

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



डेपो कैसे काम करता है?

- डेपो में आपके शरीर में बनने वाले हार्मोन की तरह ही एक हार्मोन होता है। यह हार्मोन आपके अंडाशय को अंडे स्रावित करने से रोकते हैं। अंडों के बिना, आप गर्भवती नहीं होतीं।
- गर्भ निरोध की कोई विधि 100% प्रभावी नहीं है। यदि आप अपने सभी इंजेक्शन्स समय पर लेती हैं, डेपो 96% प्रभावी है।

मैं डेपो का प्रयोग कैसे करूँ?

- डेपो का इंजेक्शन आपके हाथ या नितंबों में लगाया जाता है।
- डेपो के अपने पहले इंजेक्शन के बाद 7 दिन तक बैक-अप के तौर पर कंडोम का प्रयोग करें।
- आपको हर 3 महीने (हर 13 सप्ताह) में एक इंजेक्शन लगवाना होगा।

अगर मैं अगला इंजेक्शन लेने में देर कर दूँ तो?

- अगर आप हर 13 सप्ताह नया इंजेक्शन लेती हैं तो डेपो बेहतरीन काम करता है।
- अगर आपने इंजेक्शन लेने में 2 सप्ताह से ज्यादा की देर कर दी है तो आपको इंजेक्शन लगवाने से पहले गर्भावस्था जाँच कराना चाहिए। आपको अगले 7 दिनों के लिए कंडोम का इस्तेमाल करना चाहिए।

यदि मैं देर से इंजेक्शन ले रही हूँ और मैंने असुरक्षित यौन संबंध बनाए थे तो क्या होगा?

- यदि आपने आखिरी इंजेक्शन 15 सप्ताह से अधिक समय के पहले लगवाया है तो असुरक्षित यौन संबंध के तुरंत बाद आपातकालीन गर्भनिरोधक लें। आपातकालीन गर्भनिरोधक यौन संबंध के 5 दिन बाद तक गर्भावस्था रोक सकते हैं, इसे जितनी जल्दी लें उतना अधिक कारगर है।

डेपो कैसे मेरी मदद करता है?

- डेपो सुरक्षित और प्रभावी है। यह 3 महीने तक आप को गर्भवती होने से रोकता है।
- टेस्टोस्टेरोन लेने वाले कुछ लोग उन विधियों का उपयोग न करना पसंद करते हैं जिनमें एस्ट्रोजन होता है, और डेपो में केवल प्रोजेस्टिन हार्मोन होता है।
- इंजेक्शन गर्भाशय के कैंसर का खतरा कम करता है।
- यह डेपो लेने के दौरान स्तनपान कराना पूरी तरह सुरक्षित है।

मुझे डेपो लगवाकर कैसा लगेगा?

- मासिक धर्म के बीच भी आपको हल्की मात्रा में रक्तस्राव हो सकता है। आपको वजन बढ़ने, सूजन, सिर दर्द और/या मनोदशा में बदलाव की समस्या हो सकती है। किसी भी साइड इफेक्ट के इलाज के बारे में अपने क्लीनिशियन से बात करें।
- पहले 2-3 इंजेक्शन्स के बाद, आपका मासिक धर्म पूरी तरह से बंद हो सकता है। यह सामान्य है।
- डेपो लेने के दौरान आपकी हड्डियों को थोड़ी कमजोर हो सकती हैं। इंजेक्शन लेना बंद करने के बाद हड्डियों की शक्ति सामान्य हो जाती है।
- डेपो लेना बंद करने के बाद, आपकी प्रजनन क्षमता सामान्य होने में कुछ महीने लगते हैं। इसका मतलब यह है कि यह आप गर्भवती होने में कुछ समय लग सकता है (अगर आप कोशिश करती हैं) - लेकिन अगर आप गर्भवती नहीं होना चाहती तो आपको डेपो के बाद गर्भ निरोध का कोई और उपाय अपनाना होगा।

डेपो में जोखिम है?

- यह इंजेक्शन बहुत सुरक्षित है। गंभीर समस्याएँ होने की संभावना बहुत कम है। अगर आपको नीचे दिए गए लक्षणों में से कुछ हो तो अपने क्लीनिशियन को कॉल करें:
 - तेज़ सिर दर्द
 - अत्यधिक खून निकलना
- आपका क्लीनिशियन यह जानने में मदद कर सकता है कि क्या ये किसी गंभीर समस्या के लक्षण हैं।

