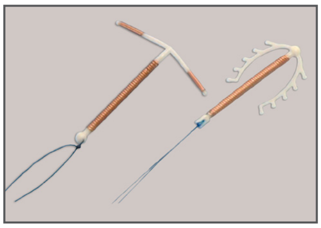
Fact Sheet - Burmese

ကြေးနီဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော သားအိမ်ခေါင်း တွင် ထည့်သည့်ပစ္စည်း
The Copper IUD

ကြေးနီဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော သားအိမ်ခေါင်းတွင် ထည့်သည့်ပစ္စည်း (Copper IUD) ဆိုတာဘာလဲ။



ကြေးနီဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော IUD ဆိုသည် မှာ အလယ်တွင် ကြေးနီ IUD ဝါယာပတ်ထားသော ပလတ်စတစ် ကိရိယာဖြစ်သည်။ ကိုယ်ဝန် မရစေရန် ၎င်းကို သားအိမ်လမ်းကြောင်း (သားအိမ်) အတွင်း၌ ထည့်သည်။ ၎င်းတွင် သေးမျှင်သော နိုင်လွန်ကြိုး တပ်ထားသည်။ ကြေးနီ IUD က နေရာတကျ ရှိနေလျှင် ကြိုးသည် သားအိမ်လည်တံ (သားအိမ်၏အဆုံး) မှ သားမွေးလမ်းကြောင်းသို့ ထွက်နေသည်။ IUD သည် ငါးနှစ်မှ ဆယ်နှစ်ကြာအောင် နေရာတကျ ရှိနေနိုင်ပါသည်။

ကြေးနီဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော IUD သည် မည်ကဲ့သို့ အလုပ်လုပ်သလဲ။

IUD က ထုတ်လွှင့်သော ကြေးနီသည် သုက်ပိုးရော မမျိုးဥများကိုပါ တွေ့ဆုံခြင်း မရှိစေရန် တုန့်ပြန်ပြီး IUD က သားအိမ်၏ နံရံသားကိုလည်း ပဋိသန္ဓေ တည်ခြင်းအတွက် မသင့်တော်စေရန် ပြောင်းလဲပေးသည်။

၎င်းက မည်မျှကောင်းစွာ လုပ်ဆောင်သလဲ။

ကြေးနီ IUD သည် ကောင်းစွာ အလုပ်လုပ်သည်။ ၎င်းသည် ၉၉% ကျော် ထိရောက်မှု ရှိပါသည်။

ကြေးနီဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော IUD ကို မည်သူတွေက အသုံးပြုနိုင်သလဲ။

ကလေး တစ်ခါမျှ မရဘူးသေးသောသူများ အပါအဝင် အမျိုးသမီးအများစုက ကြေးနီ IUD ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သို့သော် သင်အသုံးပြုရန် မသင့်တော်သော အကြောင်းအရာများ ရှိနေနိုင်သဖြင့် သင့်ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးပါ။

IUD ကို မည်သူတွေက အသုံးမပြုနိုင်သလဲ။

အကယ်၍ သင် ကိုယ်ဝန်ရှိနေနိုင်ပါက IUD ကို မသုံးသင့်ပါ။ ပရိဂျက်စ်တိုဂျင် IUD ကို ဓမ္မတာ လာရာ၌ မီးယပ်သွေး များစွာဆင်းတတ်သော အမျိုးသမီးများ သုံးသင့်ပါသည်။ ကြေးနီ IUD ကို မသုံးသင့်သော ကျန်းမာရေးအခြေအနေအချို့သင့်မှာ ရှိနေနိုင်ပါသည်။ သင်ဘေးကင်းစွာ အသုံးပြုနိုင်ရန် သင့်ဆရာဝန်နှင့် ဆွေးနွေးဖို့ အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ ရှိသလား။

ကြေးနီ IUD နှင့် သင့် မီးယပ်သွေးဆင်းခြင်းသည် များများဆင်းခြင်း၊ ကြာကြာဆင်းခြင်းနှင့် တစ်ခါတစ်ရံ ပိုပြီးနာကျင်ခြင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ကြေးနီ IUD ကိုထည့်သည့်အချိန်တွင် တင်ပါးတွင် ရောဂါပိုး ဝင်နိုင်ခြေ အနည်းငယ်ရှိပါသည်။
ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သူနာပြုက ကြေးနီ IUD ကို ထည့်ခြင်းနှင့်ဆိုင်သော အခြားအန္တရာယ်များအကြောင်း ပြောပြပါလိမ့်မည်။

