









































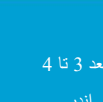












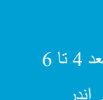















بچے کے بعد برتھ کنٹرول: والدین کا گائیڈ

بچہ پیدا کرنے کے بعد، آپ کے لیے صحیح برتھ کنٹرول تلاش کرنے کے حوالے سے آپ کے ساتھی (اگر چاہیں) اور آپ کی طبی ٹیم کے درمیان بات چیت ہونی چاہیے۔ اس بارے میں مختلف طریقوں کے بارے میں جانیں، پیدائش کے بعد مختلف اوقات میں ان کے تحفظ اور افادیت کو سمجھیں اور یہ بھی جانیں کہ یہ طریقے چھاتی/سینے سے دودھ پلانے کو کیسے متاثر کر سکتے ہیں۔ پیدائش پر قابو پانے والے ہارمونز دودھ کے معیار کے لیے نقصان دہ نہیں ہوتے، مگر ایسٹروجن والے طریقے (نیچے نیلے رنگ میں دیکھیں) دودھ کی پیداوار کو کم کر سکتے ہیں۔ اور ایسٹروجن بعد از پیدائش کے پہلے چند ہفتوں میں کچھ طبی خطرات کو بھی بڑھا دیتا ہے۔

انول کے بعد 10 منٹ کے اندر	پیدائش کے بعد 24 گھنٹوں کے اندر	پیدائش کے بعد 1 تا 3 دنوں کے اندر	پیدائش کے بعد 3 دن تا 3 ہفتوں کے اندر	پیدائش کے بعد 3 تا 4 ہفتوں کے اندر	پیدائش کے بعد 4 تا 6 ہفتوں کے اندر	پیدائش کے بعد 6 یا زیادہ ہفتوں کے اندر
 بارمونڈ IUD  کاپر IUD  امپلائٹ  نس بندی  نسوانی نس بندی	 ٹیبو شات  بارمونڈ IUD  کاپر IUD  امپلائٹ  نس بندی  نسوانی نس بندی	 پروجسٹن (چھوٹی) گولی  دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش  کنڈوم  ٹیبو شات  بارمونڈ IUD  کاپر IUD  امپلائٹ  نس بندی  نسوانی نس بندی	 بارواری کے بارے میں آگاہی  پروجسٹن (چھوٹی) گولی  دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش  کنڈوم  ٹیبو شات  بارمونڈ IUD  کاپر IUD  امپلائٹ  نس بندی  نسوانی نس بندی	 چھلا  بیج  مشترکہ گولی  بارواری کے بارے میں آگاہی  پروجسٹن (چھوٹی) گولی  دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش  کنڈوم  ٹیبو شات  بارمونڈ IUD  کاپر IUD  امپلائٹ  نس بندی  نسوانی نس بندی	 چھلا  بیج  مشترکہ گولی  بارواری کے بارے میں آگاہی  پروجسٹن (چھوٹی) گولی  دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش  کنڈوم  ٹیبو شات  بارمونڈ IUD  کاپر IUD  امپلائٹ  نس بندی  نسوانی نس بندی	 چھلا  بیج  مشترکہ گولی  بارواری کے بارے میں آگاہی  پروجسٹن (چھوٹی) گولی  دودھ پلانے کے دوران ماہواری کی بندش  کنڈوم  ٹیبو شات  بارمونڈ IUD  کاپر IUD  امپلائٹ  نس بندی  نسوانی نس بندی

چھوٹے خدشات ہو سکتے ہیں اور ہو سکتا ہے کہ اس مدت میں اچھا کام نہ کریں

کوئی تشویش نہیں اور صحیح طریقے سے استعمال کرنے پر اچھا کام کرتے ہیں ک

