

জন্ম নিয়ন্ত্রণ সম্পর্ক প্রকৃত তথ্য

ভুল ধারণা: জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি ব্যবহার করলে আমাকে কনডম ব্যবহার করতে হবে না।

প্রকৃত তথ্য: এইচআইভি এবং যৌনবাহিত রোগ থেকে নিজেকে সুরক্ষার একমাত্র উপায় হচ্ছে কনডম। সিএইচএন থেকে বিনামূল্যে

ভুল ধারণা: জন্ম নিয়ন্ত্রণ আমার মাসিককে ভারী করে তুলবে এবং ব্যথা আরো শোচনীয় করবে।

প্রকৃত তথ্য: জন্ম নিয়ন্ত্রণ আপনার মাসিককে বিভিন্ন ভাবে প্রভাবিত করতে পারে। কিছু কিছু ধরনের জন্ম নিয়ন্ত্রণ আপনার মাসিক অনিয়মিত করতে পারে বা স্রাবের কারণ হতে পারে। আবার কিছু কিছু পদ্ধতি মাসিককে স্বল্পমেয়াদি, হালকা এবং কম ব্যথার কারণ হতে পারে। কোন জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিটি আপনার জন্য সঠিক হবে তা জানার জন্য আপনার ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।

ভুল ধারণা: জন্ম নিয়ন্ত্রণ স্বাভাবিক বা স্বাস্থ্যকর নয়। এটি আমার হরমোনের ক্ষতি করবে।

প্রকৃত তথ্য: হরমোনসহ জন্ম নিয়ন্ত্রণ খুবই নিরাপদ। জন্ম নিয়ন্ত্রণে এমন হরমোন রয়েছে যা আপনার দেহ ইতোমধ্যে তৈরী করে যাচ্ছে। হরমোন গ্রহণে যদি আপনার অসুবিধা থাকে, জন্ম নিয়ন্ত্রণে এমন পদ্ধতি রয়েছে যেখানে হরমোনের বিষয় নেই।

ভুল ধারণা: জন্ম নিয়ন্ত্রণের কারণে আমার ওজন বেড়ে যাবে।

প্রকৃত তথ্য: বেশির ভাগ জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতিতে ওজন বৃদ্ধি পায় না। জন্ম নিয়ন্ত্রণের কারণে ওজন বেড়ে যাওয়ার বিষয়ে উদ্বিগ্ন থাকলে আপনার ডাক্তারের সাথে কথা বলুন।



জন্ম
নিয়ন্ত্রণ
সম্পর্কে
আরো
জানার জন্য
আপনার
সিএইচএন
ডাক্তার বা
হেলথ

এডুকেটরের
সাথে কথা
বলুন।

জন্ম নিয়ন্ত্রণ সম্পর্ক প্রকৃত তথ্য



ভুল ধারণা: আমি আমার জন্ম নিয়ন্ত্রণের কথা ভুলে গেলে বা কোন ভুল কলে, অরক্ষিত যৌনমিলনের পর গর্ভধারণের বিষয়ে আমার আর কিছু করার নেই।

প্রকৃত তথ্য: জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি গ্রহণ বা ব্যবহারে আপনার অসুবিধা হলে, আপনি সিএইচএন-এ প্ল্যান B পাবেন। প্ল্যান B হচ্ছে একটি বড়ি যেটি যৌন মিলনের পর ৫ দিন পর্যন্ত গর্ভধারণ প্রতিরোধ করে।

ভুল ধারণা: প্রতি মাসে আমার মাসিক হওয়ার কথা।

প্রকৃত তথ্য: আপনি যখন জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি গ্রহণ করেন তখন নিয়মিত মাসিকের প্রয়োজনীয়তা নেই। কিছু কিছু জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি আপনার জরায়ুকে বাড়তি লাইনিং তৈরী করা থেকে বিরত রাখে। মাসিকের সময় এই বাড়তি লাইনিং আপনার দেহ থেকে বের হয়ে যায়। যেহেতু আপনার দেহ বাড়তি লাইনিং তৈরী করছে না, আপনার মাসিকের প্রয়োজন নেই।

ভুল ধারণা: জন্ম নিয়ন্ত্রণ আমার জীবনে পরবর্তীতে গর্ভবর্তী হওয়া কষ্টসাধ্য করে তুলবে।

প্রকৃত তথ্য: জন্ম নিয়ন্ত্রণ ভবিষ্যতে আমার গর্ভবর্তী হওয়ার সক্ষমতাকে ক্ষতিগ্রস্ত করবে না। আপনি জন্ম নিয়ন্ত্রণ বন্ধ করলে, আপনার দেহ ঠিক আগের অবস্থায় ফিরে আসবে।

জন্ম নিয়ন্ত্রণ সম্পর্কে আরো জানার জন্য আপনার সিএইচএন ডাক্তার বা হেলথ এডুকটরের সাথে কথা বলুন।