ကြေးနီ IUD ကို သင် မည်ကဲ့သို့ ရနိုင်မည်လဲ။

ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သားသမီး အရေးအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာဆေးခန်းသို့ သင်သွားရန် လိုအပ်သည်။ သင့်အား နှစ်ကြိမ်လာရန် ပြောပါလိမ့်မည်။ ပထမအကြိမ်တွင် ဆရာဝန်က သင့်ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို မေးပြီး IUD အကြောင်း သင့်အား ပြောပြလိမ့်မည်။ သင်သည် သားမွေးလမ်းကြောင်း / တင်ပါး ဆုံဆိုင်ရာ စစ်ဆေးမှု ခံရမည်။ ထို့အပြင် သားမွေးလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါကူးစက်မှု ရှိ မရှိကိုလည်း စစ်ဆေးခံရနိုင်သည်။ ဒုတိယအကြိမ်တွင်မှ IUD ကိုထည့်သည်။ IUD ကို ထည့်ခြင်းသည် ၁၀ မိနစ်ခန့်သာ ကြာသည်။ အချို့အမျိုးသမီးများက ကသိကအောက် ခံစားရနိုင်ပြီး အခြားသူများမှာ အတော်နာကျင်မှုကို ခံစားရနိုင်သည်။ IUD ထည့်နေစဉ်နှင့် ထည့်ပြီးချိန်တွင် အချို့ အမျိုးသမီးများက မူးလဲနိုင်သည့်အတွက် သင်ဆေးခန်းမှ မထွက်ခွာမီ ခနတာ နားနေရန် လိုအပ်ပါလိမ့်မည်။
IUD ကို ထည့်သည့်လုပ်ငန်းမစမီ သင် အစာမစားဘဲနေရန် မလိုအပ်ပါ၊ အမှန်မှာ မထည့်မီ အစာစားထားခြင်းက ပိုကောင်းပါသည်။ သင် ဆေးခန်းတွင် တစ်နာရီကြာမျှ ရှိနေရန် အချိန်ပေးသင့်ပါသည်။

ကြေးနီ IUD ကို မည်ကဲ့သို့ ပြန်ထုတ်သလဲ။

၎င်းကို ပြန်ထုတ်ရန် သင်သည် ဆရာဝန် သို့မဟုတ် သားသမီးအရေးအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာဌာန၏ ဆေးခန်းသို့သွားရန် လိုအပ်သည်။ ဆရာဝန်က အထူးပြုလုပ်ထားသော ကိရိယာကိုသုံးပြီး ကြိုးကို ညင်သာစွာ ဆွဲယူခြင်းဖြင့် IUD ကို ဆွဲထုတ်သည်။ ၎င်းမှာ မိနစ်အနည်းငယ်သာ ကြာသည်။ အမျိုးသမီးအချို့က အနည်းငယ် ကသိကအောက် ခံစားရပြီး အချို့မှာမူ သိတ်များများ မခံစားလိုက်ရပါ။

ဆေးကုသခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် သတင်းဖြန့်ချိရေး | ပညာသင်ကြားရေးနှင့် လေ့ကျင့်ပညာပေးရေး | သုတေသန | အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး
နယူးဆောက်ဝေးပြည်နယ် သားသမီး အရေးအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာဌာနသည် နယူးဆောက်ဝေးပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ရံပုံငွေ ထောက်ပံ့သော အမြတ်အစွန်း မယူသည့်ဌာန ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာစောင်များတွင် ပါဝင်သော သိကောင်းစရာ အချက်အလက်များကို ပညာပေးရေးအတွက်သာ ပြုစုပေးထားပါသည်။ FNPNSW ဤစာစောင်ထုတ်ဝေသည့် အချိန်တွင် အချက်အလက်များသည် တိကျမှန်ကန်ရန်၎င်း၊ အချိန်နှင့် တပြေးညီဖြစ်ရန်၎င်း သေချာစွာ ပြုလုပ်ထားပါသည်။ မိမိတို့၏ မျိုးပွားရေးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကိုင်း၊ ကာမဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကိုင်း စိတ်ပူပန်မှုရှိကြသူ မည်သူမဆို မိမိတို့၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုပေးသူထံမှ အကြံဉာဏ်နှင့် အကူအညီရယူရန် သို့မဟုတ် သားသမီးအရေးအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာ ဆေးခန်းသို့ သွားရောက်ရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။
ပြန်လည် စိစစ်ခြင်း၂၀၁၄ ဇူလိုင်လ | FPNSW 06/14

