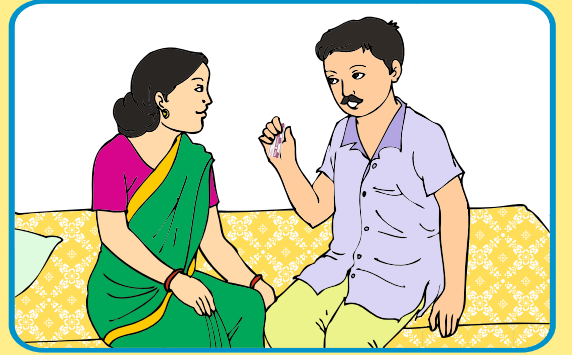


अनचाहे गर्भ से बचने का मनचाहा साधन आज ही अपनायें

परिवार नियोजन के
सरल और सुरक्षित साधन
आयुष्मान भारत हेल्थ एवं वेलनेस सेंटर
पर निःशुल्क उपलब्ध हैं

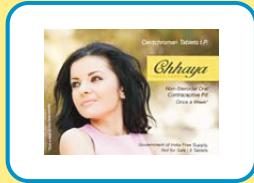


केवल प्रोजेस्टिन वाली
गोलियां (पीओपी)



- ☑ एक गोली हर दिन निश्चित समय पर लेनी चाहिए
- ☑ पीओपी का उपयोग प्रसव के तुरंत बाद से किया जा सकता है
- ☑ पीओपी बंद करने के तुरंत बाद महिला गर्भवती हो सकती है

सेन्टक्रोमेन (छाया)



- ☑ शुरू के तीन महीने में एक गोली सप्ताह में दो बार, फिर चौथे महीने से सप्ताह में केवल एक बार लें जब तक बच्चा न चाहें
- ☑ पहली गोली माहवारी के पहले दिन से शुरू करें, दूसरी गोली तीसरे दिन पर तय समय पर लें

गर्भनिरोधक इंजेक्शन
(अंतरा)



- ☑ स्तनपान कराने वाली महिला इसका प्रयोग प्रसव के 6 सप्ताह बाद कर सकती है
- ☑ इस इंजेक्शन को नर्स या डॉक्टर द्वारा ही लगाया जाता है
- ☑ अगली इंजेक्शन हर तीन माह में लगवानी होती है

स्वास्थ्य सेवायें आपके द्वार

अधिक जानकारी के लिए अपने नजदीकी स्वास्थ्य कार्यकर्ता से संपर्क करें

