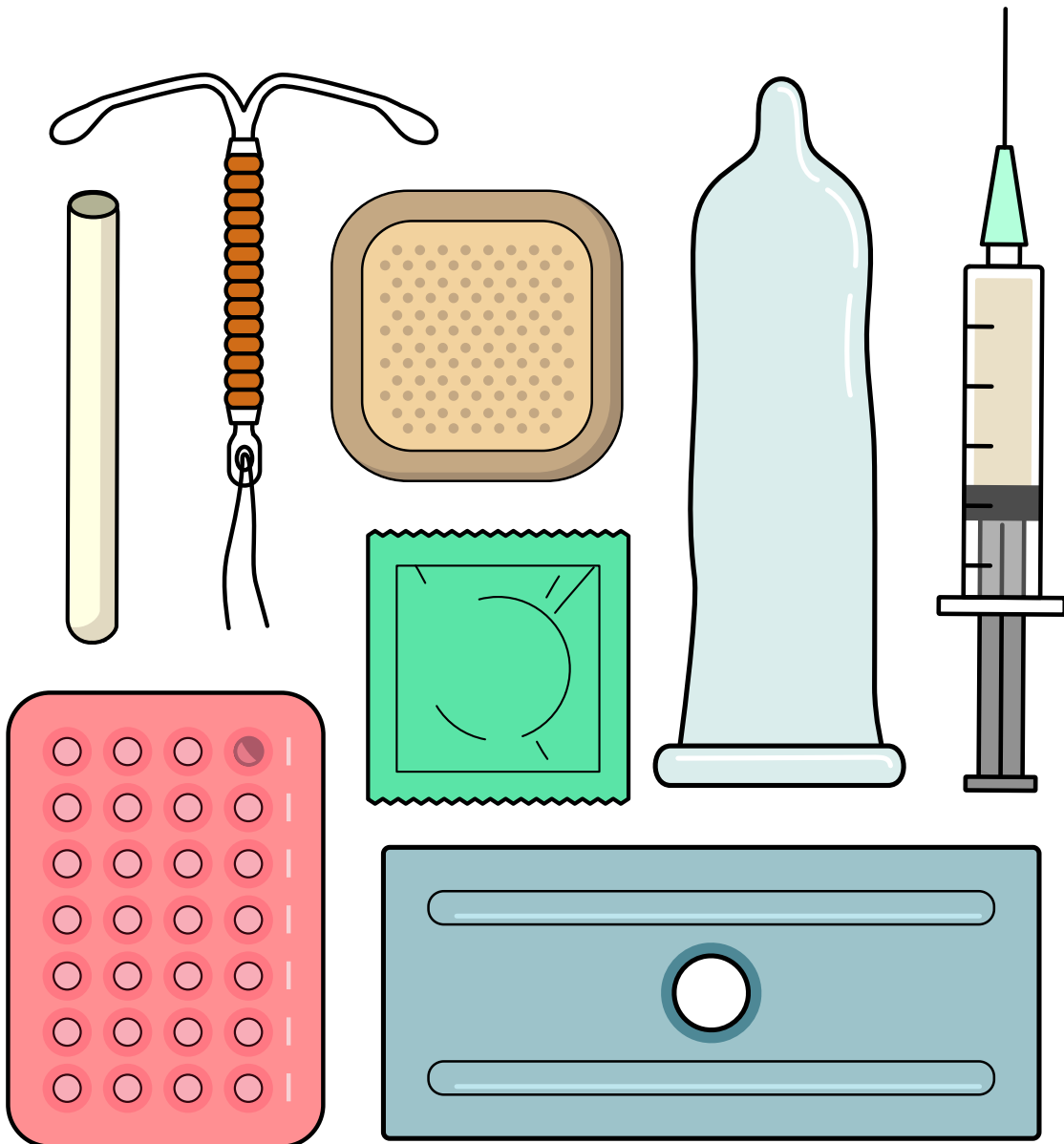
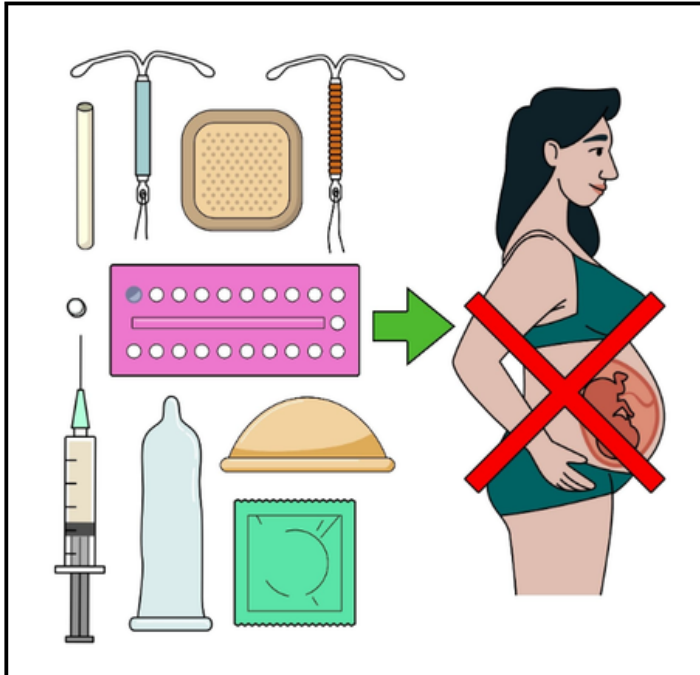


