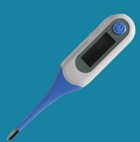
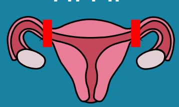
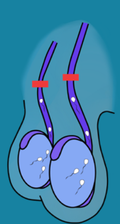
जन्म नियंत्रण का आपका विकल्प

प्रतीक कुंजी: कोई प्रेस्क्रिप्शन ज़रूरी नहीं | HIV/STI से सुरक्षित रखता है | इसमें हार्मोन हैं | कोई हार्मोन नहीं

विधि	इस्तेमाल का तरीका	क्या इससे रक्तस्राव में बदलाव होता है?	जानने योग्य बातें	यह कितनी अच्छी तरह से काम करती है?
आपातकालीन गर्भनिरोधक (EC) गोलियाँ प्रोजेस्टिन EC (Plan B® One-Step और अन्य) और यूलिप्रिस्टल एसिटेट (ella®) हॉर्मोन	बिना सुरक्षा के सेक्स के बाद जितनी जल्दी हो सके EC गोलियाँ लें। आप इसे जितनी जल्दी लेती हैं, यह उतनी ही बेहतरीन काम करेगी। बिना सुरक्षा के सेक्स करने के बाद गोलियाँ 5 दिनों तक काम कर सकती हैं। अगर पैक में 2 गोलियाँ हैं, तो दोनों गोलियाँ एक साथ ले लें।	आपका अगला मासिक रक्तस्राव समय से पहले या देरी से हो सकता है। इसकी वजह से स्पॉटिंग हो सकती है।	• EC गोलियाँ दो प्रकार की हैं। एक गोली में हार्मोन प्रोजेस्टिन मौजूद है और एक में यूलिप्रिस्टाल एसिटेट (UPA) मौजूद है। • आप प्रोजेस्टिन EC को प्रेस्क्रिप्शन के बिना प्राप्त कर सकते हैं। आप UPA को प्रेस्क्रिप्शन होने पर प्राप्त कर सकते हैं। • प्रोजेस्टिन EC, फ़ार्मेसी में, सुविधा स्टोर पर और ऑनलाइन बेची जाती है। कुछ कॉलेज परिसरों और स्वास्थ्य विभागों में ऐसी वेंडिंग मशीनें मौजूद हैं, जिनमें इसकी बिक्री होती है। • इन्हें लेने के बाद 1-2 दिनों तक इसकी वजह से मतली, सिरदर्द, चक्कर, पेट दर्द या छाती/सीने में दर्द हो सकता है। • अगर आपका बॉडी मास इंडेक्स (BMI) 25 से अधिक है, तो प्रोजेस्टिन EC गोलियाँ उतनी अच्छी तरह काम नहीं करती हैं। अगर आपका BMI 30 से ज़्यादा है, तो UPA EC उतनी अच्छी तरह काम नहीं करता है। • यह पक्का करने के लिए कि यह कारगर रहा है, 2-3 हफ़्ते के बाद गर्भावस्था परीक्षण कर सकते हैं।	आप जितनी जल्दी EC की गोलियाँ लेंगे, उतनी ही अच्छी तरह यह कार्य करती हैं।
इम्प्लांट Nexplanon® हॉर्मोन	क्लिनिशियन प्लास्टिक की इस पतली रॉड को ऊपरी बांह की त्वचा के नीचे रख देता है। जब यह आपके पास होती है, तो आपको इसके काम करने के लिए और कुछ भी करने की ज़रूरत नहीं होती। इसे क्लिनिशियन द्वारा ही हटाया जाना ज़रूरी है।	इसकी वजह से बार-बार स्पॉटिंग हो सकती है, जिसका पहले से अनुमान लगाना मुश्किल होता है। मासिक रक्तस्राव लंबे समय तक, कम समय के लिए हो सकता है ,या रुक सकता है। इसकी वजह से खिंचाव हो सकते हैं।	• यह 5 वर्षों तक काम करती है। • आप इसे निकालने के लिए क्लिनिशियन को कभी भी कह सकते हैं। • ज़्यादातर इम्प्लांट दिखाई नहीं देते है, लेकिन अगर इसके ऊपर की त्वचा को स्पर्श करने पर, आपको इसका अनुभव होता है। • इसकी वजह से मनोदशा में बदलाव हो सकते हैं, वज़न बढ़ सकता है, सिरदर्द, मुहाँसे और/या बाँह के ऊपरी हिस्से की त्वचा में बदलाव हो सकते हैं। • इसे निकाल देने के बाद, आप तुरंत गर्भवती हो सकती हैं। • इसमें प्रोजेस्टिन हॉर्मोन होता है।	100 में से 1 से भी कम महिलाएँ गर्भवती होती हैं।
