

## परामर्शका चरणहरू

अ

अभिवादन गर्ने ।

भि

भिन्न नहानी आवश्यकता पत्ता लगाउन सोधपूछ गर्ने ।

वा

बाधा हटाउन सूचना उपलब्ध गराउने ।

द

दत्तचित्त भई सहयोग गर्ने ।

न

नुमास्कार गर्दै फेरि सावधान अनुरोध गर्ने ।

## परिवार नियोजनका आधुनिक अस्थायी साधनहरू

कण्डम

सारीसर्पको (पिल्स)

नरदण्ड

हीन प्रदिने कुई (सिइके)

आईयुडी (कापर टी)

### परिवार नियोजनका स्थायी विधिहरू

महिला स्थायीकरण (मिपीएल)      पुरुष स्थायीकरण (व्याक्टोमी)

# NFHP Message Re-inforcing 5 Key Posters

## गर्भावस्था, प्रसव र सुत्केरी अवस्थामा देखा पर्ने सवने खतराका लक्षणहरू

**पल्लोसक्यो रगत बग्नु**

**बलु चटुनु वा घुम्नु**

**बलु जर्नी आउनु वा पोरीसर्ट लाग्नु**

**सुत्केरी अवस्थामा श्वास कठिन रगत बग्नु**

गर्भावस्था र शिशुको जन्म एक विशेष अवस्था हो, यसलाई सुरक्षित बनाऔं ।

## सुसार गरी माया ममता बाडी तयारी गरी

गर्भावस्था र शिशुको जन्म एक विशेष अवस्था हो, यसलाई सुरक्षित बनाऔं ।

## के तपाईंलाई थाहा छ ? तपाईंको लागि परिवार नियोजनको साधनहरू के के छन् ?

### पिला (मिथिल बाल बच्चा)

- बच्चा जन्मेपछि १ वर्षभित्रै नै गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- बच्चा जन्मेपछि १ वर्षभित्रै नै गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### पुरुषोन्मुख मान भएको पारिषर्पको

- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### सुत्केरी अवस्थामा विशेष साधनहरू

- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### महिलामा परिवार नियोजनका कति साधनहरू प्रयोग गर्न सकिने अवस्थामा

- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### कण्डम

- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### आईयुडी (कापर टी)

- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### नरदण्ड

- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### सुत्केरी अवस्थामा विशेष साधनहरू

- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।
- यो साधन गर्भमा राख्नुपर्ने गर्छ ।

### तपाईंलाई परिवार नियोजन सेवा प्रदान गर्ने स्वास्थ्य कार्यकर्ताले तपाईंको जिहासाइतको जबाफ दिन सक्छन् । कृपया सोध्नुहोस् ।

# परामर्शका चरणहरू

अ



भि



वा



द



न



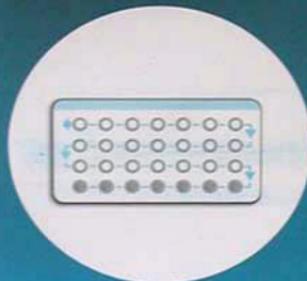
# परिवार नियोजनका आधुनिक अस्थायी साधनहरू



कण्डम



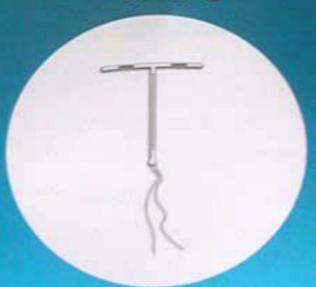
नरप्लाण्ट



खानेचक्की (पिल्स)



तीन महिने सुई (डिपो)



आई.यु.डी. (कपर टी)

## परिवार नियोजनका स्थायी विधिहरू



महिला बन्ध्याकरण (मिनील्याप)



पुरुष बन्ध्याकरण (श्यासेक्टोमी)