د حمل مخنيوی د اسانه لوست لارښود

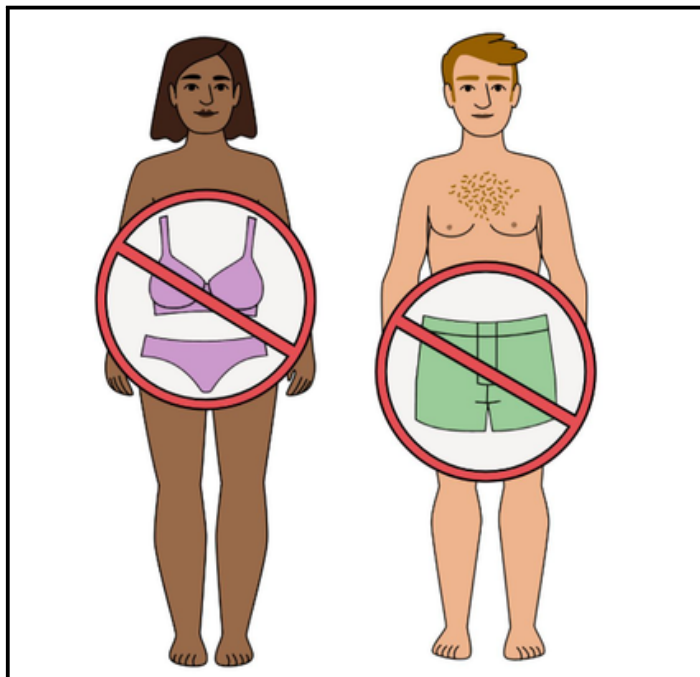
د حمل مخنيوی څه شی دی او تاسو یې
څنګه ترلاسه کولای شئ؟





په دې کتابچه کې به د حمل مخنیوي په اړه زده کړه وشي.

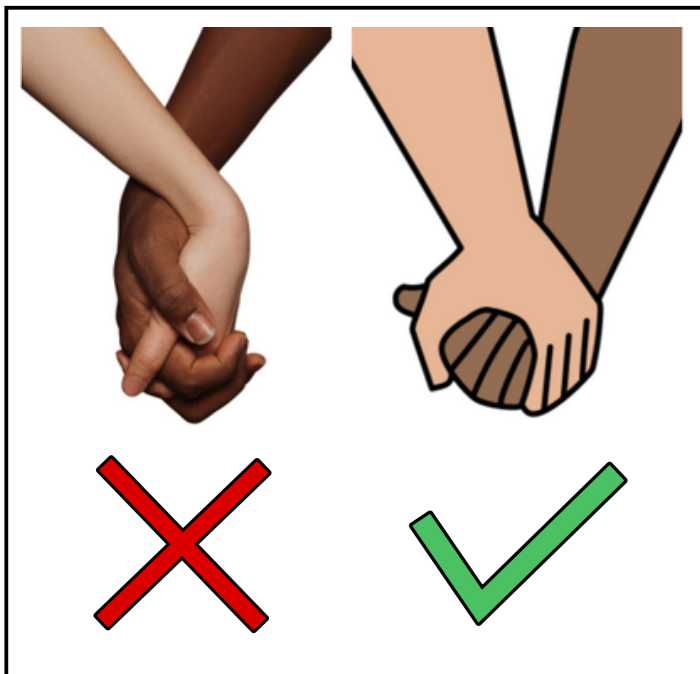
د حمل مخنیوي معنی د امیندواری د مخنیوي لپاره بېلابېلې لارې دي.



په دې کتابچه کې د دې شیانو انځورونه شته:

- د بدن شخصي برخې
- هغه خلک چې کالي نه لري
- جنسي فعالیت

انځورونه د دې لپاره کارول شوي چې تاسو ته د پوهېدو کې مرسته وکړي.



په دې کتابچه کې د ریښتینو خلکو د بدن شخصي برخو هېڅ انځورونه نشته.



د دې انځورونو لیدل سم دي، ځکه چې تاسو د حامله داری د مخنیوي په اړه زده کړه کوئ.



په سکاټلنډ کې هر څوک حق لري چې د خپل بدن، جنسیت، اړیکو، او جنسي روغتیا په اړه زده کړه وکړي.



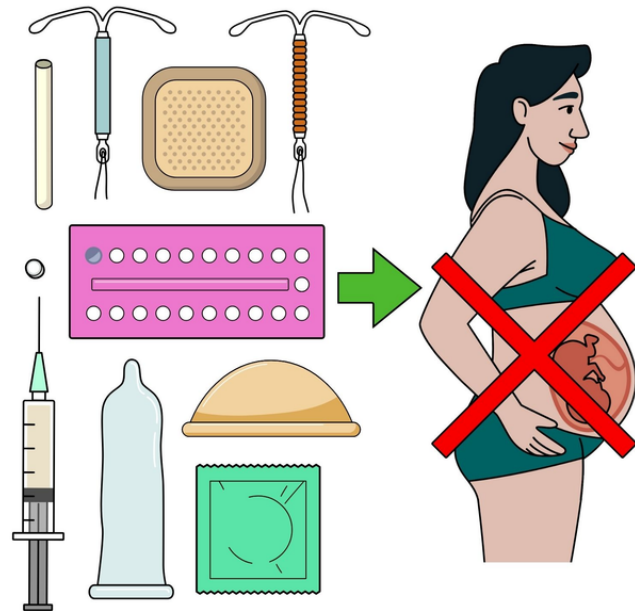
که تاسو کومه پوښتنه لرئ یا د څه چې مو ولوستلي خپه شوي یاست، ښه ده چې له یوه بالغ چا سره خبرې وکړئ چې پرې باور لرئ.