IUD: कॉपर ParaGard® कोई हार्मोन नहीं	यह छोटा T-आकार का डिवाइस क्लिनिशियन द्वारा युटेरस में लगाया जाता है। जब यह आपके पास होती है, तो आपको इसके काम करने के लिए और कुछ भी करने की ज़रूरत नहीं होती। इसे आमतौर पर क्लिनिशियन द्वारा ही निकाला जाता है।	इसकी वजह से ज़्यादा तेज़ खिंचाव हो सकते हैं और बहुत ज़्यादा, लंबे समय तक चलने वाला मासिक रक्तस्राव हो सकता है।	• यह 12 वर्षों तक या उससे ज़्यादा अवधि तक काम करता है। • आप इसे निकालने के लिए क्लिनिशियन को कभी भी कह सकते हैं। कुछ लोग इसे खुद ही निकालना पसंद करते हैं। • आपको अपने अंदर IUD महसूस नहीं होगा। • इसका इस्तेमाल आपातकालीन गर्भनिरोधक के तौर पर किया जा सकता है। • इसे लगाते समय दर्द हो सकता है। इस ज़्यादा सुविधाजनक बनाने के तरीक्कों के बारे में अपने क्लिनिशियन से पूछें। • इसे निकाल देने के बाद, आप तुरंत गर्भवती हो सकती हैं।	100 में से 1 से भी कम महिलाएँ गर्भवती होती हैं।
IUD: हॉर्मोनल Liletta®, Mirena®, Skyla® और अन्य हॉर्मोन	यह छोटा T-आकार का डिवाइस क्लिनिशियन द्वारा युटेरस में लगाया जाता है। जब यह आपके पास होती है, तो आपको इसके काम करने के लिए और कुछ भी करने की ज़रूरत नहीं होती। इसे आमतौर पर क्लिनिशियन द्वारा ही निकाला जाता है।	इसकी वजह से कम मासिक रक्तस्राव, स्पॉटिंग हो सकती है या फिर हो सकता है कि कोई भी मासिक रक्तस्राव न हो। इसकी वजह से खिंचाव हो सकते हैं।	• यह 3 से 8 वर्षों तक काम करता है, जो आपको प्राप्त IUD पर निर्भर करता है। • आप इसे निकालने के लिए क्लिनिशियन को कभी भी कह सकते हैं। कुछ लोग इसे खुद ही निकालना पसंद करते हैं। • आपको अपने अंदर IUD महसूस नहीं होगा। • इनमें से कुछ का इस्तेमाल आपातकालीन गर्भनिरोधक के तौर पर किया जा सकता है। • इसकी वजह से ब्लॉटिंग, मतली, सिरदर्द, या छाती/सीने में दर्द हो सकता है। • इसे लगाते समय दर्द हो सकता है। इस ज़्यादा सुविधाजनक बनाने के तरीक्कों के बारे में अपने क्लिनिशियन से पूछें। • इसे निकाल देने के बाद, आप तुरंत गर्भवती हो सकती हैं। • इसमें प्रोजेस्टिन हॉर्मोन होता है।	100 में से 1 से भी कम महिलाएँ गर्भवती होती हैं।

विधि	इस्तेमाल का तरीका	क्या इससे रक्तस्राव में बदलाव होता है?	जानने योग्य बातें	यह कितनी अच्छी तरह से काम करती है?
