आईयूडी संबंधी जानकारी

अंतर्गर्भाशयी यंत्र क्या है?	अंतर्गर्भाशयी (आईयूडी) एक प्लास्टिक की रॉड है जिसकी दो भुजाएं होती हैं और एक तार होता है। यह गर्भावस्था को रोकने के लिए गर्भाशय में इम्प्लांट की जाती है। यह लगभग एक क़ार्टर के आकार का होता है। अमेरिका में 5 प्रकार के आईयूडी होते हैं: तांबे का आईयूडी और 4 प्रोजेस्टिन (हार्मोन) आईयूडी। अपने लिए सही वाला चुनने के लिए, दूसरी तरफ "मेरे लिए कौन-सा आईयूडी सही है?" चार्ट देखें।
आईयूडी कितनी अच्छी तरह काम करता है?	आईयूडी गोली, चिप्पी, छल्ले और सुई की तुलना में बेहतर काम करता है। आईयूडी उपयोगकर्ताओं को संभोग से पहले या उसके दौरान गर्भ निरोध के बारे में सोचने की ज़रूरत नहीं होती, और उन्हें हर महीने दोबारा भरवाने की ज़रूरत नहीं पड़ती। आईयूडी 99% से अधिक समय गर्भावस्था से बचाता है।
क्या आईयूडी सुरक्षित है?	हाँ। आईयूडी के साथ गंभीर समस्याएं बहुत कम हैं, और ज़्यादातर शुरूआती कुछ दिनों में ही होती है। स्तनपान करवाते समय आप कोई भी आईयूडी इस्तेमाल कर सकती है।
अगर मुझे कभी बच्चा नहीं हुआ है, क्या मुझे आईयूडी मिल सकता है?	हाँ। अगर आपको कभी बच्चा नहीं भी हुआ है तो भी आईयूडी अच्छे चुनाव हैं।
आईयूडी को कैसे डाला जाता है?	योनि में स्पेक्युलम लगाने के बाद, चिकित्सक आपके गर्भाशय में आईयूडी डालता है। कई चिकित्सक पहले दर्द की दवा देते हैं। डालने के बाद आपको थोड़ी देर के लिए मरोड़ और दाग़ हो सकते हैं।
क्या आईयूडी के कोई अतिरिक्त प्रभाव होते हैं?	हाँ। अधिकांश दुष्प्रभावों में कुछ महीनों बाद सुधार हो जाता है। विस्तृत जानकारी के लिए दूसरी तरफ देखें।
आईयूडी से संक्रमणों हो सकता है?	नहीं।
क्या आईयूडी एचआईवी एवं अन्य यौन संचरित संक्रमणों के खिलाफ सुरक्षा करता है?	नहीं, आईयूडी **यौन संचारित संक्रमण से आपकी सुरक्षा नहीं** करता है। आईयूडी इम्प्लांट कराने के बावजूद आप और आपके साथी एक-दूसरे के अलावा किसी और के साथ यौन संबंध बनाने पर हर बार नए कंडोम का प्रयोग करें।
क्या मुझे आईयूडी की जांच करने की आवश्यकता है?	नहीं।
क्या आईयूडी से गर्भपात हो जाता है?	नहीं। आईयूडी शुक्राणुओं को अंडों को उर्वर बनने से रोकता है।
मैं आईयूडी का उपयोग करना कैसे बंद करूँ?	आपका चिकित्सक आपके आईयूडी को किसी भी समय निकाल सकता है। अगर आप चाहें, आप खुद आईयूडी को निकाल सकते हैं। आप आईयूडी निकलवाने के बाद ही गर्भ धारण कर सकती है।

कौन सा आईयूडी मेरे लिए सही है?