خلک ولې د حمل د مخنیوي لارې کاروي؟

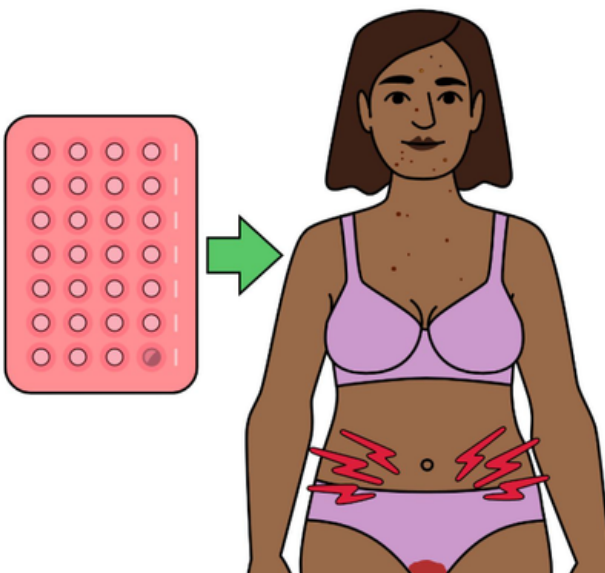


د نارینه تناسلي عضو د ښځې تناسلي ځای کې
د جنسیت په وخت د جنسي اړیکې کول ښځه
حامله کولی شي.

حامله کېدل یعنې په رحم کې د ماشوم وده
کول.



که تاسو نه غواړئ چې د نارینه تناسلي عضو
په ښځې تناسلي ځای کې د جنسیت پر مهال
حامله شئ، نو تاسو باید کانډوم یا د ضد حمل
کومه طریقه وکاروئ.



ځینې خلک د روغتیايي ستونزو لکه د ځواني
داني یا د حیض ستونزو لپاره د ضد حمل
طریقې کاروي.

د حمل د مخنیوي درمل کارول پدې معنی ندي
چې څوک جنسي اړیکه لري.

د حمل مخنيوي ډولونه

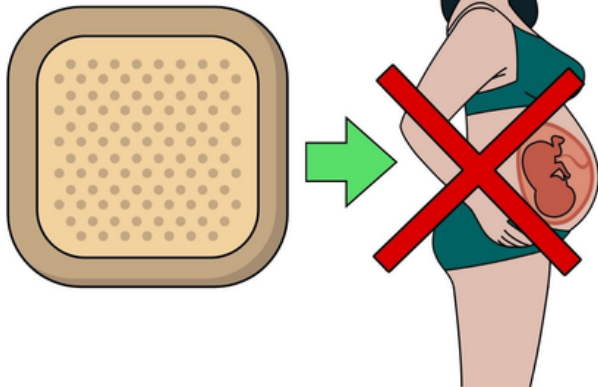
د ضد حمل مختلف ډولونه شتون لري.

د خولې د ضد حمل گولۍ هغه گولۍ ده چې تاسو يې هره ورځ اخلئ خو له حامله کېدو ځان وساتئ.

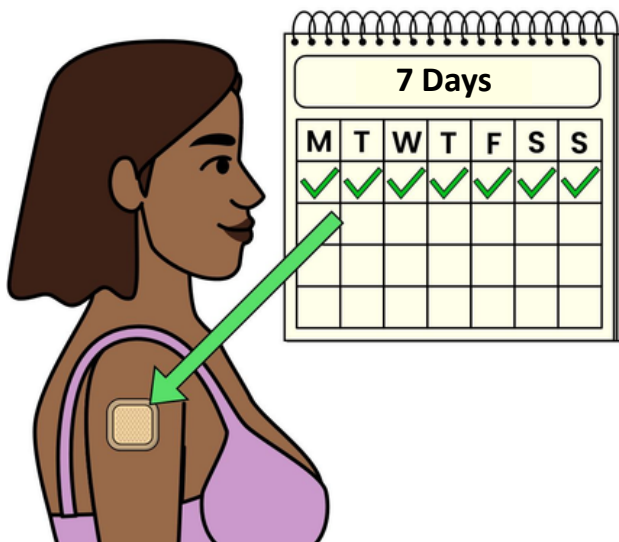
تاسو بايد په ياد ولرئ چې د ضد حمل گولۍ بايد هره ورځ په يوه وخت کې واخلي.

که تاسو گولۍ هېر کړئ، د جنسيت پر مهال ممکن حامله شئ.