बाहरी कंडोम Rx HIV/STI से सुरक्षित रखता है कोई हारमोन नहीं	जब लिंग स्तंभित हो, तब नया कंडोम लगाएँ। जब भी सेक्स करें, तो नए कंडोम का इस्तेमाल करें। अगर लेटेक्स कंडोम से एलर्जिक हैं, तो नॉन-लेटेक्स कंडोम का इस्तेमाल करें।	नहीं	• इसे आप कई स्टोर से खरीद सकते हैं या किसी हेल्थ सेंटर या क्लिनिक से मुफ़्त में प्राप्त कर सकते हैं। • सेक्स प्ले/फ़ोरप्ले के हिस्से के तौर पर लगा सकते हैं। • यह ज़्यादा समय तक सेक्स करने में मदद कर सकता है। • इसका इस्तेमाल ओरल, वैजाइनल और ऐनल सेक्स के लिए किया जा सकता है। • यह सेक्स के दौरान लिंग में संवेदनशीलता को कम कर सकता है। • फट सकता है या फिसल कर उतर सकता है।	100 में से 13 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
आंतरिक कंडोम FC2® HIV/STI से सुरक्षित रखता है कोई हारमोन नहीं	आंतरिक रिंग को पिंच करें और उसे योनि में धकेलें। बाहरी रिंग को योनि से बाहर रखे और जब लिंग प्रवेश करता है, तो उसे उस जगह पर बनाए रखें। हर बार जब आप सेक्स करें, तो नया कंडोम पहनें। ज़रूरत के मुताबिक ल्युब्रिकेशन का इस्तेमाल करें।	नहीं	• प्रेस्क्रिप्शन होने पर ऑनलाइन प्राप्त कर सकते हैं। • प्रेस्क्रिप्शन के बिना किसी हेल्थ सेंटर या क्लिनिक से प्राप्त कर सकते हैं। • सेक्स प्ले/फ़ोरप्ले के हिस्से के तौर पर लगा सकते हैं। • इसका इस्तेमाल ओरल और वैजाइनल सेक्स के लिए किया जा सकता है। • यह वैजाइनल/ऐनल सेक्स का आनंद बढ़ा सकता है और सेक्स के दौरान लिंग के दर्द को कम कर सकता है। • लेटेक्स-फ़्री। • आपको और आपके पार्टनर को सेक्स के दौरान इसका एहसास हो सकता है। • डालना मुश्किल हो सकता है। • सेक्स के दौरान अपनी जगह से फिसल सकता है। • बाहरी कंडोम के साथ इसका इस्तेमाल न करें।	100 में से 21 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
केवल-प्रोजेस्टिन वाली गोलियाँ Slynd, Camila, NorQD, Opill® हॉर्मोन	रोज़ाना एक ही समय पर एक गोली लें। जब गोलियों का आपका पैक समाप्त हो जाए, तो अगले दिन से नया पैक शुरू करें।	इससे मासिक रक्तस्राव ज़्यादा हल्का हो सकता है और इसकी अवधि कम हो सकती है। इसकी वजह से स्पॉटिंग हो सकती है। इसकी वजह से खिंचाव हो सकते हैं।	