

## गर्भधारण को जीवन भर रोकने के लिए महिला नसबन्दी अपनाएं।



महिला नसबन्दी किसी भी समय करवाई जा सकती है, यदि आप गर्भवती नहीं हैं। प्रसव या गर्भपात के तुरंत बाद भी करवाई जा सकती है। मिनीलैप या दुरबीन दोनो विधियों की प्रक्रिया में 30 मिनट लगते हैं। अधिकांश महिलाएं उसी दिन घर चली जाती हैं।



## गर्भधारण को जीवन भर रोकने के लिए पुरुष नसबन्दी अपनाएं।



पुरुष नसबन्दी किसी भी समय करवाई जा सकती है। 3 महीने बाद गर्भनिरोधक साधन के प्रयोग बिना यौन संबंध बना सकते हैं। पुरुष नसबन्दी बिना चीरा और बिना टांके के 10 से 20 मिनट में पूरी की जाती है। नसबन्दी के बाद पुरुष उसी दिन घर जा सकते हैं।



## गर्भधारण को 5 से 10 साल तक रोकने के लिए मल्टिलोड या कॉपर-टी का उपयोग करें।



कॉपर-टी या मल्टिलोड किसी भी समय लगाई जा सकती है, यदि आप गर्भवती नहीं हैं। यह प्रसव या गर्भपात के समय भी लगाई जा सकती है। यह लगभग सभी महिलाओं के लिए सुरक्षित एवं उपयुक्त है। आप अपने साथ कॉपर-टी ला सकती हैं और डॉक्टर से लगवा सकती हैं।



## गर्भधारण को रोकने के लिए डी.एम.पी.ए. इंजेक्शन हर तीन महीने में लगवाएं।



डी.एम.पी.ए. इंजेक्शन किसी भी समय शुरू किया जा सकता है, यदि आप गर्भवती नहीं हैं। यह लगभग सभी महिलाओं के लिए सुरक्षित एवं उपयुक्त है। आप जब माँ बनना चाहती हैं या कोई दूसरा गर्भनिरोधक उपाय अपनाना चाहती हैं तो यह विधि उपयोग करना बंद कर सकती हैं।





## महिला नसबंदी सुविधा आपके लिए उपलब्ध है!

महिला नसबंदी - माहवारी शुरू होने के 7 दिनों के अन्दर कराई जा सकती है।



दिन	समय	स्थान	पता	फोन नं०	दूरबीन बिधि	मिनीलैप
सोम-शनि	8 से 2	जिला महिला चिकित्सालय	कबीर चौरा, वाराणसी		रु. 600 मिलेंगे	रु. 600 मिलेंगे
सोम-शनि	9 से 5	परिवार सेवा क्लीनिक	28, लाजपत नगर, मलदहिया, वाराणसी	0542-2417085	रु. 600 मिलेंगे	रु. 600 मिलेंगे
सोम-रवि	9 से 5	सूर्या क्लीनिक	72, चंद्रिका नगर, सिगरा, वाराणसी	8953990207	सेवा उपलब्ध नहीं	मुफ्त*
मंगलवार	10 से 3	राजकीय महिला प्रसूति गृह	राजकीय महिला प्रसूति गृह, दुर्गाकुण्ड		रु. 600 मिलेंगे	सेवा उपलब्ध नहीं

## बिना चीरा और बिना टांके के पुरुष नसबंदी सुविधा आपके लिए उपलब्ध है!

पुरुष नसबंदी- पुरुष नसबंदी कभी भी कराई जा सकती है।



दिन	समय	स्थान	पता	फोन नं०	पुरुष नसबंदी
सोम-शनि	8 से 2	जिला पुरुष चिकित्सालय	कबीर चौरा, वाराणसी		रु. 1100 मिलेंगे
सोम-शनि	8 से 2	पी० डी०न दयाल उपाध्याय मंडलीय चिकित्सालय	पाण्डेपुर, वाराणसी		रु. 1100 मिलेंगे
शनिवार	9 से 1	परिवार सेवा क्लीनिक	28, लाजपत नगर, मलदहिया, वाराणसी	0542-2417085	रु. 1100 मिलेंगे

