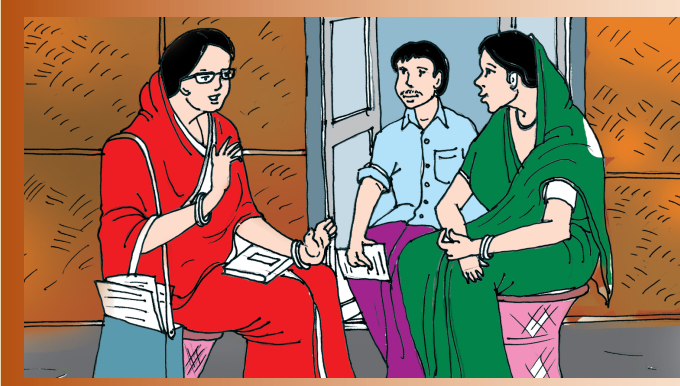


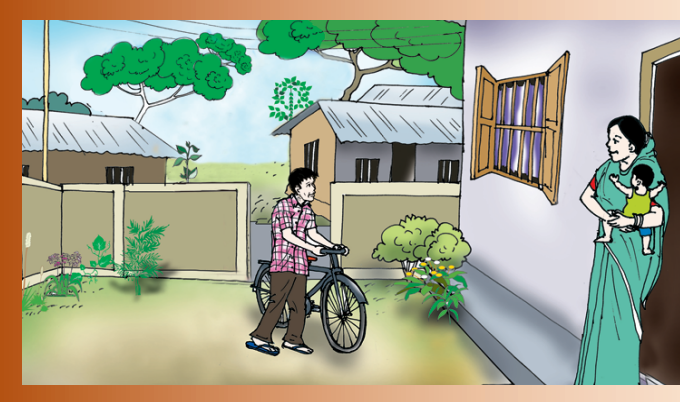


আপনি কি নববিবাহিত? আপনি কি দেরিতে সন্তান নেয়ার কথা ভাবছেন?



তাহলে,
মহিলাদের জন্য রয়েছে
দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি
৩-৫ বছর মেয়াদি **ইমপ্ল্যান্ট**

আপনার কি একটি সন্তান? আপনি কি দেরিতে সন্তান নেয়ার কথা ভাবছেন?



তাহলে,
মহিলাদের জন্য রয়েছে
দীর্ঘমেয়াদি পদ্ধতি
৩-৫ বছর মেয়াদি **ইমপ্ল্যান্ট**
এবং
১০ বছর মেয়াদি **আইইউডি**

আপনার কি দু'টি বা তার অধিক সন্তান? আপনি কি স্থায়ী পদ্ধতির কথা ভাবছেন?



তাহলে,
পুরুষদের জন্য রয়েছে
স্থায়ী পদ্ধতি **এনএসভি**
এবং
মহিলাদের জন্য রয়েছে
স্থায়ী পদ্ধতি **টিউবেকটমি**

দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতিগুলো ছাড়াও পরিবার পরিকল্পনার কিছু স্বল্পমেয়াদি পদ্ধতিও রয়েছে যেমন: কনডম, খাবার বড়ি ও ইনজেকশন।

কেন দীর্ঘমেয়াদি ও স্থায়ী পদ্ধতির কথা ভাববেন ?

- প্রতিদিন ব্যবহার করতে হয় না
- সঠিক ব্যবহারের জন্য ব্যবহারকারীকে ভাবতে হয় না
- ভাবনাহীন থাকা যায়
- পদ্ধতিগুলোর পার্শ্ব-প্রতিক্রিয়া অনেক কম
- কার্যকারিতা বা সাফল্যের হার অনেক বেশি
- পদ্ধতিগুলোর ব্যবহার নিরাপদ, গ্রহীতা আগের মতই কর্মঠ ও শক্তিশালী থাকেন
- যৌন-আনন্দ আগের মতই থাকে ।

কোথায় গেলে পরিবার পরিকল্পনা বিষয়ে পরামর্শ ও সেবা পাবেন

- পরিবার কল্যাণ সহকারী
- স্যাটেলাইট ক্লিনিক
- কমিউনিটি ক্লিনিক
- ইউনিয়ন স্বাস্থ্য ও পরিবার কল্যাণ কেন্দ্র
- উপজেলা স্বাস্থ্য কমপ্লেক্স
- মা ও শিশু কল্যাণ কেন্দ্র
- জেলা সদর হাসপাতাল
- মেডিক্যাল কলেজ হাসপাতালের প:প: মডেল ক্লিনিক
- এনজিও/বেসরকারি ক্লিনিক/হাসপাতাল ।
- এমসিএইচটিআই-আজিমপুর, বিএসএমএমইউ, এমএফএসটিসি-মোহাম্মদপুর ।



কে আপনাকে পরিবার পরিকল্পনার সেবা দিবে

- চিকিৎসক
- এফডব্লিউভি/নার্স/প্যারামেডিকস্
- পরিবার পরিকল্পনা কর্মী
- স্বাস্থ্য কর্মী
- এনজিও কর্মী

আপনার পরিবারের ভাবনাহীন জীবন নির্ভর করছে আপনার একটি সিদ্ধান্তের উপর ।
সঠিক সময়ে সঠিক সিদ্ধান্তটি নিয়ে ভাবনাহীন থাকুন সারাজীবন ।

দীর্ঘমেয়াদি বা স্থায়ী পদ্ধতি নিন - থাকুন ভাবনাহীন ।



ইউএসএআইডি-এর আর্থিক সহায়তায় মায়েরহাসি-II প্রজেক্ট কর্তৃক প্রকাশিত । এখানে প্রকাশিত মতামতের সঙ্গে ইউএসএআইডি-এর মতামতের মিল নাও থাকতে পারে ।

"The MH – II project is funded by the United States Agency for International Development (USAID), through an Associated Award under the RESPOND LWA, managed by EngenderHealth in partnership with Meridian Group International, Inc., Futures Institute and Population Council."