د حمل مخنيوي ډولونه

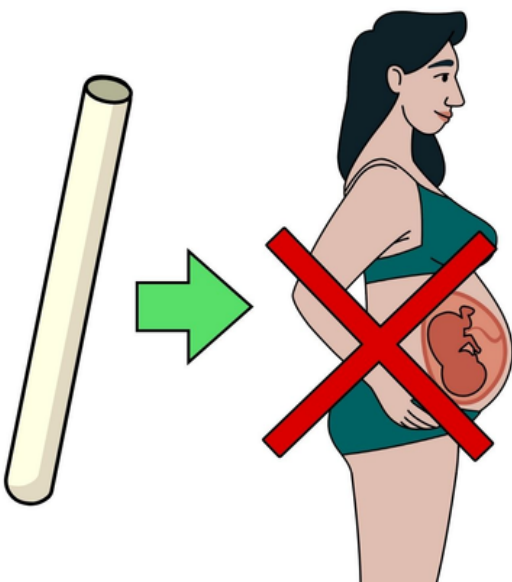


پېچ يوه پلستر ده چې تاسو يې پر پوستکي
نښلوئ خو له حامله کيدو څخه ځان وساتئ.



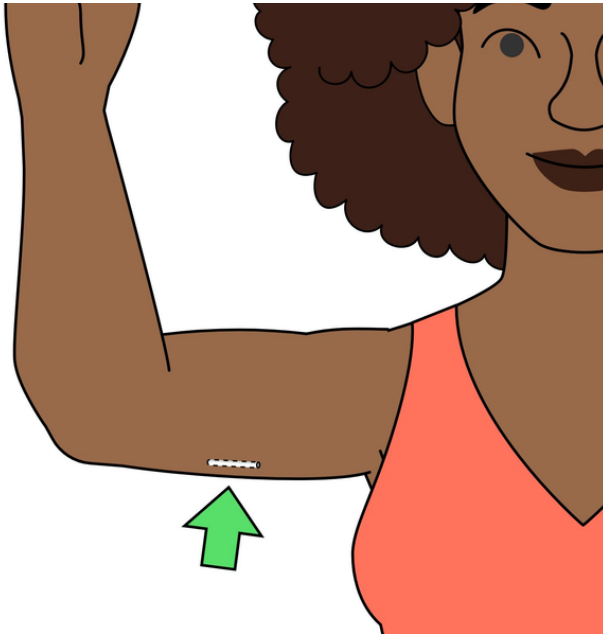
پېچ يو کوچنی مربع دی چې پر پوستکي
نښلول کېږي لکه يوه چپکۍ (بانډ-ايد).

تاسو بايد هره 7 ورځې وروسته نوی پېچ
وکاروئ.

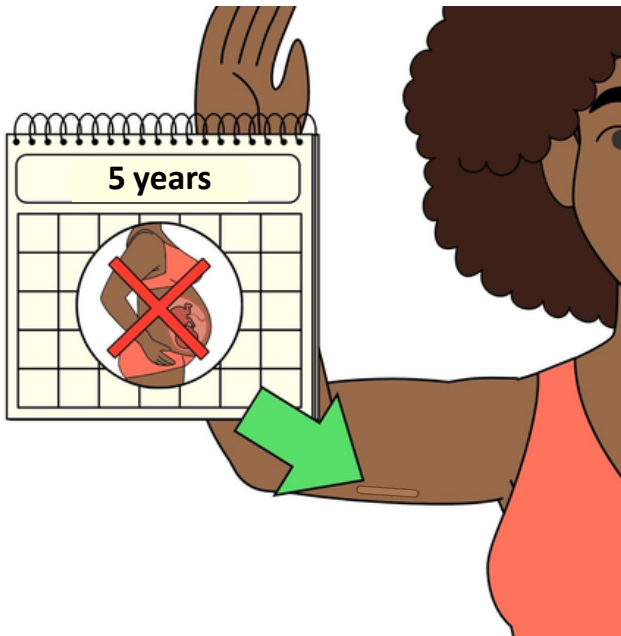


ايمپلانټ يو نرم ډنډ دی چې د لاس تر پوستکي
لاندې کېښودل کېږي او له حامله کېدو مو
ساتي.

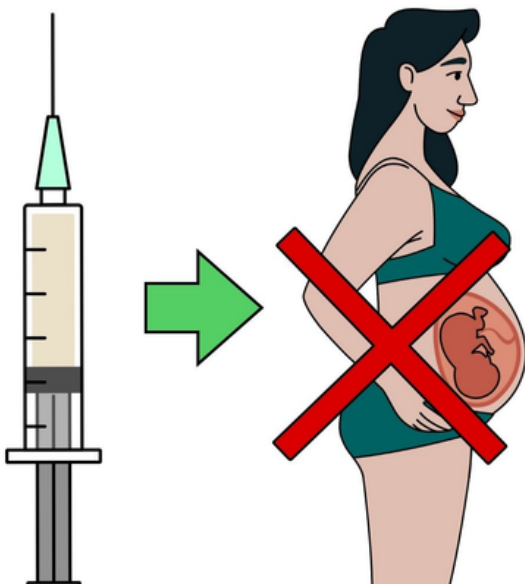
د حمل مخنيوي ډولونه



دا د ډاکټر يا نرس لخوا ستاسو د پورته لاس د پوستکي لاندې کېښودل کېږي.

