

१५ साल बढ़ाइये |

हर युवा लड़की को अपने पर्स में ये गोली रखनी ही चाहिए

USA/INDIA Edition 2020 | HINDI



लेखक

(प्रोफेसर): डॉ. एस. ओम गोयल (एम.डी.,डी. एम.)

फॅमिली ऑफ़ डॉक्टर्स

ऐइम्स, दिल्ली यूनिवर्सिटी

एम.डी. मेडिसिन (यू. एस. ए.)

डी. एम. फ़ेलोशिप (यू. एस. ए.)

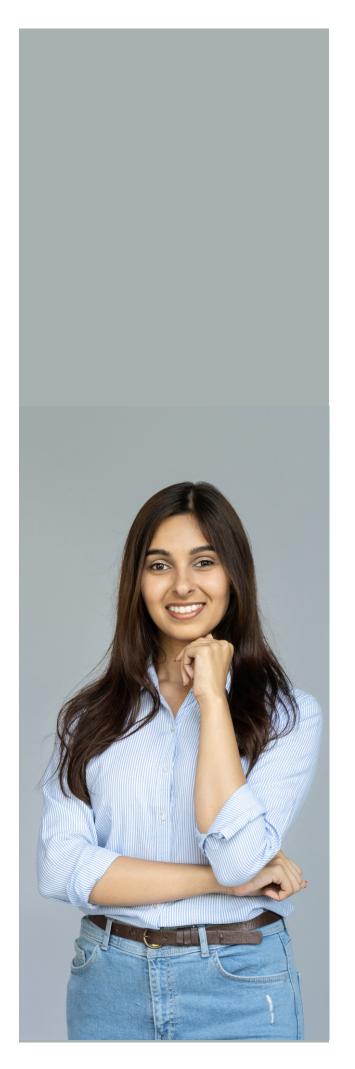


TABLE OF CONTENT

पाठ 1

प्लान बी एक स्टेप और अगली चाँइस

पाठ 2

2 प्लान बी एक स्टेप , हम इस पिल को कहते हैं 'लेवोनोर्जेस्ट्रल, या एल एन जी या सुबह वाली गोली या सिंगल डोस रेजिमे

पाठ 3

3 अगली चॉइस - दो खुराक

पाठ 4

4 ये कैसे काम करती हैं।

पाठ 5

5 72 घंटे के अंदर असर दिखाना शुरू / या सिर्फ 3 दिन

पाठ 6

वे दवाई अगर हम डॉक्टर के बताने पे ले तो ये बहुत इफेक्टिव होती हैं और प्रेगनेंसी रोकने में बहुत कारगर होती हैं.

पाठ ७

7 3 विकल्प

प्लान बी एक स्टेप या अगली चॉइस

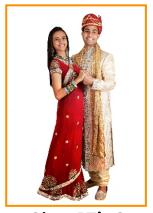
ये इमरजेंसी पिल उन लड़कियों के लिए हैं, जिनके अपने बॉयफ्रेंड के साथ सम्बन्ध हैं पर वो कोई प्रोटेक्शन यूज़ नहीं करते हैं, और न कोई ओरल पिल , तो ऐसी स्थिति में ये इमरजेंसी पिल उन लड़कियों के लिए बहुत काम की हैं |



Chap1Fig1

आपातकालीन गर्भनिरोधक गोली (वो गोली जो आपको प्रेग्नेंट होने से बचाती हैं) हर युवा लड़की के पर्स में ये होनी ही चाहिए |

- इसे हम सुबह के बाद वाली गोली भी कहते हैं |
- जितनी जल्दी आप ये पिल लगे , उतना आप के लिए अच्छा होगा |
- ये आपके अंडे के रिलीज को रोकता है या देरी करता है जब तक एक bhi shukranu आपकी बॉडी में sakriya रहता है |
- WHO के अनुसार भी ये एक सेफ पिल है |



Chap1Fig2



Chap1Fig3



प्लान बी एक स्टेप , हम इस पिल को कहते हैं 'लेवोनोर्जेस्ट्रल, या एल एन जी या सुबह वाली गोली या सिंगल डोस रेजिमे



Chap2Fig1

Cost in USA= \$12 Cost in India = INR 75

- ये पिल काफी इफेक्टिव हैं हर तरीके से फायदा करती है इसीलिए ये इतनी उपयोग में आती हैं ,क्यूंकि इसके साइड इफेक्ट्स नहीं हैं |
- इस पिल को खाने के बाद आपका जी नहीं मचलायेगा और आपको उलटी भी नहीं होगी।
- इस पिल को खाने ki कोई उम्र नहीं hoti है और यह जेनेरिक रूप में आती है |
- इसे अंतरंगता के 3 दिनों के भीतर लिया जाना चाहिए { 72 घंटे या उससे कम} में
- सबसे कॉमन ये पिल, प्री पैक्ड फार्मूलेशन में आती हैं प्लान बी

एक स्टेप एक स्टेप – क्यूंकि आपको सिर्फ एक ही पिल लेनी है |

ये गोली आपको एक ही लेनी है जो की 1.5 mg की होती हैं और 72 घंटे के अंदर ही खानी होती है.