# गर्भावस्था, प्रसव र सुत्केरी अवस्थामा देखा पर्न सक्ने खतराका लक्षणहरू

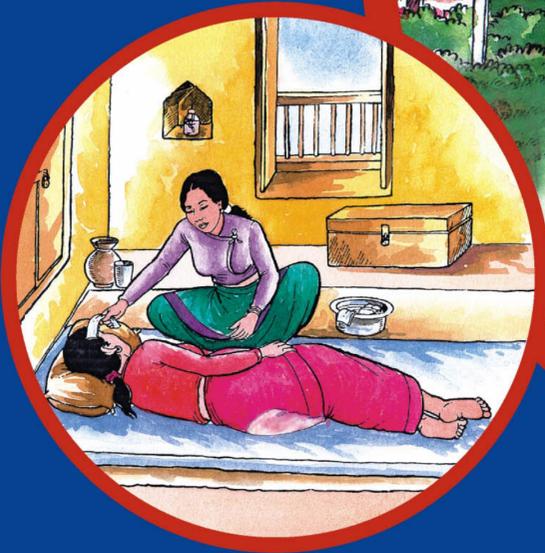
गर्भावस्थामा रगत बग्नु



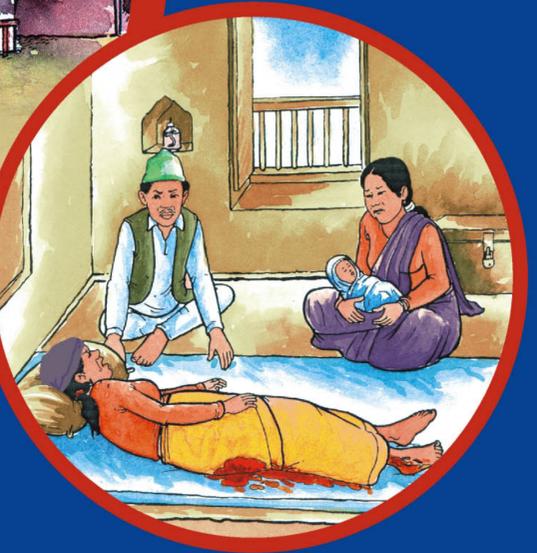
हात वा अनुहार सुन्नित्तु



काँप छुट्नु वा मुर्छा पर्नु



कडा ज्वरो आउनु वा  
योनीबाट गन्हाउने पानी बग्नु



सुत्केरी अवस्थामा  
ह्वाल ह्वाल रगत बग्नु

१२ घण्टा भन्दा लामो व्यथा लाग्नु

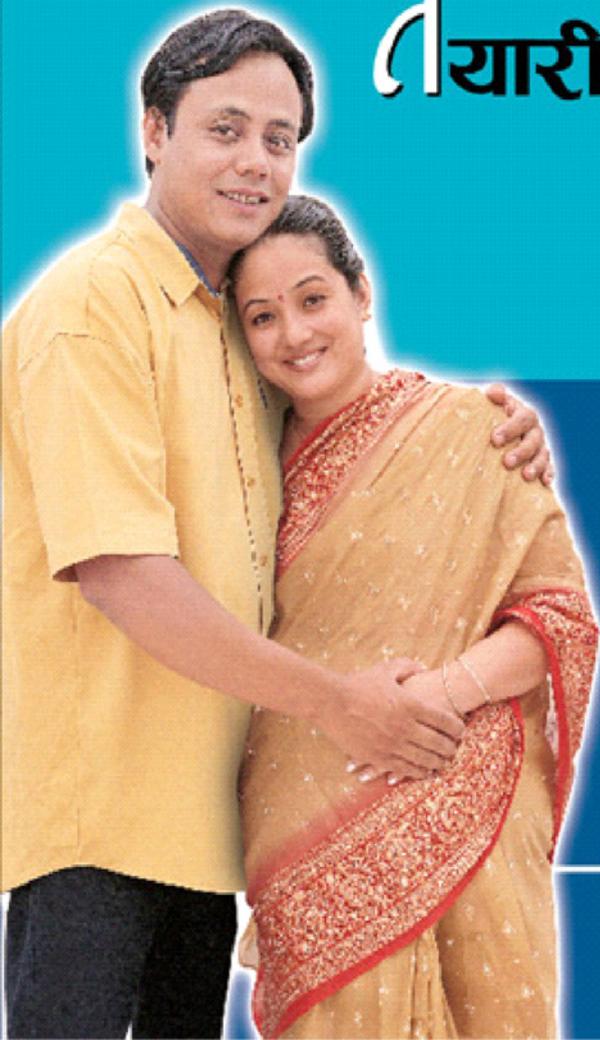


यी मध्ये कुनैपनि लक्षण देखिएमा महिलालाई  
तुरुन्तै नजिकैको स्वास्थ्य संस्थामा लैजानु पर्छ ।

गर्भावस्था र शिशुको जन्म एक विशेष अवस्था हो, यसलाई सुरक्षित बनाऔं ।



सुसार गरौ  
माया ममता बाडौ  
तयारी गरौ



गर्भावस्था र  
शिशुको जन्म एक  
विशेष अवस्था हो,  
यसलाई  
सुरक्षित बनाऔं ।



नेपाल सरकार, स्वास्थ्य विभाग  
सुसंस्कार अभियान



सुमना