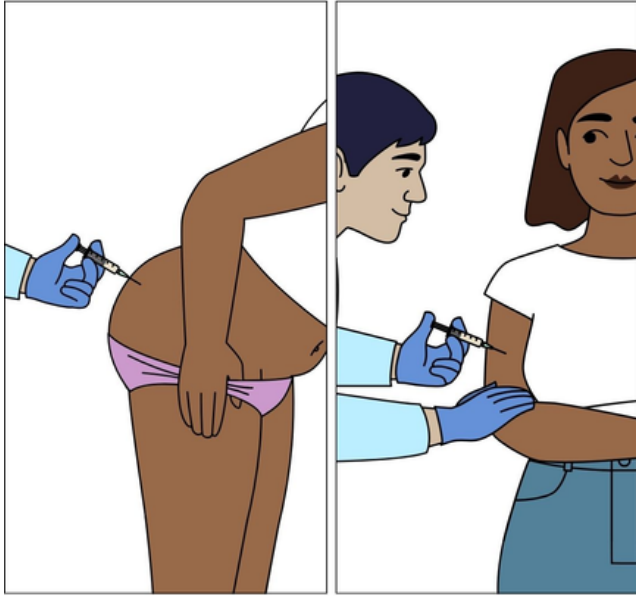


ایمپلانټ تاسو د 5 کلونو لپاره له حامله کېدو ساتي. د 5 کلونو وروسته باید ایمپلانټ لرې شي او یو نوی ایمپلانټ کېښودل شي.

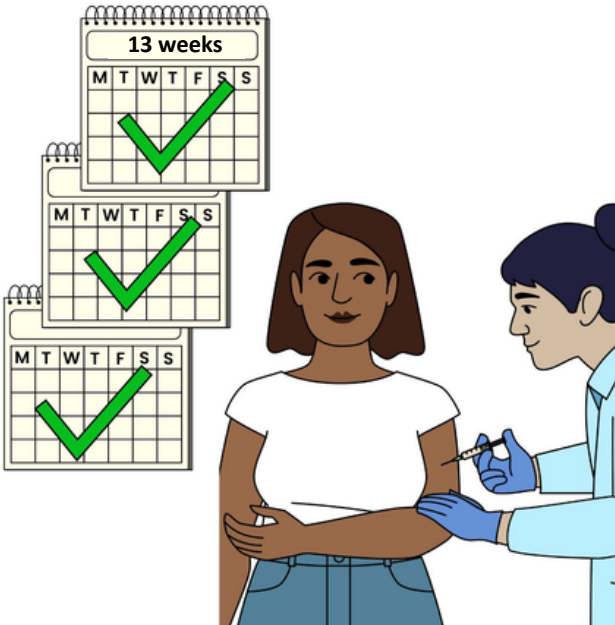


د ضد حمل انجکشن یا "جگ" یوه انجکشن ده چې تاسو له حامله کېدو ساتي.

د حمل مخنيوي ډولونه

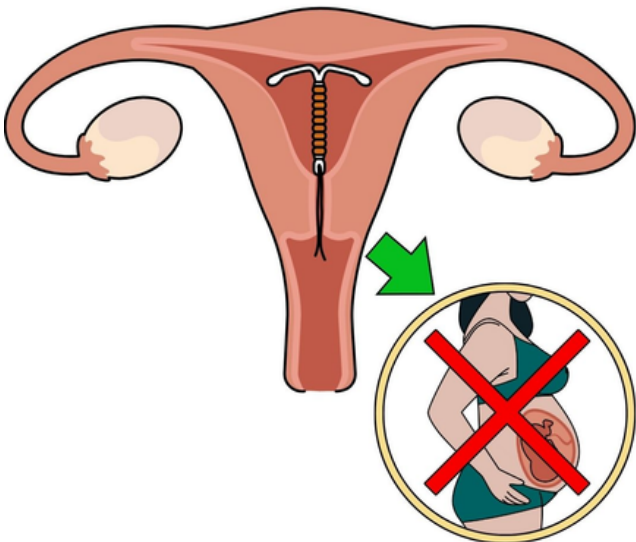


د ضد حمل انجکشن هغه درمل دي چې نرس يا ډاکټر يې ستاسو په شا يا لاس کې تېروي.



انجکشن تاسو د 13 اونيو لپاره له حامله کېدو ساتي.

تاسو کولی شئ هر 13 اوونۍ وروسته نوې انجکشن ترلاسه کړئ.

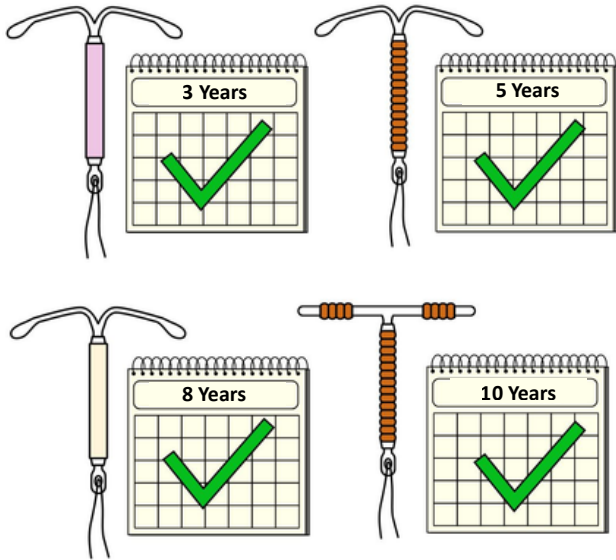


کوائل يوه کوچنۍ T بڼه وسيله ده چې د رحم دننه کېښودل کېږي او له حامله کېدو مو ساتي.

