नसबंदी के फ़ायदे-

- यह परिवार छोटा रखने का स्थाई व सुरक्षित उपाय है जिससे सेहत पर कोई बुरा असर नहीं पड़ता।
- नसबंदी शल्यक्रिया से हो या दूरबीन से, औरतों की माहवारी आदि शारीरिक क्रियाएँ पहले जैसी ही होती हैं, केवल मर्द का शुक्राणु औरत के पके डिम्ब तक नहीं पहुँचता व बच्चा नहीं ठहरता।
- संभोग-सुख में कोई कमी नहीं होती: वैवाहिक जीवन पहले जैसा ही रहता है।
- गर्भ-निरोध के दूसरे तरीकों पर होने वाले खर्च की बचत होती है।
- दो-तीन संतानों वाली या बार-बार बच्चा जनने से कमज़ोर हुई औरतों के लिए नसबंदी एक बड़ा वरदान है।

नसबंदी कहाँ की जाती है?

- शल्यक्रिया वाली नसबंदी सभी सरकारी अस्पतालों, सामुदायिक/ प्राथमिक स्वास्थ्य-केन्द्रों या मान्यता प्राप्त स्वयंसेवी संगठनों द्वारा मुफ़्त की जाती है।

- दूरबीन वाली नसबंदी विशेष रूप से प्रशिक्षित डॉक्टर द्वारा जिला अस्पतालों या उच्च तकनीकी स्वास्थ्य-केन्द्रों पर ही की जाती है।

आओ बातें करें!

राज्य परिवार नियोजन सेवा अभिगवीकरण परियोजना एजेन्सी
ओम कैलाश टॉवर, 19-ए, विधान सभा मार्ग, लखनऊ - 226 001

महिला नसबन्दी

जब परिवार भरा-पूरा हो जाए
अपनाओ परिवार नियोजन का पक्का उपाय

एक या दो बच्चे होने के बाद और बच्चा न चाहने पर आपको गर्भ रोकने का स्थाई और पक्का उपाय अपना लेना चाहिए। महिलाओं के लिए यह उपाय है नसबंदी।

नसबंदी क्या है?

महिला नसबंदी में बच्चेदानी के दोनों ओर जुड़ी नलियों को बांध दिया जाता है। नसबंदी दो तरह से होती है-

- शल्यक्रिया से
- दूरबीन से

दोनों ही के बाद माहवारी समय से होती है और डिम्ब भी पकता है, लेकिन शुक्राणु बंद किए गए रास्ते से स्त्री के अंडे तक नहीं पहुँच पाते जिससे गर्भ नहीं ठहरता।

शल्यक्रिया वाली नसबंदी-

एक मामूली ऑपरेशन द्वारा डिम्ब-नलियों को काटकर बांध दिया जाता है।

दूरबीन वाली नसबंदी-

इसमें एक छोटा-सा चीरा लगाकर डिम्ब-नलियों पर छल्ले चढ़ाए जाते हैं। इसमें सिर्फ़ पाँच-दस मिनट लगते हैं और थोड़े आराम के बाद घर जाया जा सकता है।

ध्यान दें-

- केवल प्रशिक्षित डॉक्टर से ही नसबन्दी कराएं।
- संतान के जन्म के दो दिन के अंदर नसबंदी कराने में ज़्यादा सहूलियत है। बच्चा घर में ही हुआ हो तो चालीस दिन बाद नसबंदी कराएं।
- शल्यक्रिया से की गई नसबंदी के बाद लगभग तीन महीने तक वजन उठाने और सीढ़ी चढ़ने जैसा भारी काम न करें।
- गर्भ समापन के बाद भी नसबंदी आसानी से करवाई जा सकती है।

- गर्भ में बच्चा हो तो नसबंदी न कराएं।
- संतान के जन्म के कम से कम दो हफ़्ते बाद ही दूरबीन वाली नसबंदी कराएं।
- वैसे तो नसबंदी के बाद भी शल्यक्रिया द्वारा डिम्ब-नलियाँ जोड़ी जा सकती हैं पर संभव है कि उसके बाद भी गर्भ न ठहरे या कोई दूसरी तकलीफ हो जाए। इसलिए नसबंदी का फैसला तभी करें जब और संतान न चाहें।
- जिन औरतों की बच्चेदानी में बीमारी हो, वे ठीक होने के बाद ही नसबंदी कराएं।

ध्यान न दें-

- यह सोचना बिलकुल गलत है कि नसबंदी के बाद माँ बच्चे को दूध नहीं पिला सकेगी या दूध कम हो जाएगा। दूध बनने की क्रिया पर नसबंदी का कोई असर नहीं पड़ता।
- यह गलतफहमी है कि नसबंदी औरत को छूत वाले यौन रोगों से बचा सकेगी। उसके लिए निरोध जैसे अन्य साधन अपनाने होंगे।
- यह गलत है कि नसबंदी के बाद पेट में गैस बनने, कमर-दर्द, मोटापे या माहवारी बढ़ने की शिकायतें होती हैं।