ස්ථිර පවුල් සැලසුම් ක්‍රම

ස්ත්‍රී පවුල් සැලසුම් ස්ථිර සැත්කම

උදරයේ පහළ කොටසෙහි ඉතා කුඩා කැපුමක් තුළින් පැලෝපීය නාල අවහිර කරනු ලැබේ

වාසි

- ස්ථිර ක්‍රමයක් වන බැවින් පවුල් සැලසුම් ක්‍රම ගැන නැවත නැවත සිතීම අවශ්‍ය නොවේ

අවාසි

- ස්ථිර පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් වන බැවින් නැවත දරුඵල ලබා ගැනීමට නොහැකිය

සාර්ථකත්වය

- 99.5% කි

පුරුෂ පවුල් සැලසුම් ස්ථිර සැත්කම (වාසෙක්ටමි)

වෘෂණවල සිට ශුක්‍රාණු ගෙන යන ශුක්‍ර නාල අවහිර කිරීම මඟින් සිදු කරන ස්ථිර පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයකි

වාසි

- ස්ථිර ක්‍රමයක් බැවින් පවුල් සැලසුම් ක්‍රම ගැන නැවත නැවත සිතීම අවශ්‍ය නොවේ
- මෙය සුළු සැත්කමක් වන නිසා දෛනික ජීවිතයේදී බාධාවක් ඇති නොවේ

අවාසි

- සැත්කමින් පසු මාස 3 ක පමණ කාලයක් වෙනත් ක්‍රමයක් භාවිතා කළ යුතුය

  උදා: රබර් කොපු, නික්ෂේපණය, ගිලින පෙති
- ස්ථිර පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් වන බැවින් නැවත දරුඵල ලබා ගැනීමට නොහැකිය

සාර්ථකත්වය

- 99.9% කි

පුරුෂ තාවකාලික පවුල් සැලසුම් ක්‍රම

රබර් කොපුව (කොන්ඩමය)

පුරුෂයාගේ ශිෂ්ණය සම්පූර්ණයෙන් වැසෙන සේ පළඳින තුනී රබර් කොපුවකි

වාසි

- දරුඵල නැවත ලබා ගැනීමේ ප්‍රමාදයක් නැත
- ඒඩ්ස් ඇතුළු ලිංගාශ්‍රිතව බෝවන රෝග ද වළක්වා ගැනීමට උපකාර වේ

අවාසි

- නිසි ලෙස භාවිතා නොකළහොත් ගැබ් ගැනීමකට සැලකිය යුතු අවදානමක් ඇත

සාර්ථකත්වය

- නිවැරදි භාවිතයේ දී 98% කි

වැඩිදුර උපදෙස් සඳහා හමුවන්න

- සෞඛ්‍ය වෛද්‍ය නිළධාරීන්
- වෛද්‍ය නිළධාරීන්
- ලියාපදිංචි වෛද්‍ය නිළධාරීන්
- මහජන සෞඛ්‍ය හෙද සොහොයුරියන්
- පවුල් සෞඛ්‍ය සේවා නිළධාරිනියන්
- මහජන සෞඛ්‍ය පරීක්ෂකවරුන්

සුවසැරිය ✆ 1999

සෞඛ්‍ය අමාත්‍යාංශයේ, පවුල් සෞඛ්‍ය කාර්යාංශයේ
සහ සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන කාර්යාංශයේ ප්‍රකාශනයකි

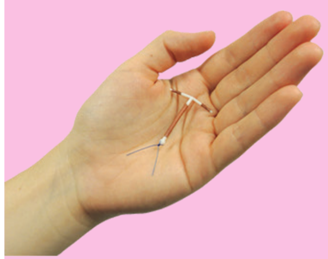
නිසි කල රිසි ලෙස
දරු සම්පත

ප්‍රීතිමත්
යුග දිවියක් උදෙසා...