	तांबे का आईयूडी	**प्रोजेस्टिन आईयूडी**	**प्रोजेस्टिन आईयूडी**
ब्रान्ड के नाम	पैरागार्ड®	मैरेना®, लिलेट्टा®	कैलिना®, स्काएला®
आईयूडी कब काम करना शुरू करता है?	तांबे का आईयूडी तुरंत काम करना शुरू कर देता है।	ये प्रोजेस्टिन आईयूडी तुरंत काम करना शुरू कर देते हैं।	ये प्रोजेस्टिन डालने के 7 दिन बाद काम करना शुरू करते हैं। गर्भ रोकने के लिए आईयूडी डालने के बाद पहले 7 दिनों तक कोंडोम या अन्य सहायक विधि का उपयोग करें।
आप इसका इस्तेमाल कैसे करें?	इसे गर्भाशय में किसी चिकित्सक द्वारा रखा जाना चाहिए। यह आम तौर पर एक चिकित्सक द्वारा निकाला जाता है। इसे किसी भी समय निकाला जा सकता है।	इसे गर्भाशय में किसी चिकित्सक द्वारा रखा जाना चाहिए। यह आम तौर पर एक चिकित्सक द्वारा निकाला जाता है। इसे किसी भी समय निकाला जा सकता है।	इसे गर्भाशय में किसी चिकित्सक द्वारा रखा जाना चाहिए। यह आम तौर पर एक चिकित्सक द्वारा निकाला जाता है। इसे किसी भी समय निकाला जा सकता है।
यह कितने समय चलता है?	तांबे का आईयूडी 12 साल तक काम करता है।	मैरिना और लीलेटा 7 साल तक काम करता है।	स्काएला 3 साल तक काम करता है। कैलिना 5 साल तक काम करता है।
क्या इसमें हार्मोन होते हैं?	नहीं।	हाँ। इसमें बहुत थोड़ी मात्रा में प्रोजेस्टिन होती है लेकिन एस्ट्रोजन नहीं होता है। कुछ लोग जो टेस्टोस्टेरॉन लेते हैं उन प्रक्रिया से बचना पसंद करते हैं जिनमें एस्ट्रोजन होता है।	हाँ। इसमें बहुत थोड़ी मात्रा में प्रोजेस्टिन होती है लेकिन एस्ट्रोजन नहीं होता है। कुछ लोग जो टेस्टोस्टेरॉन लेते हैं उन प्रक्रिया से बचना पसंद करते हैं जिनमें एस्ट्रोजन होता है।
रक्तस्राव और मरोड़ों पर प्रभाव	ज़्यादा मासिक धर्म डालने के कुछ महीने तक मरोड़ आपके मासिक धर्म के साथ तेज़ मरोड़ लंबा मासिक धर्म	दाग पड़ना डालने के कुछ महीने तक मरोड़ कुछ महीनों बाद मासिक धर्म कम या बंद - यह सुरक्षित है।	दाग पड़ना डालने के कुछ महीने तक मरोड़ कुछ महीनों बाद मासिक धर्म कम या बंद - यह सुरक्षित है।
जानने योग्य बातें	यह गर्भाशय अस्तर के कैंसर, अंडाशय के कैंसर, और पोलिसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (पीसीओएस) के जोखिम को कम कर सकता है आपात स्थिति में गर्भ निरोधक के रूप में इस्तेमाल किया जा सकता है: असुरक्षित यौन संबंध के 5 दिन बाद तक डालने से गर्भ धारण रोकता है	यह गर्भाशय अस्तर के कैंसर, अंडाशय के कैंसर, और पोलिसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (पीसीओएस) के जोखिम को कम कर सकता है आपात स्थिति में गर्भ निरोधक के रूप में इस्तेमाल किया जा सकता है: असुरक्षित यौन संबंध के 5 दिन बाद तक डालने से गर्भ धारण रोकता है	यह गर्भाशय अस्तर के कैंसर, अंडाशय के कैंसर, और पोलिसिस्टिक ओवरी सिंड्रोम (पीसीओएस) के जोखिम को कम कर सकता है
कीमत	लागत बीमा सुरक्षा के आधार पर भिन्न होती है। ज़्यादातर बीमा प्रदाता आईयूडी लागत को पूरी तरह कवर प्रदान करते हैं। आपके बीमा में सम्मिलित नहीं है तो इसकी लागत कुछ सौ डॉलर तक आ सकती है।	लागत बीमा सुरक्षा के आधार पर भिन्न होती है। ज़्यादातर बीमा प्रदाता आईयूडी लागत को पूरी तरह कवर प्रदान करते हैं। अगर आईयूडीबीमा द्वारा कवर नहीं है तो इसकी लागत कई सौ डॉलर तक आ सकती है। अगर आपके पास बीमा सुरक्षा नहीं है तो उपकरण की कीमत के लिए अनुदान या कार्यक्रम हो सकते है।	लागत बीमा सुरक्षा के आधार पर भिन्न होती है। ज़्यादातर बीमा प्रदाता आईयूडी लागत को पूरी तरह कवर प्रदान करते हैं। अगर आईयूडी आपके बीमा में सम्मिलित नहीं है, तो इसकी लागत कुछ सौ डॉलर तक आ सकती है।