• Opill ऐसा एकमात्र ब्रांड है, जो प्रेस्क्रिप्शन के बिना उपलब्ध है। आपको यह फ़ार्मेसी में, सुविधा स्टोर पर और ऑनलाइन मिल सकता है। • आपको अन्य ब्रांड प्रेस्क्रिप्शन होने पर प्राप्त हो सकते हैं। • इसकी वजह से मतली और/या छाती/सीने में दर्द हो सकता है। • आप गोली लेना रोकने के तुरंत बाद गर्भवती हो सकती हैं। • इसमें प्रोजेस्टिन हॉर्मोन होता है।	100 में से 7 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
गोली स्प्रिंटेक, ऑर्थो-साइक्लेन, जुनेल FE, एप्री हॉर्मोन	गोली रोज़ाना लें। जब गोलियों का आपका पैक समाप्त हो जाए, तो अगले दिन से नया पैक शुरू करें।	इससे मासिक रक्तस्राव ज़्यादा नियमित, हल्का और कम अवधि के लिए हो सकता है। इसकी वजह से स्पॉटिंग हो सकती है। इसकी वजह से खिंचाव हो सकते हैं।	• आप इसे प्रेस्क्रिप्शन होने पर प्राप्त कर सकते हैं। • इससे मुहांसों में मदद मिल सकती है। • आप गोली लेना रोकने के तुरंत बाद गर्भवती हो सकती हैं। • इसकी वजह से मतली और/या छाती/सीने में दर्द हो सकता है। • ब्रांड में बदलाव करके कुछ दुष्प्रभावों में सुधार हो सकता है। • इसमें एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टिन हार्मोन शामिल हैं।	100 में से 7 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
डायफ़्राम Caya® और Milex® कोई हारमोन नहीं	हर बार जब आप सेक्स करें, तो योनि में सिलिकॉन कप लगाएँ। सेक्स के बाद 6 घंटे तक इसे अंदर ही छोड़ें। यह सर्विक्स के नज़दीक स्पर्मिसाइड को बनाए रखता है और स्पर्म को अंडज तक पहुंचने से रोकता है। हमेशा इसका इस्तेमाल स्पर्मिसाइड के साथ करें।	नहीं	• 2 वर्षों तक बना रहता है। • आप इसे प्रेस्क्रिप्शन होने पर प्राप्त कर सकते हैं। • Caya® डायफ़्राम एक ही साइज़ में आता है। क्लिनिशियन आपके लिए Milex® डायफ़्राम फ़िट करेगा। • अगर आपको योनि का संक्रमण है, तो इसका इस्तेमाल न करें। • कुछ महिलाओं को इससे योनि या मूत्र मार्ग में जलन हो सकती है या इसके इस्तेमाल के बाद ब्लैडर के संक्रमण हो सकते हैं। • स्पर्मिसाइड का इस्तेमाल करने से HIV होने का जोखिम बढ़ सकता है।	100 में से 17 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।

विधि	इस्तेमाल का तरीका	क्या इससे रक्तस्राव में बदलाव होता है?	जानने योग्य बातें	यह कितनी अच्छी तरह से काम करती है?
