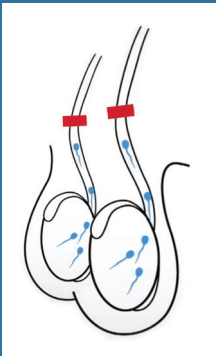


याद रखें, यह इम्प्लांट आपकी यौन संचरित संक्रमणों या एचआईवी से सुरक्षा नहीं करता है। खुद को सुरक्षित रखने के लिए हमेशा कंडोम का इस्तेमाल करें!



### पुरुष नसबंदी कैसे काम करती है?

- पुरुष नसबंदी स्थायी गर्भ निरोध की सरल, सुरक्षित प्रक्रिया है। इस प्रक्रिया को क्लीनिक में बिना किसी परेशानी के 10-15 मिनट में पूरा किया जा सकता है।
- पुरुष नसबंदी में वीर्यकोष से शुक्राणु ले जाने वाली नली (वास डेफेरेंस) को लॉक किया जाता है। इस प्रकार से शुक्राणु वीर्य में प्रवेश नहीं कर पाते हैं।
- गर्भ निरोध की कोई भी विधि 100% प्रभावी नहीं होती है। पुरुष नसबंदी 99% से अधिक प्रभावी होती है।

### इस प्रक्रिया को कैसे किया जाता है?

- पुरुष नसबंदी के दौरान, चिकित्सक वास नलियों तक पहुंचने के लिए वीर्यकोष की त्वचा में बहुत छोटा सा चीरा लगाएंगे। चिकित्सक प्रत्येक नली को गर्मी (कॉटराइजेशन) और छोटी क्लिप का उपयोग करके विभाजित और बंद करेंगे। इस प्रकार से शुक्राणुओं का मार्ग रोका जाता है।
- आपको वीर्य की मात्रा में कोई परिवर्तन दिखाई नहीं देगा। (अधिकांश वीर्य नली के ऊपर स्थित ग्रंथियों में उत्पन्न होता है।)

### क्या इस प्रक्रिया में दर्द होता है?

- आपको पुरुष नसबंदी के दौरान मामूली या कोई दर्द महसूस नहीं होगा। सर्जरी वाले स्थान को सुन्न करने के लिए चिकित्सक स्प्रे या बहुत पतली सुई (बाल के आकर की) का इस्तेमाल करते हैं। इस प्रकार से त्वचा और नलियों के आसपास की जगह सुन्न हो जाती है। बेहोश करने की जरूरत नहीं होती है।
- पुरुष नसबंदी के दौरान वीर्यकोष या लिंग को स्पर्श नहीं किया जाता है।

### इस प्रक्रिया को पूरा होने में कितना समय लगता है?

- इसमें आमतौर पर लगभग 10-15 मिनट लगते हैं।
- आपके शरीर के परीक्षण और सर्जरी वाले स्थान पर अतीत में हुए किसी बड़े घाव पर निर्भर करते हुए इस प्रक्रिया में अधिक समय लग सकता है।

### "छुरी रहित" और पारंपरिक पुरुष नसबंदी में क्या अंतर है?

- छुरी रहित पुरुष नसबंदी में छुरी का उपयोग नहीं किया जाता है। इस प्रक्रिया में वीर्यकोष की थैली में चीरा लगाए बिना, एक छोटा-सा रास्ता बनाकर वास नलियों तक पहुंचने के लिए विशेष छोटे उपकरण का उपयोग किया जाता है। चूंकि यह रास्ता बहुत छोटा होता है, टांके की जरूरत नहीं पड़ती है। यह प्रक्रिया "पारंपरिक" पुरुष नसबंदी से अलग है जिसमें वीर्यकोष की थैली में दो बड़े चीरे लगाए जाते हैं और कभी-कभार टांके लगाने पड़ सकते हैं। "छुरी रहित" तकनीक के साथ समस्याओं (संक्रमण और खून निकलने) की संभावना कम रहती है। स्वास्थ्य-लाभ जल्दी होता है।
- छुरी रहित पुरुष नसबंदी गर्भ निरोध के लिए पारंपरिक पुरुष नसबंदी के समान ही प्रभावी होती है।
- छुरी और सुई रहित पुरुष नसबंदी सबसे उन्नत उपलब्ध चिकित्सा विधियां हैं।

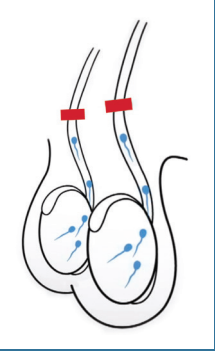
### यह कितनी अच्छी तरह से काम करती है?

