

# জন্ম নিয়ন্ত্রণ কীভাবে আমার মাসিকের পরিবর্তন ঘটাবে?

কোন পরিবর্তন নয়



পুলিং আউট



ডায়াক্রাম



ফাটিলিটি সচেতনতা



কনডম



স্টেরিলাইজেশন



হালকাতর, স্বল্পসাময়িক বেশ  
নিয়মিত মাসিক



পিল



প্যাচ



রিং

স্পটিং অথবা অনিয়মিত মাসিক, অথবা  
মাসিক বন্ধ হয়ে যেতে পারে।



ইমপ্ল্যান্ট(নেসপ্ল্যানন)



স্কাইলা আইইউডি



মিরেনা আইইউডি



শট (ডিপো)

প্রতি মাসে ভারী মাসিক, বেশি ব্যথা



প্যারাগার্ড আইইউডি

# জন্ম নিয়ন্ত্রণ সংক্রান্ত ভুল কত ঘন ঘন ঘটে?

প্রায় একেবারেই না



প্যারাগার্ড আইইউডি

ইমপ্ল্যান্ট(নেসপ্ল্যানন)

স্কাইলা আইইউডি

মিরেনা আইইউডি

Sterilization

ঘন ঘন নয়



পিল

প্যাচ

রিং

শট (ডিপো)

কখনো কখনো একবার



কনডম

কিছু কিছু সময়



পুলিং আউট

ডায়াক্রাম

ফাটিলিটি সচেতনতা

# আমি কি ভাবে জন্ম নিয়ন্ত্রণ করব?

আপনি প্রতিবারই ব্যবহার করবেন



পুলিং আউট



ডায়াফ্রাম



ফার্টিলিটি সচেতনতা



কনডম

আপনি থাকেন বা পরবেন।



পিল  
প্রতি দিন



প্যাচ  
প্রতি সপ্তাহ



রিং  
প্রতি মাস

আবার নেওয়ার জন্য আপনি  
সেন্টারে আসবেন



শট (ডিপো)  
প্রতি ৩ মাসে

আপনার ডাক্তার আপনার জন্য করে দবে।



প্যারাগার্ড আইইউডি  
১২ বছর



ইমপ্ল্যান্ট(নেক্সপ্ল্যানন)  
৪ বছর



স্কাইলা আইইউডি  
৩ বছর



মিরেনা আইইউডি  
৭ বছর



স্টেরিলাইজেশন