

पुरुषों के लिए गर्भनिरोधक

विधि	यह कितना प्रभावशाली है? *	इसका उपयोग कैसे करें	फ़ायदे	नुकसान
पुरुष नसबंदी 	> 99%	<p>यह प्रक्रिया चिकित्सक द्वारा की जाती है। यह उम्र भर के लिए है।</p> <p>पुरुष नसबंदी अंडकोष से शुक्राणु ले जाने वाली नलिका को अवरुद्ध करने पर आधारित है। यह शुक्राणुओं को वीर्य में प्रवेश करने से रोकता है।</p> <p>पुरुष नसबंदी के बाद, जब वीर्य में शुक्राणु नहीं रहता तो आपको गर्भ रोकने के लिए कोई और उपाय नहीं करना पड़ता है।</p>	<p>यह गर्भ की चिंता दूर कर स्थायी और अत्यधिक प्रभावी गर्भ नियंत्रण प्रदान करता है। यह प्रदाता के यहाँ 10-15 मिनट में किया जा सकता है।</p> <p>यह लगभग सभी बीमा कंपनियों द्वारा कवर किया जाता है।</p> <p>कोई कमज़ोरी नहीं होती।</p> <p>यौन-क्रीड़ा, इरेक्शन या भावना में कोई परिवर्तन नहीं</p> <p>पुरुष हार्मोन को प्रभावित नहीं करता</p>	<p>एचआईवी एवं अन्य यौन संचरित संक्रमणों (एसटीआई) के खिलाफ रक्षा नहीं करता</p> <p>इस प्रक्रिया के 12 सप्ताह बाद तक वीर्य में शुक्राणु उपस्थित हो सकते हैं। जब तक वीर्य परीक्षण में शुक्राणु मिलने बंद नहीं हो जाते कोई और गर्भ निरोधक उपाय अपनाएँ।</p> <p>संक्रमण और खून निकलने का जोखिम।</p> <p>प्रक्रिया के बाद दर्द रह सकता है जिसके सही होने में एक-दो दिन लग सकते हैं।</p> <p>अगर आपका मन बदल जाए और आप बच्चा चाहें तो इसे हटाना बहुत मुश्किल काम है।</p>
पुरुष कंडोम 	82%	<p>हर बार यौन संबंध के लिए नए कंडोम का प्रयोग करें।</p> <p>लेटेक्स से एलर्जी हो तो बिना लेटेक्स वाले कंडोम का प्रयोग करें।</p>	<p>कई स्टोर्स पर आसानी से उपलब्ध</p> <p>यौन क्रीड़ा से पहले या उसके दौरान पहन सकते हैं</p> <p>शीघ्र स्खलन रोकने में मददगार साबित हो सकता है</p> <p>मुख, योनि, और गुदा सेक्स में इस्तेमाल किया जा सकता है</p> <p>एचआईवी एवं अन्य यौन रोगों के खिलाफ सुरक्षा प्रदान करता है</p>	<p>संवेदना कम कर सकता है</p> <p>लिंग के तनाव में कमी ला सकता है</p> <p>फट या निकल सकता है</p>
बाहर निकालना ("बाहर निकालने की विधि")	78%	<p>स्खलन से पहले लिंग योनि से बाहर निकाल लें (यानि वीर्य निकलने से पहले)।</p>	<p>इसमें कोई लागत नहीं लगती</p>	<p>कुछ को पूरी संतुष्टि नहीं मिलती</p> <p>यदि लिंग समय से बाहर नहीं निकाला जाता तो यह काम नहीं करता है</p> <p>एचआईवी एवं यौन रोगों के खिलाफ रक्षा नहीं करता</p> <p>यौन-क्रीड़ा को बीच में रोकना ज़रूरी</p>
महिला कंडोम 	79%	<p>हर बार यौन संबंध के लिए नए कंडोम का प्रयोग करें।</p> <p>जरूरत पड़ने पर अतिरिक्त लुब्रिकेंट का प्रयोग करें।</p>	<p>कई स्टोर्स पर आसानी से उपलब्ध</p> <p>यौन-क्रीड़ा से पहले या उसके दौरान पहन सकते हैं</p> <p>योनि और गुदा सेक्स में इस्तेमाल किया जा सकता है</p> <p>योनि सेक्स में प्रयोग करने पर अधिक संतुष्टि दे सकता है</p> <p>लेटेक्स से एलर्जी रखने वाले लोगों के लिए उपयुक्त</p> <p>एचआईवी एवं अन्य यौन रोगों से सुरक्षा प्रदान करता है</p>	<p>संवेदना कम कर सकता है</p> <p>आवाज़ कर सकता है</p> <p>लगाने में मुश्किल हो सकता है</p> <p>यौन क्रीड़ा के दौरान अपनी जगह से बाहर निकल सकता है</p>
शुक्राणुनाशक क्रीम, जेल, स्पंज, फोम, सन्निवेश, झिल्ली 	72%	<p>हर बार यौन संबंध के दौरान शुक्राणुनाशक का प्रयोग करें।</p>	<p>कई स्टोर्स पर आसानी से उपलब्ध</p> <p>यौन-क्रीड़ा/ पूर्व-क्रीड़ा के रूप में सम्मिलित कर सकते हैं</p> <p>क्रीम, जेल, स्पंज, फोम, सन्निवेश, झिल्ली: कई रूप में उपलब्ध</p>	<p>एचआईवी होने का जोखिम बढ़ा सकता है</p> <p>योनि, लिंग में जलन पैदा कर सकता है</p> <p>क्रीम, जेल और फोम गंदे या झंझट लग सकते हैं</p>