- पुरुष नसबंदी अत्यंत प्रभावी होती है (यह 2000 में 1 बार से भी कम विफल होती है)। लेकिन, इसे प्रभावी होने में 3 महीने तक का समय लग सकता है।
- पुरुष नसबंदी के बाद आपके वीर्य की जाँच होनी चाहिए ताकि सुनिश्चित किया जा सके कि उसमें शुक्राणु तो नहीं हैं। तब तक, आपको गर्भधारण को रोकने के लिए कंडोम जैसी गर्भ निरोधक विधि का उपयोग करना चाहिए। अधिकांश पुरुषों के पहले वीर्य परीक्षण में कोई शुक्राणु नहीं मिलता है। कभी-कभी वीर्य के शुक्राणु रहित होने का पता लगाने के लिए एक से अधिक परीक्षण करने पड़ जाते हैं।

### पुरुष नसबंदी स्थायी होती है

- पुरुष नसबंदी जीवन भर के लिए होती है। पुरुष नसबंदी के बाद, आप अब किसी महिला को गर्भवती नहीं कर सकते हैं। अगर आप भविष्य में बच्चे चाहते हैं, तो पुरुष नसबंदी उचित विकल्प नहीं है।
- पुरुष नसबंदी को उलटने के लिए शल्य प्रक्रिया अवश्य मौजूद है; लेकिन यह ऑपरेशन, "वासोवासोस्टॉमी," बहुत खर्चीला होता है और हमेशा काम नहीं करता है। औसतन, वासोवासोस्टॉमी कराने वाले कुल पुरुषों में से आधे ही अपनी पार्टनर को गर्भवती कर पाते हैं।

याद रखें, यह इम्प्लांट आपकी यौन संचरित संक्रमणों या एचआईवी से सुरक्षा नहीं करता है। खुद को सुरक्षित रखने के लिए हमेशा कंडोम का इस्तेमाल करें!



### इसमें जोखिम क्या हैं?

- पुरुष नसबंदी बहुत ही सुरक्षित, कम जोखिम वाली प्रक्रिया है, लेकिन जैसा किसी भी सर्जरी के साथ होता है, इसमें भी कुछ समस्याएँ उत्पन्न हो सकती हैं। इस प्रक्रिया में त्वचा का मामूली रूप से लाल होना आम बात होती है। पुरुष नसबंदी के बाद पहले कुछ दिन खून निकलने की संभावना को कम करने के लिए तंग जांघिया या जॉक स्ट्रैप पहनें।
- अन्य दुर्लभ समस्याएँ इस प्रकार हैं: संक्रमण (बहुत दुर्लभ होता है जिसका एंटीबायोटिक दवाओं से इलाज किया जा सकता है), वास पर सूजन (स्पर्म ग्रैनुलोमा) जिससे बहुत ही दर्द होता है, और वीर्यकोष में रक्तस्राव के कारण खून इकट्ठा होना (स्क्रोटल हिमाटोमा)। इस प्रक्रिया के कई सप्ताह बाद कुछ लोगों को कुछ दिनों तक (लगभग 5%) वीर्यकोष में दर्द होता है। यह इबुप्रोफेन या नेप्रोक्सन के साथ ठीक हो जाता है। लंबे समय तक दर्द बहुत ही कम (लगभग 0.1-1%) होता है। इसके अतिरिक्त, पुरुष नसबंदी के बाद नलियों के आपस में जुड़ने की संभावना बहुत कम होती है।
- पुरुष नसबंदी के बाद गर्भावस्था की संभावना बहुत कम होती है।
- पुरुष नसबंदी के कारण कोई स्वास्थ्य समस्या नहीं होती है।

