आईयूसीडी

- कॉपर 380ए प्लास्टिक की एक टी आकार की गर्भनिरोधक है जिसके तीनों सिरों पर तांबा चढ़ा होता है। यह 10 वर्ष तक कार्य करती है।
- कॉपर 375 प्लास्टिक की उल्टे यू (U) के आकार की होती है जिसके केवल खड़ी भुजा पर तांबा चढ़ा होता है। यह 5 वर्ष तक कार्य करती है।
- कॉपर 380ए एवं कॉपर 375 आम आईयूसीडी हैं जो प्रसव के 48 घंटों के अन्दर या ऑपरेशन से बच्चा होने के दौरान या मासिक चक्र में कभी भी जब सेवा–प्रदाता यह निश्चित कर ले कि महिला गर्भवती नहीं है, बच्चेदानी में लगाई जाती हैं।
- स्वास्थ्य सुविधा पर गर्भपात के तुरन्त बाद भी लगाई जाती है, आपात्कालीन गर्भनिरोधक की तरह असुरक्षित संभोग के 5 दिन के अंदर लगाई जा सकती है और इसे निकलवाने के बाद महिला जल्दी गर्भवती हो सकती है।,
- गर्भधारण को रोकने में आईयूसीडी महिला व पुरूष नसबन्दी के समान प्रभावशाली है।,
- इसका स्तनपान कराने पर कोई असर नहीं होता है।, यह यौन संक्रमण से बचाव नहीं करती है।
- आईयूसीडी एक बार लगाने के बाद रोज़ किसी गर्भनिरोधक उपाय के प्रयोग को याद रखने की ज़रूरत नहीं होती है।

आईयूसीडी के बारे में कुछ ज़रूरी बातें

आईयूसीडी

आईयूसीडी के बारे में कुछ ज़रूरी बातें

आमतौर से आईयूसीडी लगाने के बाद महिला ये लक्षण महसूस कर सकती है:

- कुछ दिनों तक पेड़ू में मामूली मरोड़।
- योनि से थोड़ा खून जाना।
- कभी–कभी आईयूसीडी अपने आप निकल जाना।

प्रसव के बाद आईयूसीडी के ये लक्षण महिलाओं को पता भी नहीं चलते क्योंकि, आमतौर से निचले पेट में मरोड़ और खून जाना प्रसव के बाद महिलाओं में स्वाभाविक होता है क्योंकि बच्चेदानी अपने पहले जैसे आकार में वापस आती है। यह लक्षण अपने आप ठीक हो जाते हैं। घबराने की कोई ज़रूरत नहीं है।

आईयूसीडी लगवाने के बाद स्वास्थ्य सुविधा पर कब–कब आयें

- ❖ प्रसव के 6 हफ्ते बाद (जब आप अपने बच्चे का टीकाकरण करवाने आयें तब) पहली जाँच के लिए आयें
- ❖ अन्य समय पर या गर्भपात के पश्चात् आईयूसीडी लगवाने के 4 सप्ताह के बाद या पहली माहवारी के तुरन्त बाद पहली जाँच के लिए आयें।
- ❖ जब भी गर्भधारण करने का निर्णय लें तब आईयूसीडी निकलवाने के लिए आयें।
- ❖ कॉपर 380ए 10 साल बाद व कॉपर 375 5 साल के बाद निकलवाने या बदलवाने के लिए आयें, क्योंकि वे तभी तक प्रभावी हैं।

- ❖ पहली जाँच के बाद यदि कोई परेशानी नहीं हो तो 6 महीने के बाद व फिर साल में एक बार जाँच के लिए आयें।
- ❖ अगर इनमें से कोई लक्षण हों तो तुरन्त स्वास्थ्य सुविधा में जाँच के लिये आयें:
  - ○ तेज बुखार आना, ठंड लगना
  - ○ धागों का चुभना/आईयूसीडी का निचला सिरा चुभना/आईयूसीडी का निकल जाना
  - ○ माहवारी न आना
  - ○ योनि से अस्वाभाविक खून का बहाव
  - ○ पेड़ू में दर्द, संभोग के दौरान दर्द
  - ○ योनि से गंदा/बदबूदार पानी का आना

आईयूसीडी के बारे में कुछ तथ्य:

- ❖ इससे वज़न नहीं बढ़ता है।
- ❖ इससे बांझपन नहीं होता है।
- ❖ यह बच्चेदानी में ही रहती है। बच्चेदानी से निकल कर दूर के अंगो जैसे दिल, दिमाग में नहीं जाती है।
- ❖ इसे अपनाने से पति–पत्नी को सहवास के समय कोई असुविधा नहीं होती है।
- ❖ इससे बच्चेदानी के बाहर गर्भधारण की संभावना नहीं होती है।

कॉपर–टी के बारे में कुछ तथ्य

कार्यक्रम के अनुसार यह अच्छा होता है कि इस समय अवधि को भी निम्न भागों में बाँटा जाए, क्योंकि कार्य
एवं समस्याओं का प्रबंधन शिशु जन्म के बाद पहले 6 सप्ताह तक व उसके बाद एक वर्ष तक अलग होते हैं।

1. प्रसव के तुरन्त बाद–प्लेसेन्टा निकलने से लेकर प्रसव के 48 घंटे तक:

प्रसव के तुरन्त बाद का यह समय सबसे अच्छा समय है, जब महिला को केवल व पूर्ण (एक्सक्लूसिव) स्तनपान को गर्भ निरोधक विधि की तरह अपनाने के लिए सलाह दी जाए। महिला को उनकी चाहत के अनुसार आगे बच्चों में अन्तर के लिये या और बच्चे न करने के लिए सलाह–मशवरा तथा उचित परिवार नियोजन विधियों जैसे आईयूसीडी व नसबन्दी के बारे में सलाह–मशवरा व सेवाएँ दी जानी चाहिए।

2. प्रसव के बाद का प्रारम्भिक समय (शुरूआती पोस्टपार्टम)–7 दिनों तक

प्रसव के बाद (पोस्टपार्टम) नसबन्दी इस अवधि में की जा सकती है। केवल व पूर्ण स्तनपान (लैक्टेशनल एमिनोरिया विधि–लैम) के बारे में भी सन्देश पर ज़ोर दिया जाना चाहिए।

3. प्रसव के बाद विस्तृत पोस्टपार्टम समय–6 सप्ताह से 1 वर्ष तक

अस्थायी विधि जैसे आईयूसीडी या अन्य विधियाँ, मैडिकल एलीजिबिलिटी क्राइटेरिया के अनुसार दी जा सकती हैं। इस अवधि में दूरबीन विधि या मिनी लैप विधि से नसबन्दी भी की जा सकती है।