निकालना; खींच कर बाहर निकालना	स्खलन (यानि आने से पहले) के पहले लिंग को योनि से बाहर निकालना।	नहीं	• कोई लागत नहीं होती। • कुछ लोगों को कम आनंद आता है। • अगर लिंग को समय पर बाहर न निकाला जाए, तो यह कारगर नहीं होता है। • सेक्स को बाधित करना आवश्यक होता है।	100 में से 20 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
पैच Xulane® (ज़ेफ़ेमी), ट्विरला 	तीन हफ़्तों तक हफ़्ते में एक बार एक नया पैच लगाएँ। चौथे हफ़्ते में कोई पैच न लगाएँ। अपनी बांह के ऊपरी बाहरी हिस्से में, पेट पर, कूल्हे पर या पिछले भाग में पैच को कहीं भी लगाएँ।	इससे मासिक रक्तस्राव ज़्यादा नियमित, हल्का और कम अवधि के लिए हो सकता है। इसकी वजह से स्पॉटिंग हो सकती है। इसकी वजह से खिंचाव हो सकते हैं।	• आप इसे प्रेस्क्रिप्शन होने पर प्राप्त कर सकते हैं। • इससे मुहांसों में मदद मिल सकती है। • इससे पैच के नीचे की त्वचा में ज्वलन हो सकती है। • इसकी वजह से मतली और/या छाती/सीने में दर्द हो सकता है। • इसका इस्तेमाल बच्चे को जन्म देने के पहले 3-6 हफ़्तों के दौरान न करें। • आप पैच को रोकने के तुरंत बाद गर्भवती हो सकती हैं। • इसमें एस्ट्रोजन और प्रॉजेस्टिन हार्मोन शामिल हैं।	100 में से 7 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
प्रजनन क्षमता के बारे में जानकारी प्राकृतिक परिवार नियोजन; 	इसके द्वारा गर्भधारण योग्य दिनों का अनुमान लगाएँ (वे दिन जब आपके गर्भवती होने की सबसे ज़्यादा संभावना है): रोज़ाना तापमान की जांच करना, बदलाव के लिए योनि के म्यूकस की जांच करना, अपने मासिक रक्तस्राव को ट्रैक करना या घर पर ही यूरिन हार्मोन परीक्षण करना। गर्भधारण योग्य दिनों में लिंग के योनि में प्रवेश से जुड़े सेक्स से बचें या कंडोम का इस्तेमाल करें।	नहीं	• इससे गर्भवती होने से या उसे आज़माने से बचने में मदद मिल सकती है । • अगर आपके चक्र नियमित हैं, तो यह सबसे अच्छी तरह काम करता है। • ऐसे कई ऐप्स मौजूद हैं, जिनसे आपको इन विधियों का इस्तेमाल करने में मदद मिल सकती है। • अगर आप इनमें से एक से ज़्यादा तरीकों का इस्तेमाल करते हैं, तो यह सबसे ज़्यादा अच्छी तरह काम करते हैं: o तापमान विधि: विशेष थर्मोमीटर (जिसे बेसल बॉडी टेम्परेचर थर्मोमीटर कहा जाता है) का इस्तेमाल करें और सुबह सबसे पहले तापमान मापें। आप यह थर्मामीटर कई स्टोर से या फिर ऑनलाइन खरीद सकते हैं। o यूरिन हॉर्मोन परीक्षण: सुबह सबसे पहले तापमान मापें। आप परीक्षण स्ट्रिप्स कई स्टोर पर या ऑनलाइन खरीद सकते हैं। o वैजाइनल म्यूकस: आपको रोज़ाना म्यूकस को देखना या महसूस करना होगा।	इनमें से कुछ तरीके दूसरों के मुकाबले बेहतर काम करते हैं। 100 में से 2-34 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
Phexxi 	हर बार जब भी आप सेक्स करें, एप्लिकेटर का इस्तेमाल करके जैल को टेम्पॉन की तरह योनि में गहराई तक डालें।	नहीं	• तुरंत काम करता है और 1 घंटे तक चलता है। • आप इसे प्रेस्क्रिप्शन होने पर प्राप्त कर सकते हैं। • सेक्स प्ले/फ़ोरप्ले के हिस्से के तौर पर लगा सकते हैं। • इससे योनि या लिंग में ज्वलन हो सकती है। • अगर आपको बहुत से योनि संक्रमण हों, मूत्र मार्ग के संक्रमण हों या मूत्र संबंधी अन्य समस्याएँ हों, तो इसका इस्तेमाल न करें।	100 में से 14 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
रिंग ANNOVERA® NuvaRing® 	रिंग को योनि में लगाएँ। **मासिक रिंग (NuvaRing):** इसे हर माह बदलें। रिंग को योनि में 3 हफ़्तों के लिए (21 दिन) छोड़ दें। इसके बाद इसे 1 हफ़्ते (7 दिनों) के लिए लें। **वार्षिक रिंग (ANNOVERA):** इसे हर वर्ष बदलें।	इससे मासिक रक्तस्राव ज़्यादा नियमित, हल्का और कम अवधि के लिए हो सकता है। इसकी वजह से स्पॉटिंग हो सकती है। इसकी वजह से खिंचाव हो सकते हैं।	• इसके 2 प्रकार हैं: मासिक रिंग और वार्षिक रिंग। • आप इसे प्रेस्क्रिप्शन होने पर प्राप्त कर सकते हैं। • एक साइज़ सभी के लिए फ़िट होती है। • इससे मुहांसों में मदद मिल सकती है। • इसकी वजह से मतली और/या छाती/सीने में दर्द हो सकता है। • यह सेक्स के दौरान या आपके द्वारा बाथरूम के इस्तेमाल के दौरान फ़िसल सकती है। • NuvaRing को रेफ़्रिजरेटर में रखा जाना ज़रूरी है। • आप रिंग का इस्तेमाल रोकने के तुरंत बाद गर्भवती हो सकती हैं। • इसमें एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टिन हार्मोन शामिल हैं।	100 में से 7 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।

विधि	इस्तेमाल का तरीका	क्या इससे रक्तस्राव में बदलाव होता है?	जानने योग्य बातें	यह कितनी अच्छी तरह से काम करती है?
