خطرے سے
بچ کے
رہنا بہتر ہے

ایمرجنسی مانع حمل کے طور پر "صبح بعد از گولی" استعمال کرنے کے بارے میں ہدایات

ایمر جنسی منع حمل ایک طریقۂ علاج ہے جو مانع حمل طریقے استعمال کیے بغیر یا ان کے غلط استعمال کی صورت میں جنسی تعلقات قائم کرنے کے بعد حمل قرار پانے سے روکتا ہے ۔

ایسے جنسی عمل کے بعد کہ جس سے حمل قرار پانے کا خدشہ ہو، جتنا جلد ممکن ہو سکے اور ہمیشہ 72 گھنٹے (3 دن) کے اندر طریقۂ علاج اختیار کیا جانا چاہیئے۔

علاج کے بعد

- اگرچہ یہ طریقۂ علاج بہت مؤثر ہے، پھر بھی یہ حمل قرار پانے سے ہمیشہ نہیں روکتا۔
- علاج کے بعد آپ کے حیض تین ہفتے کے اندر شروع ہو جانے چاہیئیں۔ اگر ایسا نہیں ہوتا تو آپ کو لازمی طور پر حمل کا ٹیسٹ کروانا چاہیئے۔
- حیض شروع ہونے سے پہلے ممکن ہے کہ آپ کو کچھ دھبوں کا مشاہدہ ہو اور آپ کے حیض معمول سے لمبے چلیں اور زیادہ شدید ہوں۔
- حیض آنے کے بعد یہ ضروری ہے کہ آپ مانع حمل طریقوں کے بارے میں مزید جاننے کے لیے کسی پیشہ ور معالج سے مشورہ کریں۔

طریقۂ علاج کیسے اختیار کیا جائے

- علاج 1،500 مائیکرو گرام کی ایک گولی یا 700 مائیکرو گرام کی دو گولیوں کے ساتھ جتنی جلد ممکن ہو سکے، شروع کیا جانا چاہیئے۔
- غذا کے ساتھ لینے کی صورت میں دوا کا انجذاب بہتر ہو گا۔
- اگر دوا لینے کے 3 گھنٹے کے اندر قے ہو جائے تو قے کی کیفیت بہتر ہونے کے بعد علاج دوبارہ سے شروع کیا جانا چاہیئے۔
- اگر دوبارہ دوا لینے کے بعد ایک دفعہ پھر تین گھنٹے کے اندر قے ہو جائے تو کسی پیشہ ور معالج سے رابطہ قائم کریں۔

اہم!

- یہ طریقۂ علاج صرف اس مخصوص جنسی عمل کے بعد ہی حمل قرار پانے سے روکنے کے لیے ہے۔ اس لیے مستقبل کے جنسی تعلقات میں محفوظ مانع حمل طریقہ استعمال کرنا ضروری ہو گا۔
- ان چاہا حمل قرار پانے سے روکنے کے لیے محفوظ اور مؤثر مانع حمل طریقے موجود ہیں۔ صرف کنڈوم—مردوں اور عورتوں دونوں والے— ہی وہ طریقہ ہیں جو حمل قرار پانے سے روکتا ہے اور ساتھ ہی جنسی تعلقات سے پھیلنے والی بیماریوں، بشمول ایڈز، سے تحفظ فراہم کرتا ہے۔ اس لیے ان کے استعمال کی بہت زیادہ سفارش کی جاتی ہے۔
- اس ضمن میں مزید معلومات کے لیے ملاحظہ کریں: www.sexekpves.gencat.cat/ics_webjove/AppPHP/index.php
- اگر آپ کے ذہن میں کوئی سوالات ہوں تو آپ اپنے پرائمری نگہداشت مرکز یا جنسی اور نسلی صحت پروگرام میں جا سکتے ہیں، یا آپ فون پر رابطہ قائم کر سکتے ہیں:

Sanitat Respon 24 گھنٹے
902 111 444
www.gencat.net/salut

ہم آپ کی مدد کریں گے

Urdú

Generalitat de Catalunya
Departament de Salut