

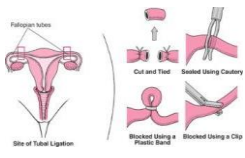
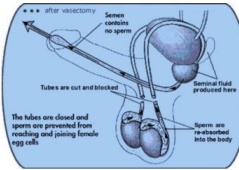



## گزینه‌هایتان برای کنترل حاملگی

### نکات کلیدی

- داکتر می‌تواند به شما کمک کند تا تصمیم بگیرید که کدام طریقه کنترل حاملگی برای شما مناسب است.
- تابلیت، جراحی و تزریق بعضی از گزینه‌های جلوگیری از حاملگی هستند.
- طول زمان روش‌های (کنترل حاملگی) می‌تواند کوتاه‌مدت، درازمدت یا برای همیشه باشد.

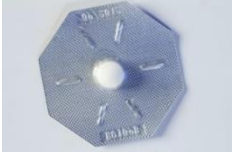
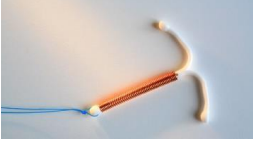
ممکن است داکتر از شما سوال کند که آیا حامله هستید یا می‌خواهید حامله شوید. اگر ترجیح می‌دهید حامله نشوید، داکتر در مورد وقت ملاقات با شما در مورد گزینه‌های کنترل حاملگی یا تنظیم فامیل صحبت خواهد کرد.

این سوالات محرمانه هستند. محرمانه به این معنی است که داکتر و ترجمان شما جوابات شما را با شخص دیگری به اشتراک نمی‌گذارند. صرفاً داکتران و نرس‌هایی که از شما مراقبت می‌کنند به سوابق طبی شما دسترسی خواهند داشت.

میتود	چی‌قسم از آن استفاده کنم	مزایا	معایب
	<p>داکتر لوله‌ها را قطع می‌کند/ مسدود می‌سازد</p>	<p>برای همیشه ماندگار است. موثرترین</p>	<p>برگشت‌پذیر نیست. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>
	<p>داکتر لوله‌ها را قطع می‌کند/ مسدود می‌سازد</p>	<p>برای همیشه ماندگار است. موثرترین</p>	<p>برگشت‌پذیر نیست. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>
	<p>میله پلاستیکی که ذریعه داکتر در تحت جلد شما قرار داده می‌شود</p>	<p>برای مدت 3 سال کار می‌کند. بسیار موثر</p>	<p>خونریزی نامنظم. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>
	<p>IUD در رحم قرار داده می‌شود</p>	<p>5 سال (Mirena) یا 3 سال (Liletta) کار می‌کند. بسیار موثر</p>	<p>خونریزی نامنظم یا لکه بینی یا عدم خونریزی. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>
	<p>IUD در رحم قرار داده می‌شود</p>	<p>10 سال کار می‌کند. بسیار موثر. بدون هورمون. شیردهی مشکلی ندارد</p>	<p>خونریزی شدیدتر، گرفتگی شدیدتر. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>

<p>خونریزی یا لکه بینی نامنظم. ممکن است یک سال دوام کند تا باروری برگردد. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>	<p>پریود کم است یا هیچ پریودی وجود ندارد. شیردهی مشکلی ندارد</p>	<p>تزریق هر 3 ماه</p>	<p>تزریق- Depo Provera</p>	
<p>ممکن است باعث حالت تهوع، افزایش وزن، سردردی و تغییر در میل جنسی شود. در مقابل STI محافظت نمی‌کند.</p>	<p>می‌تواند قاعدگی‌ها را منظم‌تر و کم‌دردتر کند. ممکن است آکنه و علائم قاعدگی را بهبود بخشد.</p>	<p>باید هر روز در یک وقت مشخص مصرف شود</p>	<p>تابلیت</p>	
<p>ممکن است باعث حالت تهوع، افزایش وزن، سردردی، تغییر در میل جنسی شود. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>	<p>می‌تواند قاعدگی‌ها را منظم‌تر کند، کمتر دردناک کند، باعث کاهش آکنه و علائم قاعدگی شود.</p>	<p>باید هر روز در یک وقت مشخص مصرف شود</p>	<p>تابلیت فقط پروجستین</p>	
<p>ممکن است باعث تحریک جلد شود. لکه بینی به مدت 1-2 ماه. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>	<p>می‌تواند قاعدگی‌ها را منظم‌تر و کم‌دردتر کند. ضرورت به تابلیت خوردن هر روزه نیست.</p>	<p>هر هفته یک بار از چسب جدید بالای جلد استفاده نمایید.</p>	<p>چسب</p>	
<p>ممکن است ترشحات مهبل را افزایش دهد. لکه بینی به مدت 1-2 ماه. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>	<p>می‌تواند قاعدگی‌ها را منظم‌تر و کم‌دردتر کند. ضرورت به تابلیت خوردن هر روزه نیست.</p>	<p>یک حلقه پلاستیکی کوچک داخل مهبل قرار داده می‌شود. هر ماه حلقه را تبدیل کنید.</p>	<p>حلقه</p>	
<p>باید در هر زمان که رابطه جنسی دارید استفاده شود. در جلوگیری از HIV/STI کمک نمی‌کند.</p>	<p>استفاده آسان. بدون هورمون. مدت طولانی دوام دارد، قابل استفاده مجدد است.</p>	<p>هر زمان که رابطه جنسی دارید بصورت صحیح وارد کنید.</p>	<p>دیافرام</p>	
<p>برای موثر بودن باید در هر زمان که رابطه جنسی دارید استفاده نمایید.</p>	<p><u>تنها روشی که مانع از عفونت‌های ایدز و عفونت‌های انتقال یافته از طریق جنسی می‌شود</u></p>	<p>هر زمانی که رابطه جنسی دارید از کاندوم جدید استفاده نمایید.</p>	<p>کاندوم (زن و مرد)</p>	

تابلیت جلوگیری از حاملگی اضطراری

<p>در صورت عدم تجویز و عدم پوشش بیمه می‌تواند قیمت باشد. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>	<p>در اکثر دواخانه‌ها بدون نسخه و دریافت کارت هویت موجود است (از فارمسیست سوال کنید)</p>	<p>تابلیت باید در عرض 3 روز از زمان رابطه جنسی بدون محافظت مصرف شود. می‌تواند الی 5 روز بعد از رابطه جنسی بدون محافظت مصرف شود. ممکن است در بسته‌های 1 یا 2 تابلیته باشد (2) تابلیت باید با هم مصرف شوند.</p>	<p>تابلیت‌های جلوگیری از حاملگی اضطراری (ECP) (نقشه جایگزین)</p>	
<p>برای داخل نمودن به مسلک صبحی ضرورت دارد. در مقابل HIV/STI محافظت نمی‌کند.</p>	<p>می‌تواند به حیث ابزار کنترل حاملگی منظم ادامه یابد</p>	<p>می‌تواند ظرف مدت 5 روز از اولین اقدام جنسی محافظت نشده وارد شود.</p>	<p>IUD حاوی مس (Cu-IUD) (IUD اضطراری)</p>	

منبع: <https://www.cdc.gov/reproductivehealth/contraception/mmwr/spr/intro.html>