د حمل مخنيوي ډولونه



کوائل د ډاکټر یا نرس له خوا د ښځې تناسلي لارې له لارې په رحم کې کېښودل کېږي. دا معمولا په جنسي روغتیا کلینیک کې ترسره کېږي.



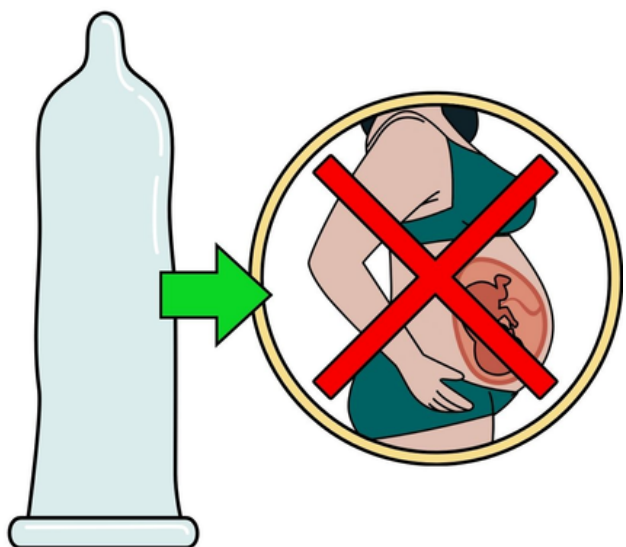
د کوائل د ډول په اساس، دا کولی شي تاسو د حامله کېدو څخه د لاندې مودې لپاره وساتي:

- 3 کاله
- 5 کاله
- 8 کاله
- 10 کاله



ستاسو ډاکټر یا نرس تر ټولو مناسب کسان دي چې تاسو سره مرسته وکړي خو پرېکړه وکړئ کوم ډول د ضد حمل طریقه ستاسو لپاره غوره ده.

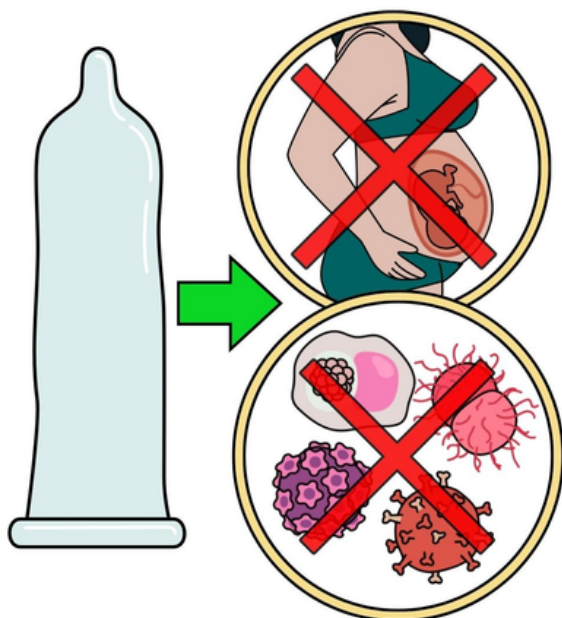
د خدماتو موندلو په اړه معلومات د دې کتابچې په پای کې دي.



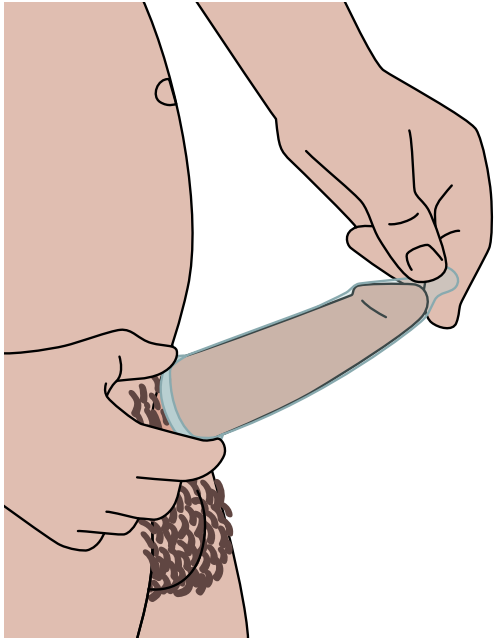
کانډومونه د ضد حمل بله طريقه ده چې تاسو له حامله کېدو ساتي.



تاسو کولی شئ د جنسیت پر مهال جنسي انتانات ترلاسه کړئ، دې ته STIs ویل کېږي. STI د جنسي لارې انتقالېدونکي انتان لنډیز دی.



کانډومونه یوازینی د ضد حمل طريقه ده چې نه یوازې له حامله کېدو ساتي، بلکې د جنسي انتاناتو STIs مخه هم نیسي.



کانډوم يوه نرۍ، کشېدونکې نلکې ده چې تاسو هر ځل د جنسيت پر مهال د نارينه تناسلي عضوته اچوئ.



