

Tandaan, ang Depo ay **hindi isang proteksyon laban sa Sexually Transmitted Infections o HIV.** Laging gumamit ng kondom upang mapangalagaan ang iyong sarili!



PAANO GUMAGANA ANG DEPO?

- Ang Depo ay naglalaman ng hormon na katulad ng ginagawa ng iyong katawan. Ang hormon na ito ay pumipigil sa pagpapakawala ng mga itlog ng iyong mga obaryo. Kung wala ang itlog, hindi ka maaaring mabuntis.
- Walang pamamaraan ng pagkontrol sa panganganak ang 100% na epektibo. Kung laging nasa tamang araw ang pagtanggap ng ineksyon, ang Depo ay 99% na epektibo. Kung ikaw ay nahuli sa pagpapa-ineksyon, ang Depo ay 91% na epektibo.

PAANO KO GAMITIN ANG DEPO?

- Magpa-ineksyon ng Depo sa braso o sa puwitan.
- **Gumamit ng kondom sa unang 7 araw bilang panigurado** pagkatapos ng iyong unang ineksyon ng Depo.
- Dapat magpa-ineksyon ng Depo kada ika-tatlong buwan (kada ika-labing-dalawang linggo).

PAANO KUNG NAHULI AKO SA KASUNOD NA INEKSYON?

- Ang Depo ay pinaka epektibo kung ikaw ay nagpapa-ineksyon kada ika-labing-dalawang linggo.
- Kung ikaw ay huli ng apat na linggo sa iyong ineksyon, dapat na sumailalim ka sa pagsubok ng pagbubuntis bago ang susunod na ineksyon. Dapat din na **gumamit ng kondom sa susunod na 7 araw.**

PAANO KUNG NAHULI AKO SA PAGPAPA-INEKSYON AT NAKIPAGTALIK NG WALANG PROTEKSYON?

- Kung ang huling ineksyon ay lagpas sa mahigpit na labing-anim na linggo, uminom ng Emergency Contraception (EC) pagkatapos makipagtalik ng walang proteksyon. Ang EC ay nakakapagpigil ng pagbubuntis nang hanggang 5 araw pagkatapos ng pakikipagtalik at ito ay mas mabisa kung kaagad iinumina.

PAANO MAKAKATULONG SA AKIN ANG DEPO?

- Ang Depo ay ligtas at epektibo. Ito ay nakakapagpapigil ng pagbubuntis sa loob ng tatlong buwan.
- Ito ay nakakapagpapababa ng panganib ng kanser sa bahay-bata.
- Lightas magpasuso ng bata habang gumagamit ng Depo.

ANO ANG AKING MARARAMDAMAN HABANG GUMAGAMIT NG DEPO?

- Malamang na ikaw ay makakaranas ng spotting sa pagitan ng siklo ng iyong buwanang-dalaw. Maaari kang makaranas ng pagdadagdag-timbang, pamamaga ng tiyan, sakit ng ulo o hindi kaya ay pabago-bago ng lagay ng loob. Kausapin ang tagapangalaga ng iyong kalusugan tungkol sa paggamot ng mga nasabing epekto ng Depo.
- Pagkaraan ng iyong ikalawa o ikatlong ineksyon, maaaring wala kang buwanang-dalaw. Ito ay karaniwan.
- Ang iyong mga buto ay maaaring maging mahina habang ikaw ay gumagamit ng Depo. Manunumbalik ang lakas ng iyong buto kapag inihinto ang paggamit nito.
- Aabutin ng ilang buwan bago manumbalik sa karaniwan ang iyong pagiging mabunga o fertile pagkatapos mo itigil ang paggamit ng Depo. Ibig sabihin nito ay maaaring maging matagal bago ka mabuntis (kahit na iyong sinusubukan). Kung ayaw mong mabuntis, kinakailangan mong gumamit ng bagong pamamaraan ng pagkontrol sa panganganak pagkatapos mo itigil ang paggamit ng Depo.

MAY MGA PANGANIB BA ANG DEPO?

- Ang ineksyon ay napakaligtas. Bihira ang pagkakaroon ng mga malulubhang problema. Kung ikaw ay nakakaranas ng mga sumusunod na simtomas, mabuting tawagan ang iyong doktor:
 - Matinding sakit ng ulo
 - Matinding pagdurugo
- Ang tagapangalaga ng iyong kalusugan ay makakatulong sa pagklasipika kung ang mga simtomas na ito ay tanda ng malubhang problema.

