महत्वपूर्ण

इकोनले तपाईंलाई एच.आई.भी./ एड्स वा अन्य यौनरोग/ यौनजन्य संक्रमणहरू (एस.टी.आई.) जस्तै धातुरोग वा भिरङ्गीबाट सुरक्षा प्रदान गर्दैन ।

- यौनरोगको संक्रमणले तपाईंको शरीरमा परिवर्तन ल्याउँछ र भविष्यमा सधैको लागि बच्चा नहुने पनि बनाउन सक्छ ।
- यौनरोग र एच.आई.भी./ एड्सबाट बच्नका लागि कण्डम नै एक मात्र प्रभावकारी साधन हो । त्यसैले ढाल/ प्यान्थरको अनिवार्य प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

* e-Con गर्भपतनको लागि होइन र यसले HIV र STI जस्ता रोगहरूबाट बचाउदैन।
* सावधान !
  e-Con आकस्मिक प्रयोजनको लागि मात्र हो यसलाई नियमित प्रयोग गर्नु हुँदैन ।

नेपाल सि आर एस कम्पनी
पो.ब.नं.: ८४२, काठमाडौं, नेपाल
फोन नं.: ४३६२०९७, ४३६२०९८

आकस्मिक गर्भनिरोधक खाने चक्की

e-con (EMERGENCY CONTRACEPTIVE PILLS)
आकस्मिक गर्भनिरोधक खाने चक्की

इकोन भनेको के हो ?

- e-CON भनेको असुरक्षित यौन सम्पर्क पछि गर्भ रहन नदिने खाने चक्की हो ।
- इकोन सुरक्षित छ र सही तरिकाले प्रयोग गरेमा यसले ९९ प्रतिशतसम्म गर्भधारण रोक्न सक्छ ।
- तपाईंले इकोन खाइसकेपछि आफ्नो सेवा प्रदानकर्ता सँग सल्लाह गरेर परिवार नियोजनका अन्य नियमित विधिहरू प्रयोग गर्न सक्नुहुनेछ ।

इकोनलाई म कसरी प्रयोग गर्न सक्छु ?

असुरक्षित यौन सम्पर्क पछि तपाईंले जति छिटो इकोन खानुहुन्छ, यो त्यति नै बढी प्रभावकारी हुनेछ ।

असुरक्षित यौन सम्पर्क भएपछि जति सक्दो चाँडो बढीमा १२० घण्टा वा ५ दिनभित्र इकोन खानु पर्दछ।

- दुई वटा चक्की एकै साथ खान पनि सकिन्छ ।
- एक-एक चक्की गरि खाएमा पहिलो चक्की खाएको १२ घण्टापछि दोस्रो चक्की खानु पर्दछ ।

यदि बान्ता भएमा मैले के गर्नु पर्दछ ?

- इकोन खाएको २ घण्टाभित्र बान्ता भएमा जति सक्दो चाँडो अर्को प्याकेटबाट इकोन चक्की खानु पर्दछ ।
- वाक-वाक हुन नदिन इकोनको नयाँ चक्की खानुभन्दा आधा वा एक घण्टा अघि वाक-वाक रोक्ने औषधी खानु पर्दछ ।
- यदि इकोन चक्की खाएको २ घण्टा वा बढी समयपछि बान्ता भएमा ।
- तपाईंले चिन्ता गर्नु पर्दैन किनकि त्यति समयमा औषधीले तपाईंको शरीरमा पुगेर असर गर्न थालिसकेको हुन्छ ।

इकोनका कुनै साधारण असरहरू छन् ?

यी चक्कीहरूले कहिलेकहीं वाकवाकी लाग्ने, बान्ता हुने, टाउको दुख्ने, स्तन दुख्नसक्ने र अनियमित योनी रक्तस्राव बग्ने जस्ता साधारण असरहरू देखापर्न सक्छन् । यस्ता साधारण असरहरू प्राय:केही दिनसम्म मात्र रहन्छन् ।

यदि गर्भवती भएको बेलामा इकोन खायो भने गर्भधारणमा केही असर पर्न सक्छ ?

सेवा प्रदानकर्ताले गर्भवती भएको बेलामा इकोन चक्की नखानुहोस् भन्ने सल्लाह दिन्छन् । यदि गर्भवती भएको बेलामा तपाईंले इकोन खाइहाल्नु भएमा पनि इकोनले गर्भपतन गराउँदैन । तपाईंको गर्भधारणमा इकोनले केही असर पार्दैन ।

के इकोनको प्रयोग गर्न सुरक्षित छ ?

इकोन चक्कीहरू सबै महिलाका लागि सुरक्षित छन् । यदि तपाईंका कुनै पनि प्रश्नहरू छन् भने कृपया, सेवा प्रदानकर्तालाई भेटी राम्रोसँग बुझ्नुहोस् ।

इकोन परिवार नियोजनको नियमित विधि हो ?

होइन ! इकोन परिवार नियोजनको नियमित विधि होइन । यो आकस्मिक अवस्थामा प्रयोग गर्नका लागि मात्र हो । गर्भ हुनबाट रोक्नका लागि परिवार नियोजनका अन्य धेरै उपयुक्त र प्रभावकारी नियमित विधिहरू उपलब्ध छन् ।

गर्भधारणका सम्भावित संकेतहरू देखा परेमा:

यदि तपाईंको अर्को महिनावारी नियमित हुने समयपछिको एक हप्ता भित्र भएन भने आफ्नो सेवा प्रदानकर्ता कहाँ जानुहोस् ।