که تاسو کانډومونو ته اړتيا لرئ، تاسو کولی شئ وپوښتنئ:

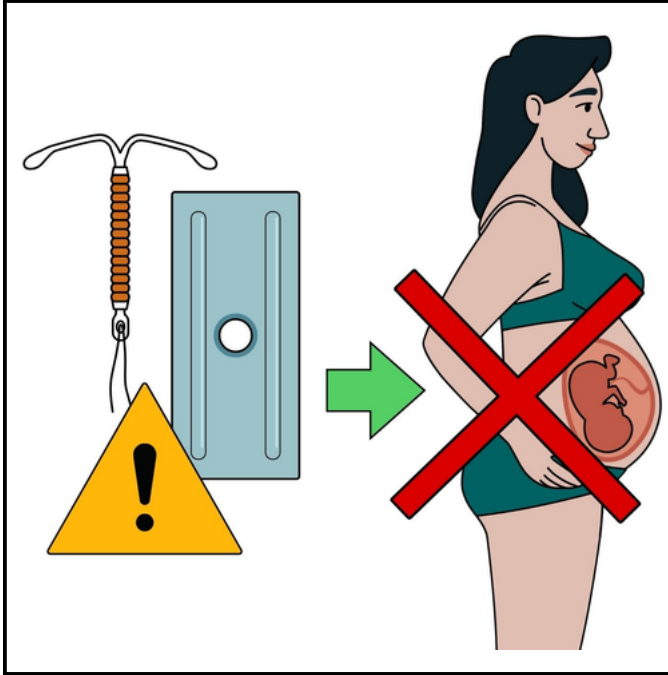
- يو نرس
- ستاسو ملاتړکوونکي کارمند
- يو ډاکټر

دوی کولی شي تاسو سره د وړيا کانډومونو په ترلاسه کولو کې مرسته وکړي.

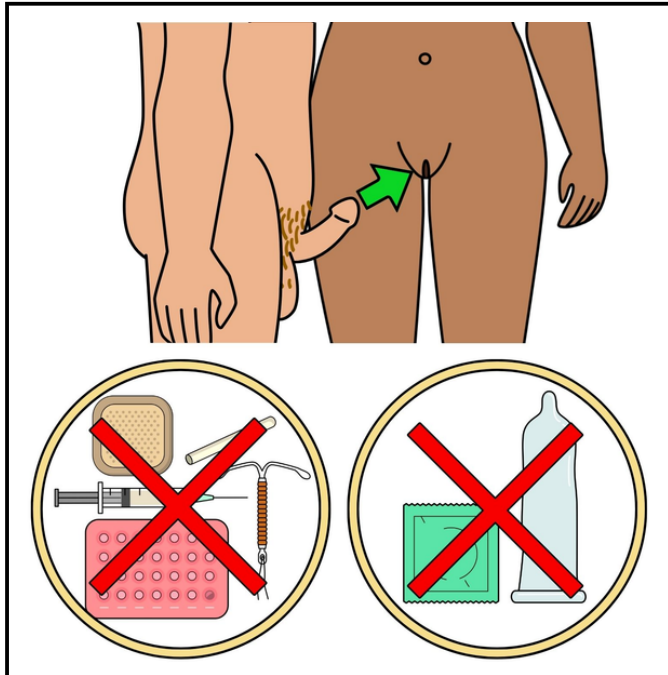


تاسو کولی شئ د C:Card مرکز ته لار شئ او د کانډومونو غوښتنه وکړئ.

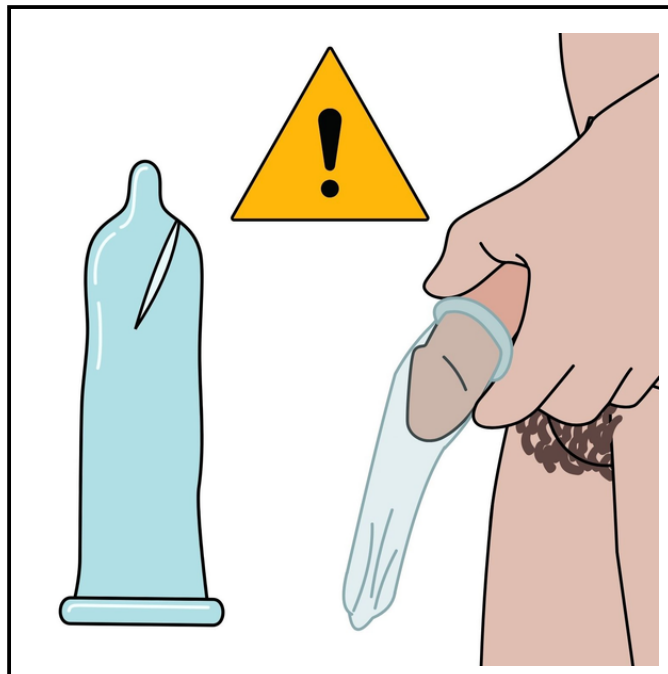
ستاسو د سیمې C:Card مرکز په www.ccard.org.uk کې ومومئ



د بیرنی ضد حمل درمل هغه درمل دي چې کولی شي د بې خونده جنسي اړیکې وروسته له حامله کېدو مخنیوی وکړي (د نارینه شخصي برخه په ښځینه شخصي برخه کې جنسي اړیکه).



ناامنه جنسیت یعنې د جنسیت پر مهال هیڅ د امیندواری د مخنیوي لارې یا کانډوم ونه کارول شول.



