Ìfètòsọmọ bíbí ògùn oníkóró alátòpọ̀

Àlàyé nípa rẹ̀:

- Ògùn oníkóró alátòpọ̀ jẹ́ ọ̀kan nínú gbogbo ìfètòsọ́mọ bíbí ìgbàlódé.
- Ó gbọ́dọ̀ lo ẹyọ̀kan lójojúmọ́
- Ó lè fa kí ǹkan oṣù ma se ségesège ní oṣù díè àkọ́kọ́ lẹ́yìn náà obìnrin lè rí ǹkan oṣù rẹ̀ ní ránpẹ́ tàbí lọ́pọ̀
- Kò léwu fún obìnrin tí ó ní àrùn HIV tí ò sì ń lo ògùn rẹ̀. Bá elétò ìlera rẹ sọ̀rọ̀

Bí ó ti lẹ̀ dènà oyún sí:

- Ní lílò fún ọdún kan àkókò, óseése kí ó dín díè ní ẹyòkan nínú ọgọ́run obìnrin kí ó lóyún 1 % (oyún kan nínú ọgọ́run obìnrin).
- Oyún mẹ́jọ nínú ọgọ́run (8%) lè jẹyọ bi obìnrin ba tàsé nínú lílò ògùn dédé ní oṣù

Bí óṣe ń ṣiṣẹ́:

- Lo kóró kan ní ojojúmọ́ ní àkókò kan náà.
- Ògùn náà ní èròjà ara (estrogen and progestin) nínú tí yíò mú kí ikun tí ówà ní enu ọ̀nà ilé ọmọ kí ó ki, èyí yí ò dènà kí àtò okùnrin má lè wọ ilé ọmọ.
- Ògùn náà kì jẹ́ kí obìnrin yé ẹyin tí ópọ́n ní oṣoosù

Àkíyèsí pàtàkì:

- Ànfààní wà láti dá dúró ní ìgbà kugbà tí a bá fẹ́ láti lóyún lài ní lò láti rí akọ́ṣẹmọ́ṣẹ ìfètòsọ́mọ bíbí.
- Kò fa ìdíwọ́ kankan fún ìbálòpọ̀ lọkọ laya
- Oní láti rántí lo ògùn oníkóró lẹ́ẹ̀kan lójúmọ́ ní àkókò kan náà.
- Kọ̀ dènà àrùn ìbálòpọ̀ tàbí kòkòrò HIV.
- Kò dára fún obìnrin tí ó ń fún ọmọ tí kò tí pé oṣù mẹ́fà lọ́yàn

Bá akọ́ṣẹmọ́ṣẹ ìfètòsọ́mọ bíbí sọ̀rọ̀ bí:

- O bá ń fún ọmọ tí kò tí pé oṣù mẹ́fà lọ́yàn
- O bá ń mu sìgá tàbí ó ti lé ní ọdún márùndín lógójì (35yrs)
- O bá ní ìfunpá gíga tàbí àrùn tí ó níse pẹ̀lu ọkàn, ẹ̀jẹ̀ tàbi ẹ̀dọ̀fóró.
- O bá ní kókó nínú ọyàn (jejere) tàbí ẹnikéni nínú ẹbí rẹ ti ní kókó nínú ọyàn rí.
- O bá ma ń ní orífífọ́ tulu tí kìí fi sílẹ̀ lẹ́yìn tí o bá lo ògùn.
- O bá lo ògùn fún gìrí

Get it together
KNOW. TALK. GO.