शॉट Depo-Provera® हॉर्मोन	हर 3 महीनों (13 हफ़्ते) में एक शॉट लें। खुद ही शॉट लें या इसे किसी हेल्थ सेंटर या क्लिनिक में लगवाएँ।	इसकी वजह से स्पॉटिंग हो सकती है, हो सकता है कि आपको बिल्कुल भी रक्तस्राव न हो, या लंबी अवधि के लिए रक्तस्राव हो। शॉट लेना रोक देने के बाद आपको सामान्य स्थिति में वापस आने में डेढ़ वर्ष तक का समय लग सकता है। इसकी वजह से खिंचाव हो सकते हैं।	• हर एक शॉट 15 हफ़्तों तक कारगर रहता है। • इससे PMS के लक्षणों में सुधार हो सकता है। • इसकी वजह से वज़न में बढ़ोतरी, ब्लॉटिंग, सिरदर्द और/या मनोदशा में बदलाव हो सकते हैं। • शॉट लेने के दौरान हड्डियाँ थोड़ी पतली हो सकती हैं। जब आप शॉट लेना रोक देते हैं, तो यह वापस सामान्य हो जाती हैं। • आपके द्वारा शॉट लेना रोक देने के बाद गर्भवती होने में कई महीने लग सकते हैं। • इसमें प्रोजेस्टिन हॉर्मोन होता है।	100 में से 4 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
स्पर्मिसाइड क्रीम, जेल, स्पॉन्ज, फ़ोम, इंसर्ट, फ़िल्म कोई हारमोन नहीं	जब भी आप सेक्स करें, तो स्पर्मिसाइड को योनि में गहराई तक डालें।	नहीं	• 30 मिनट तक बना रहता है। • कुछ प्रकार तुरंत काम करते हैं, अन्य प्रकार 10 मिनट के बाद काम करना शुरू करते हैं। • इन्हें कई स्टोर्स पर खरीदा जा सकता है। • सेक्स प्ले/फ़ोरप्ले के हिस्से के तौर पर डाल सकते हैं • यह कई स्वरूपों में आता है: क्रीम, जैल, स्पॉन्ज, फ़ोम, इंसर्ट्स, फ़िल्म। • इससे योनि या लिंग में ज्वलन हो सकती है। ब्रांड में बदलाव करने से मदद मिल सकती है। • यह परेशानी भरा हो सकता है। • इसका अक्सर इस्तेमाल करने से HIV होने का जोखिम बढ़ सकता है।	100 में से 28 महिलाएँ गर्भवती हो जाती हैं।
विसंक्रमण: ट्यूबल विधियाँ  कोई हारमोन नहीं	इन विधियों में फ़ैलोपियन ट्यूब को अवरुद्ध करने या काटने की प्रक्रिया शामिल होती है, ताकि अंडे, शुक्राणुयों से न मिल सकें। इस प्रक्रिया के दौरान, क्लिनिशियन आपके पेट के ज़रिए ट्यूब को एक्सेस करते हैं।	नहीं	• स्थायी • इसे ऑपरेटिंग रूम में किया जाना आवश्यक है। • तुरंत काम करता है। • इस प्रक्रिया के दौरान, क्लिनिशियन यह काम कर सकता है: ट्यूब्स पर बैंड य आ क्लिप लगाना, ट्यूब्स के सिरों को सील करने के लिए ऊष्मा का इस्तेमाल करना, हर एक ट्यूब से एक टुकड़े को निकालना या ट्यूब्स को पूरी तरह से निकाल देना। • इसे पहले जैसा करना बहुत मुश्किल है। कुछ प्रक्रियाओं को फिर से पहले जैसा नहीं किया जा सकता है। • इसकी वजह से प्रक्रिया के बाद होने वाला दर्द हो सकता है और इससे रिकवर होने में कुछ वक्त लगता है। • इससे बहुत कम होने वाली जटिलताओं में संक्रमण, रक्तस्राव, दर्द और एनेस्थेसिया से प्रतिक्रिया होना शामिल हैं।	100 में से 1 से भी कम महिलाएँ गर्भवती होती हैं।
विसंक्रमण: वेसेक्टोमी  कोई हारमोन नहीं	इस विधि में एक प्रक्रिया शामिल है, जिसमें क्लिनिशियन उस क्रोटम में ट्यूब को काट देता है, जिससे होकर शुक्राणु आगे बढ़ते हैं। इससे शुक्राणु का वीर्यकोष को छोड़ कर आगे बढ़ना रुक जाता है।	नहीं	• स्थायी • इसे क्लिनिशियन के कार्यालय में किया जा सकता है। • इसे काम करने में 3 महीने का समय लगता है। • यह ट्यूबल विधियों की तुलना में ज़्यादा प्रभावी, सुरक्षित, और सस्ता है। • इसके लिए किसी भी सामान्य एनेस्थिसिया की ज़रूरत नहीं होती है। • इसे वापस पहले जैसा करना मुश्किल होता है और यह हमेशा काम नहीं करता है। • इसकी वजह से प्रक्रिया के बाद होने वाला दर्द और खरोंच आ सकती है और इससे रिकवर होने में एक या दो दिन लगते हैं। • इससे बहुत कम होने वाली जटिलताओं में संक्रमण, ठीक न होने वाला दर्द और रक्तस्राव शामिल हैं। • वेसेक्टोमी के लिए किसी प्रशिक्षित क्लिनिशियन के पास जाना आवश्यक है।	100 में से 1 से भी कम महिला गर्भवती होती है।