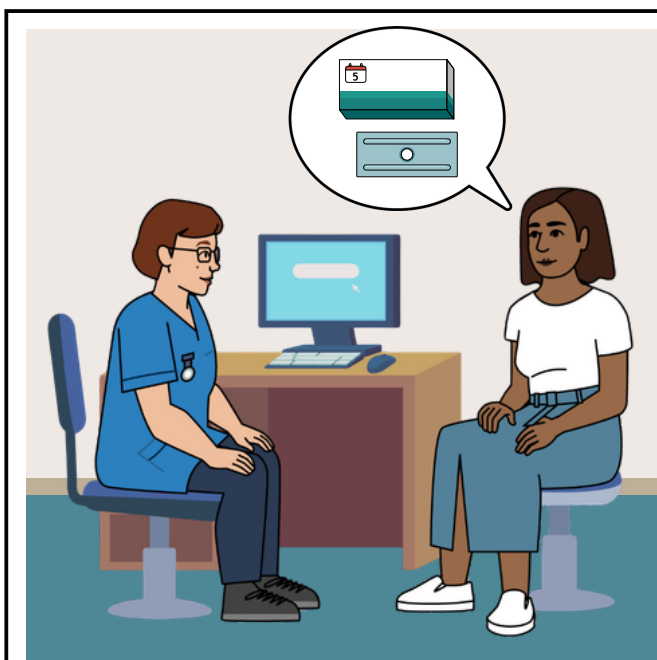
ناامنه جنسیت هغه وخت هم پېښېږي که کانډوم چې تاسو یې کاروئ، وشلیږي یا را ولوېږي.



د بیرنی ضد حمل درمل یوازې هغه وخت اغېزمن وي کله چې تاسو یې د غیر محافظتي جنسي اړیکو وروسته د 5 ورځو دننه وخورئ.



تاسو باید بیرنی د حمل مخنیوی د جنسیت وروسته هر څومره ژر چې ممکن وي واخلي. تاسو کولی شئ بیرنی ضد حمل وړیا د درملتون څخه ترلاسه کړئ.



یو نرس، ستاسو د ملاتړ کارکوونکي، یا ډاکټر هم کولی شي تاسو سره د بیرنی ضد حمل ترلاسه کولو کې مرسته وکړي.

د ضد حمل يا کانډومونه ترلاسه کړئ



که تاسو د امیندواری د مخنیوي لارې یا کانډومونه ته اړتیا لرئ، تاسو کولی شئ وپوښتنئ:

- یو نرس
- ستاسو ملاتړکوونکي کارمند
- یو ډاکټر

هغوی کولی شي تاسو سره د ضد حمل یا کانډومونه ترلاسه کولو کې مرسته وکړي.

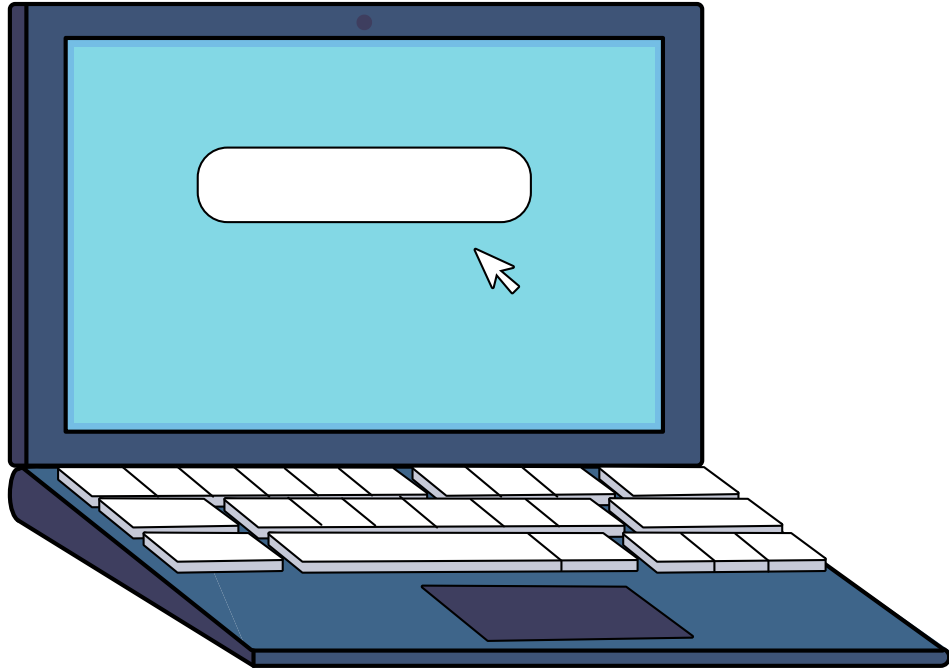


ستاسو پرېکړه چې د ضد حمل یا کانډومونه وکاروئ، محرم ده.

ستاسو معلومات به د مور او پلار، پالونکو، یا نورو خلکو سره شریک نه شي.



که هغه څوک چې تاسو سره مرسته کوي فکر وکړي چې تاسو په خطر کې یاست یا نورو مرستو ته اړتیا لرئ، ممکن ځینې معلومات له بل کارکوونکي سره شریک کړي خو تاسو خوندي وساتل شئ.



تاسو کولی شی د جنسي روغتیا خدمات ومومئ په
www.lothiansexualhealth.scot

د ضد حمل په اړه د نورو معلوماتو لپاره لیدنه وکړئ
www.healthyrespect.co.uk/etu/contraception

تاسو کولی شی د جنسي روغتیا په اړه د نورو اسانه لوست معلوماتو
لپاره دغه QR کوډ هم سکن کړئ:

