य केंद्र (राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य अभियान) से
- निजी अस्पताल या क्लीनिक से
- निजी चिकित्सक–स्त्री रोग विशेषज्ञ से
- प्रसव उपरांत देखभाल के लिए बने परिवार कल्याण केंद्र से
- प्रसव उपरांत या गर्भपात के तुरंत बाद किसी अंतरंग रोगी चिकित्सालय से

धन्यवाद