පවුල් සැලසුම් ක්‍රම

කාන්තාවන් සඳහා තාවකාලික පවුල් සැලසුම් ක්‍රම

අන්තඃ ගර්භාෂ තැන්පතුව



ස්ත්‍රියකගේ ගර්භාෂයේ තැන්පත් කරන T හැඩති තඹ අඩංගු කුඩා ප්ලාස්ටික් නිපැයුමකි

වාසි

- දිගු කාලයක් එනම් අවු. 10 ක් දක්වා අනවශ්‍ය ගැබ් ගැනීම් වළක්වයි
- දරුවකු අවශ්‍ය වූ ඕනෑම අවස්ථාවක දී මෙය ඉවත් කරවා ගැනීමෙන් පසු, දරුඵල නැවත ලබා ගැනීමට ප්‍රමාදයක් ඇති නොවේ

සාර්ථකත්වය

- නිවැරදි භාවිතයේ දී 99.4% කි

ගිලින පෙති

ස්ත්‍රී හෝමෝන (ඊස්ට්‍රජන් සහ ප්‍රොජෙස්ටරෝන්) වලට සමාන සංයෝග අඩංගු දිනපතා ගත යුතු ගිලින පෙති වර්ගයකි

වාසි

- දරුවකු අවශ්‍ය වූ ඕනෑම අවස්ථාවක දී පෙති ගැනීම නතර කිරීමෙන් පසු දරුඵල නැවත ලබා ගැනීමට ප්‍රමාදයක් ඇති නොවේ
- අක්‍රමවත් ඔසප් චක්‍ර ක්‍රමවත් කිරීමට උපකාරී වේ

අවාසි

- දිනපතා නොගැනීම නිසා ගැබ් ගැනීමක් සිදුවිය හැකිය

සාර්ථකත්වය

- නිවැරදි භාවිතයේ දී 99.7% කි

නික්ෂේපණය (DMPA)

ප්‍රොජෙස්ටජන් නම් ස්ත්‍රී හෝමෝනයට සමාන සංයෝගයක් අඩංගු නික්ෂේපණයකි

වාසි

- මෙම නික්ෂේපණය ලබාගත යුත්තේ මාස 3කට වරකි

අවාසි

- නැවත ගැබ්ගැනීම සඳහා නික්ෂේපණය නැවැත්වීමෙන් පසු අනෙකුත් ක්‍රම වලට සාපේක්ෂව මාස 4 ක පමණ කාලයක් ගත විය හැකිය

සාර්ථකත්වය

- නිවැරදි භාවිතයේ දී 99.8% කි

හෝමෝන කරල් තැන්පතුව

- ස්ත්‍රියකගේ උඩු බාහුවේ තැන්පත් කරන කරල් විශේෂයකි
- ප්‍රොජෙස්ටජන් නම් ස්ත්‍රී හෝමෝනයට සමාන සංයෝගයක් අඩංගු වේ

වාසි

- දිගු කාලයක් (කරල් 2 තැන්පතුවක් නම් වසර 5ක් දක්වාද, කරල් 1 තැන්පතුවක් නම් වසර 3ක් දක්වාද) අනවශ්‍ය ගැබ් ගැනීම් වලින් වළක්වයි
- දරුවකු අවශ්‍ය වූ ඕනෑම අවස්ථාවකදී කරල් ඉවත් කරවා ගැනීමෙන් පසු දරුඵල නැවත ලබා ගැනීමට ප්‍රමාදයක් ඇති නොවේ

අවාසි

- ඇතැම් අවස්ථාවල ඔසප් වීමේ අක්‍රමිකතා ඇතිවිය හැක

සාර්ථකත්වය

- නිවැරදි භාවිතයේ දී 99.9% කි

බලාපොරොත්තු නොවූ ලිංගික ඇසුරකදී හදිසි පවුල් සැලසුම් ක්‍රමයක් ලෙස අන්තඃ ගර්භාෂ තැන්පතුව හෝ පසු සංවාස හදිසි පෙති ලබා ගත හැකිය.