### प्रक्रिया उपरांत देखभाल:

- पुरुष नसबंदी वाले दिन अपने पैरों को ऊपर कर आराम करें। अगर आप चाहें, तो अगले दिन कुछ हल्का काम कर सकते हैं।
- प्रक्रिया के बाद एक या दो रात आपको दर्द महसूस हो सकता है। बर्फ के सेके और/या दर्द की गोलियाँ आराम दे सकती हैं। पुरुष नसबंदी के बाद पहले कुछ दिन चलने-फिरने और रक्तस्राव के कारण होने वाले दर्द को कम करने के लिए तंग जांघिया या जॉक स्ट्रैप पहनें।
- पुरुष नसबंदी के बाद पहले 3-7 दिनों तक खेलकूद और सेक्स सहित कोई भी काम ज़ोर लगा कर नहीं करें।

### क्या पुरुष नसबंदी आपकी यौन इच्छा में बदलाव लाती है?

- ज्यादातर लोगों की यौन इच्छा में कोई बदलाव नहीं होता है। कुछ लोग पुरुष नसबंदी के बाद अधिक यौन इच्छा महसूस करते हैं।
- पुरुष नसबंदी हार्मोन को प्रभावित नहीं करती है। पुरुष नसबंदी के बाद यौन क्रिया में कोई परिवर्तन नहीं होता है। उत्तेजना, लिंग का खड़ा होना और स्खलन पहले के समान होते हैं बस वीर्य में शुक्राणु नहीं होता है।

### क्या मुझे अपने वीर्य में कोई बदलाव महसूस हो सकता है?

- नहीं। वीर्य में शुक्राणु की मात्रा इतनी थोड़ी होती है कि आपको इसमें कोई परिवर्तन नज़र नहीं आता।
- 95% से भी अधिक वीर्य, वास नलियों की ऊपरी ग्रंथियों, प्रोस्टेट नली और वीर्य नली में बनता है, वीर्यकोष में कुल बनने वाली मात्रा की बहुत कम मात्रा ही बनती है। पुरुष नसबंदी के बाद सूक्ष्म वीर्य विश्लेषण के जरिए ही वीर्य में अंतर बताया जा सकता है।
- पुरुष नसबंदी स्खलन को नहीं रोकती। आपको अपने वीर्य या स्खलन में कोई अंतर नहीं मालूम होगा।

### पुरुष नसबंदी के बाद शुक्राणुओं का क्या होता है?

- आपका शरीर शुक्राणु कोशिकाओं को पुनः अवशोषित कर लेता है।
- हमारा शरीर पुरानी या अप्रयुक्त कोशिकाओं को पुनः प्रयोग करने में सक्षम होता है। उदाहरण के लिए, हमारा शरीर रोज़ नयी रक्त कोशिकाएँ बनाता है और इसमें कभी भी ज़रूरत से ज़्यादा रक्त नहीं होता है। हमारा शरीर बड़ी सरलता से पुरानी लाल रक्त कोशिकाओं को अवशोषित कर लेता है, और उनके प्रोटीन व अन्य भागों को पुनः प्रयोग कर देता है। उसी तरह, शरीर पुरुष नसबंदी के बाद वीर्यकोष द्वारा उत्पादित शुक्राणु को अवशोषित करता है।

### मुझे अपने वीर्य की जांच करवाने के लिए 3 महीने का इंतजार क्यों करना चाहिए?

- आपकी प्रक्रिया को तब तक "सफल" नहीं माना जाता जब तक कि वीर्य की जांच से उसके शुक्राणु रहित होने का पता नहीं चलता।
- वीर्य की जांच पुरुष नसबंदी का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, लेकिन जल्दी-जल्दी नमूने लेने से आप में भय उत्पन्न हो सकता है। शुक्राणु प्रोस्टेट और वीर्य नली में 2-3 महीने तक छिपे रह सकते हैं, इसलिए शुरुआत में शुक्राणु मौजूद हो सकते हैं, भले ही वास नलियाँ सफलतापूर्वक बंद कर दी गई हों। प्रतीक्षा करने से छिपे शुक्राणु बाहर निकल जाते हैं।
- पुरुष नसबंदी के बाद नलियों के आपस में जुड़ने की संभावना बहुत कम होती है। अगर ऐसा कुछ होता है तो तीन महीनों के बाद वीर्य परिक्षण में यह पता लग जाता है। आप घर बैठे नमूना ले सकते हैं।
- अधिकांश लोगों के लिए, वीर्य जांच प्रक्रिया का एक सरल, अंतिम चरण है।