

নেত্রপ্ল্যানন

জন্ম নিয়ন্ত্রণ ইমপ্ল্যান্ট

প্রথম কয়েক মাস কী প্রত্যাশা করা যায়



আপনার দেহ ইমপ্ল্যান্টে অভ্যস্ত হওয়ার সময় পরবর্তী বিষয়গুলো স্বাভাবিক:

- রক্তক্ষরণ। ইমপ্ল্যান্ট নেওয়ার প্রথম ৩-৬ মাস আপনার রক্তক্ষরণ হতে পারে। রক্তক্ষরণ ভারী হতে পারে, মাসিকের সাথে সাথে এর উন্নতি হবে। আপনার ব্যাগে প্যান্টি লাইনার রাখুন। অপ্রত্যাশিতভাবে রক্তক্ষরণ হলে এভাবে আপনি প্রস্তুত থাকবেন।
- ক্ষত বা কালশিটে। ডাক্তার যে-জায়গাটাতে আপনার বাহুতে ইমপ্ল্যান্ট বসিয়েছেন সেখানে ক্ষত, বোধ করতে পারেন বা কালশিটে দেখা দিতে পারে। কিছু দিনের মধ্যেই সেগুলো মিলিয়ে যাওয়ার কথা। কালশিটে লুকিয়ে রাখতে চাইলে এমন পোশাক পরবেন যাতে না যাওয়া পর্যন্ত তা লুকিয়ে রাখা যায়।
- আপনার দেহ বা মনমেজাজের পরিবর্তন। আপনার দেহ অন্য রকম বোধ করতে পারে। আপনি লক্ষ্য করতে পারেন যে আপনার মনমেজাজও ভিন্ন রকম হয়ে গেছে। ইমপ্ল্যান্টের হরমোনের সাথে অভ্যস্ত হওয়ার সাথে সাথে এগুলো ঘটতে পারে। প্রায় সকল ৩-৬ মাসের মধ্যে এ সকল পরিবর্তন আর লক্ষ্য করে না।

আপনার দেহে ইমপ্ল্যান্ট থাকা অবস্থায়:

- আপনার মাসিক পরিবর্তন হতে পারে। আপনার মাসিক স্বল্পকালিন এবং হালকা হতে পারে। কিছু কিছু মানুষের আরো ঘন ঘন রক্তস্রাব হয়। আপনি ইমপ্ল্যান্ট ব্যবহারকারী আপনার মাসিক মোটেও না হতে পারে। প্রত্যেক ব্যক্তিই ভিন্ন।
- বছর একবার এটি পরীক্ষা করে নিন। আপনার ডাক্তার নিশ্চিত করবে যে ইমপ্ল্যান্টটি দেহের সঠিক জায়গাতেই অবস্থান করছে।

জন্ম নিয়ন্ত্রণ ইমপ্ল্যান্ট নেওয়ার পর আমার আর কী কী করতে হবে?



ছবি: Bedsider

- ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের পর কমপক্ষে ৭ দিনে কনডম ব্যবহার করুন। ইমপ্ল্যান্ট দেহে ৭ দিন পর্যন্ত অবস্থান না করা পর্যন্ত সেটি আপনাকে গর্ভধারণ থেকে বিরত রাখে না। ইমপ্ল্যান্ট স্থাপনের প্রথম সপ্তাহে কনডম ছাড়া যৌনমিলন করে থাকলে প্ল্যান্ট B-র জন্য ক্লিনিকে আসুন। যৌন মিলনের পর থেকে ৫ দিন পর্যন্ত গ্রহণ করলে প্ল্যান্ট B গর্ভধারণ প্রতিরোধ করতে পারে। যতই তাড়াতাড়ি প্ল্যান্ট B গর্ভধারণ প্রতিরোধ করতে পারে। যতই তাড়াতাড়ি প্ল্যান্ট B গ্রহণ করবেন ততই ভাল সেটি কাজ করবে।
- কনডম ব্যবহার অব্যাহত রাখুন এমনকি এক সপ্তাহের বেশি সময় ধরে ইমপ্ল্যান্ট নিয়ে থাকলে। গর্ভধারণ প্রতিরোধ করার সর্বোত্তম পদ্ধতির একটি হচ্ছে নেস্ট প্ল্যানন, তবে এটি আপনাকে এইচআইভি বা এসটিআই (যৌন মিলনের ফলে যে সংক্রমণ হয়) থেকে সুরক্ষা দেয় না। কনডম গর্ভবতী হওয়ার সম্ভাবনা আরো কমিয়ে দেয়।
- প্রতি ৬ মাস অন্তর অন্তর বা নতুন পার্টনারের আগে এইচআইভি বা যৌনবাহিত রোগের পরীক্ষা করিয়ে নিন।

ইমপ্ল্যান্টের কারণে সমস্যা খুবই কদাচিত দেখা দেয়। তবে এরকমটা হল ডাক্তাকে ফোন করুন:

- আপনার বাহু লাল বা অতিরিক্ত উষ্ণ, আপনার বাহু থেকে তরল ঝরে পড়ছে, বা আপনার স্বর দেখা দিয়েছে। এর অর্থ, আপনার কোন সংক্রমণ থাকতে পারে।
- ইমপ্ল্যান্ট আপনার বাহু থেকে বেরিয়ে আসছে। ইমপ্ল্যান্ট বের হয়ে আসতে থাকলে সেটি গর্ভধারণের বিরুদ্ধেও কাজ করছে না। যত তাড়াতাড়ি পারেন ডাক্তারের সাথে দেখা না হওয়া পর্যন্ত অন্য ধরনের জন্ম নিয়ন্ত্রণ পদ্ধতি ব্যবহার করুন, যেমন কনডম।

আপনার আরো প্রশ্ন থাকলে আপনার সিএইচএন হেলথ এডুকটরের সাথে কথা বলুন।