पाठ 3

अगली चॉइस - दो खुराक

सारे शोध हमें यही बताते हैं कि प्लान बी भी उतना ही इफेक्टिव हैं अगर एक बार में लिया जाये और इसके बहुत ही कम साइड इफ़ेक्ट होते हैं|

पहला दोसे हमे 3 दिन के अंदर लेना होगा या उससे कम समय में

दो खुराक

एक पिल 12 घंटे बाद = दो गोलियों की कुल दो खुराक वहीं मेडिसिन एक ही बार में लेकिन आधी खुराक 12 घंटे बाद लेनी चाहिए |



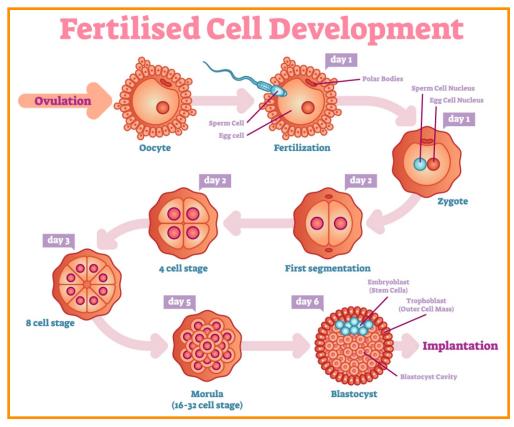
Chap3Fig1

Cost (In USA): \$12 Cost (In India): INR 75

ये कैसे काम करती हैं।

ये इमरजेंसी पिल प्रेगनेंसी कैसे रोकती हैं,

- पहले ये ओवुलेशन को रोकता है |
- दूसरा अगर ओवुलेशन हो भी जाता है , तो ये निषेचन रोक देता है |
- तीसरा अगर निषेचन हो भी जाता हैं , तो ये ट्यूबल ट्रांसपोर्ट को रोक देता हैं
- चौथा ये स्पर्म को ओवरी में दाखिल ही नहीं होने देता।
- पांचवा ये कॉर्पस ल्यूटियम को वापस आने से रोकता हैं , जो प्रेगनेंसी के लिए बहुत जरुरी हैं

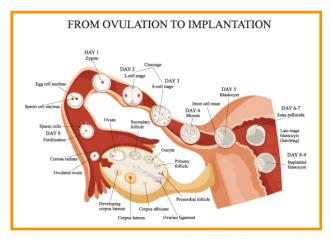


Chap4Fig1

72 घंटे के अंदर असर दिखाना शुरू / या सिर्फ 3 दिन

लड़कियों और औरतों को ये दवाई 3 दिन के अंदर लेनी होती है |

और ये 100% इफेक्टिव गोली है



Embryo
S cell stage

Embryo
2 cell stage

Embryo
2 cell stage

Embryo
Coum nucleus

Fertilization

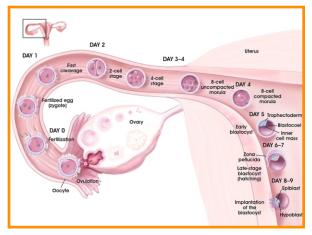
Orum

Chap5Fig1

Chap5Fig2

- अगर एक औरत की नार्मल साइकिल चल रही है तो उसे अपनी दूसरी साइकिल की डेट अच्छी तरह से पता होगी |
- तब तक एक औरत अपने मासिक दिन आने से पहले १४ दिन तक ओवुलेट होती है
- अगर हम एक कंसिस्टेंट साइकिल की बात करते हैं , तो हमे ये ऐसे पता चलता हैं `की अगर एक वूमेन ओवुलेट हो रही है मतलब वो एग बना रही है तो उसके प्रेग्नेंट होने के बहुत चान्सेस हैं |

ये ज्यादातर दूसरे या तीसरे हफ्ते में होता है



Chap5Fig3

ये दवाई अगर हम डॉक्टर के बताने पे ले तो ये बहुत इफेक्टिव होती हैं और प्रेगनेंसी रोकने में बहुत कारगर होती हैं .

ये पिल न सिर्फ प्रेगनेंसी रोकने में मदद करती हैं बल्कि बहुत सेफ भी होती हैं



Chap6Fig1

भारत में इसका मूल्य -350रुपये US मूल्य में =\$34.99

- उस में ये दवा किसी भी लड़की को बिना प्रेस्क्रिपशन के नहीं मिलती है .
- ये एक ऐसी पिल जो बिना अपनी आई डी दिखाए कोई भी लड़की ले सकती है|.
- US उस में 18 साल की उम्र आखिरी होती हैं , अगर आप 18 साल से कम के हैं तो इन सब मामलो में आपके पेरेंट्स को बताया जायेगा पर अगर आप 18 साल से ऊपर हैं तो इन सब की कोई जरुरत नहीं पडती.

3 विकल्प

किताब 2

लड़कियों के लिए विकल्प (जल्द ही आने वाले हैं)

हमारे पास ३ विकल्प होते हैं .

- प्लान बी लेवेनूरगेस्ट्राल 1.5 mg US में सभी के लिए उब्लब्ध हैं , और ये 3 दिन के अंदर ली जाती हैं
- Uliplisteral एसीटेट 30mg ये दवाई आपको 5 दिन के अंदर लेनी होती हैं , पर इसके लिए आपके पास प्रिस्क्रिप्शन होना चाहिए.
- 3 कॉपर IUD इसके लिए भी आपको फिजिशियन की जरूरत पड़ेगी. सम्बन्ध बनाने के 5 दिन बाद भी आपको कोई भी दवाई लेनी ही पड़ेगी , और ये कभी भी काम कर सकती हैं, और ये आपको तब पता चलेगा जब आप अपना यूरिन टेस्ट करोगे और वो नेगेटिव आएगा |