Bí aṣe lè ló ó:

- Bèrè láti orí kóró àkọ́kọ́ nínú àpò rẹ lóòni lẹ́yìn tí o tí se àyẹ̀wò pé kò sí oyún.
- Lo kóró kan lójojúmọ́ títí tí o fi lo èyí tí ówà nínú àpò náà tán .
- Lo kóró náà ní ojojúmọ́ ní àkókò kan náà.
- Tí o bá bì láàrín wákàtí méjì sí ìgbà tí o lòó, mu kóró òmíràn kíákíá, kí osì máa tèsíwájú lílò rẹ̀
- Ri dájú pé oní àpò míràn lọ́wọ́ kí o tó lo àpò ọjọ́ 28 tán .
- Bí ó bá jẹ́ ilé ìta ògùn lo ti ràá, ka ìwé pelebe tí ó wà ní inú ògùn náà.

Padà lọ sí ilé ìwòsàn tí o bá

- Ní ìbéèrè tàbi ìdojúkọ kankan.
- Pa kóró mẹ́ta jẹ tí o sì ti ní ìbálòpọ̀ ní ọjọ́ márun séyìn, tí o kò sì fẹ́ láti lóyún
- Ní alieere tí ó jẹyo
- Lérò pé oti lóyún

Àkíyèsí:

Tí o bá ti lo àpò ògùn kan tán, ri dájú pé o bẹ̀ẹ̀rẹ̀ àpò kejì ní ọjọ́ keji lái pa ìkankan jẹ.

Tèlẹ́ ìlànà wọ̀nyí tí o bá pa ọjọ́ kan je tàbí jù bẹ́ẹ̀ lọ:

Bi o bá:	**Kí o:**
Pa ọjọ́ kan tàbí méjì jẹ	• Lo ògùn kan ní kètà tí o bá rántí • Kí o sì ma lo ìyókù lo ní déédé, àkókò tí o tín babọ̀ (Ótúmọ sí pé ó seése kí olo méjì ní ọjọ́ kan tàbí ní àkókò kan
Pa ọjọ́ mẹ́ta tàbí ju béè lo jẹ ní òsẹ̀ àkọ́kọ tàbí ìkeji ní ìyípo kan, tàbí: Bí ó bá ṣẹ̀ṣẹ̀ bẹ̀ẹ̀rẹ̀ àpò kan tàbí míràn lẹ́yin ọjọ́ mẹ́ta tàbí jù bẹ́ẹ̀ lọ	• Yára lo ògùn kóró kan • Lo Ìlànà míràn (rọ́bà ìdábòbò) tàbí kí o má ba okùnrun lòpọ̀ fún ọjọ́ méje • Bí o bá si ní ìbálòpọ̀ fún ọjọ́ márun, yára lo ìfètòsọ́mọ bíbí pàjáwìrì (wo ìwé pélébé ìfètòsọ́mọ bíbí pàjáwìrì)
Bí o bá pa kóró mẹ́ta jẹ ní òsẹ̀ kẹ́ta ní ìyípo kan	• Yára lo ògùn kóró kan • Ri wípé o lo gbogbo ògùn èyí tí a fi èròjà ara obinrin se tán, tí ó jẹ́ àpò oní 28, dá àwọn ògùn méje tí akò fi èròjà ara se nù • Bẹ̀ẹ̀rẹ̀ àpò tuntun míràn ní ọjọ keji • Lo Ìlànà míràn (rọ́bà ìdábòbò) tàbí kí o má ba okùnrun lòpọ̀ fún ọjọ́ méje • Bí o bá si ní ìbálòpọ̀ fún ọjọ́ márun, yára lo ìfètòsọ́mọ bíbí pàjáwìrì (wo ìwé pélébé ìfètòsọ́mọ bíbí pàjáwìrì)
Bí o bá pa ọ̀kọn kan nínú kóró tí a kò fi èròjà ara se jẹ (kóró méje tí ó gbéyìn nínú kóró 28 nínú àpò	• Da àwọn ògùn tí a kò fi èròjà ara obinrin se tí o paje nù • Lo ògùn ìyókù parí kí o sì bẹ̀ẹ̀rẹ̀ àpò pali míràn

Get it together
KNOW. TALK. GO.

NURHI 2
NIGERIAN URBAN REPRODUCTIVE HEALTH INITIATIVE