## काँपर टी एवं मल्टीलोड सुविधा आपके लिए उपलब्ध है!

काँपर टी एवं मल्टीलोड - माहवारी शुरू होने के 12 दिनों के भीतर लगवाई जा सकती है।



दिन	समय	स्थान	पता	फोन नं०	काँपर-टी	मल्टीलोड
सोम-शनि	9 से 2	जिला महिला चिकित्सालय	कबीर चौरा, वाराणसी		मुफ्त	सेवा उपलब्ध नहीं
सोम-शनि	9 से 5	परिवार सेवा क्लीनिक	28, लाजपत नगर, मलदहिया, वाराणसी	0542-2417085	मुफ्त	रु. 50
सोम-रवि	9 से 3	सूर्या क्लीनिक	72, चंद्रिका नगर, सिगरा, वाराणसी	8953990207	मुफ्त*	रु. 50*
सोम-शनि	8 से 2	परिवार कल्याण केन्द्र	राजकीय महिला प्रसूति गृह, दुर्गाकुण्ड		मुफ्त	सेवा उपलब्ध नहीं
सोम-शनि	9-10, 5-7	ओमेगा क्लीनिक	निकट लायन्स स्कूल, नेवादा, सुन्दरपुर रोड	9506038888	मुफ्त*	रु. 50*
सोम-शनि	9 से 3	शेखर हॉस्पिटल	एस-8/50, केएच 10 शिवपुर, वाराणसी	9415620777	मुफ्त*	रु. 50*
सोम-शनि	9 से 3	हर्ष हॉस्पिटल	एबी 12/120 ए-8-1, भेलपुर, वाराणसी	9839072808	मुफ्त*	रु. 50*

## डी.एम.पी.ए. सुविधा आपके लिए उपलब्ध है!

डी.एम.पी.ए. - पहला इंजेक्शन माहवारी के पहले 7 दिनों के भीतर एवं उसके बाद प्रत्येक 3 महीने पर लगवाया जा सकता है।



दिन	समय	स्थान	पता	फोन नं०	डी.एम.पी.ए.
सोम-शनि	9 से 5	परिवार सेवा क्लीनिक	28, लाजपत नगर, मलदहिया, वाराणसी	0542-2417085	रु. 50
सोम-रवि	9 से 3	सूर्या क्लीनिक	72, चंद्रिका नगर, सिगरा, वाराणसी	8953990207	रु. 50**
सोम-शनि	10 से 3	शेखर हॉस्पिटल	एस-8/50, केएच-10, शिवपुर, वाराणसी	9415620777	रु. 50**
सोम-शनि	9-10, 5-7	ओमेगा क्लीनिक	निकट लायन्स स्कूल, नेवादा, सुन्दरपुर रोड	9506038888	रु. 50**
सोम-शनि	9 से 3	हर्ष हॉस्पिटल	एबी 12/120 ए-8-1, भेलपुर, वाराणसी	9839072808	रु. 50**

कुछ महिलाएं डी.एम.पी.ए. इंजेक्शन दवा की दुकान से खरीदती हैं और बहुत से सेवा प्रदाता इसे मुफ्त में लगा देते हैं।

\* पंजीकरण के लिए रु. 5 देने होंगे।

\*\* पहला डी.एम.पी.ए. इंजेक्शन लेने के समय पंजीकरण के लिए रु. 5 देने होंगे। दूसरे डी.एम.पी.ए. इंजेक्शन से तथा प्रत्येक बार फॉलोअप के लिए सिर्फ पंजीकरण के लिए 1 रुपया देना होगा।

गर्भनिरोधक गोली आपके घर के पास दवा, किराने की दुकान, एवं स्वास्थ्य कार्यकर्ता के पास उपलब्ध है!

कंडोम आपके घर के पास दवा, किराने की दुकान एवं स्वास्थ्य कार्यकर्ता के पास उपलब्ध है!

अधिक जानकारी के लिए अपने स्वास्थ्य कार्यकर्ता से संपर्क करें।  
या इस नंबर पर फोन करें: **1800 11 6555** (जेएसके हेल्पलाइन)

सरकारी स्वास्थ्य सेवाएं प्राप्त करना आपका अधिकार है।