family planning nsw
Reproductive & Sexual Health

သတိပြုရန် အချက်များ။

IUD နေရာတကျရှိ မရှိ လစဉ် ဓမ္မတာလာပြီးချိန် သားမွေးလမ်းကြောင်း အတွင်း ကြိုးစကို သင့်လက်ချောင်းဖြင့် စမ်းကြည့်ပါ။
အကယ်၍ သင့်ဓမ္မတာလာခြင်းသည် တစ်ပါတ်ထက် ပိုပြီး နောက်ကျနေပါက၊ သင့် သွေးဆင်းခြင်းပုံစံ ပြောင်းသွားပါက၊ သို့မဟုတ် သင် ကိုယ်ဝန်ရှိနေပြီဟု စိတ်ပူပန်နေပါက သင့် ဆရာဝန် သို့မဟုတ် ဆေးခန်းသို့ ကိုယ်ဝန် ရှိ မရှိ စစ်ဆေးရန် သွားပါ။
အကယ်၍ သင် သားမွေးလမ်းကြောင်းမှ ပုံမှန် မဟုတ်သော အရည်ထွက်ခြင်း၊ ရိကျခြင်းဖြစ်လျှင် သို့မဟုတ် သင့်ဆီးခုံတွင် နာကျင်လျှင် ချက်ခြင်း သင့် ဆရာဝန်နှင့် တွေ့ပါ။

ပိုမိုသိကောင်းစရာများ

- နယူးဆောက်ဝေးပြည်နယ် သားသမီးအရေအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာဌာန၏ ဆက်သွယ်ရန်ဖုန်း (Family Planning NSW Talkline) ကို 1300 658 886 တွင် ဆက်သွယ်ပါ၊ သို့မဟုတ် www.fpnsw.org.au/talkline တွင်ကြည့်ပါ။
- NRS (နားမကြားသူများအတွက်) 133 677
- သို့မဟုတ် သင်နှင့် အနီးဆုံး သားသမီးအရေအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာဆေးခန်း (Family Planning Clinic) ကို ဆက်သွယ်ပါ၊

ဆေးကုသခြင်းဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများနှင့် သတင်းဖြန့်ချိရေး | ပညာသင်ကြားရေးနှင့် လေ့ကျင့်ပညာပေးရေး | သုတေသန | အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး
နယူးဆောက်ဝေးပြည်နယ် သားသမီး အရေအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာဌာနသည် နယူးဆောက်ဝေးပြည်နယ် ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ရံပုံငွေ ထောက်ပံ့သော အမြတ်အစွန်း မယူသည့်ဌာန ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာစောင်များတွင် ပါဝင်သော သိကောင်းစရာ အချက်အလက်များကို ပညာပေးရေးအတွက်သာ ပြုစုပေးထားပါသည်။ FNPNSW ဤစာစောင်ထုတ်ဝေသည့် အချိန်တွင် အချက်အလက်များသည် တိကျမှန်ကန်ရန်ငှင်း၊ အချိန်နှင့် တပြေးညီဖြစ်ရန်ငှင်း သေချာစွာ ပြုလုပ်ထားပါသည်။ မိမိတို့၏ မျိုးပွားရေးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကိုငှင်း၊ ကာမဆက်ဆံရေးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကိုငှင်း စိတ်ပူပန်မှုရှိကြသူ မည်သူမဆို မိမိတို့၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု ဝန်ဆောင်မှုပေးသူထံမှ အကြံဉာဏ်နှင့် အကူအညီရယူရန် သို့မဟုတ် သားသမီးအရေအတွက် ထိန်းချုပ်မှုဆိုင်ရာ ဆေးခန်းသို့ သွားရောက်ရန် တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။
ပြန်လည် စိစစ်ခြင်း၂၀၁၄ ဇူလိုင်လ | FPNSW 06/14

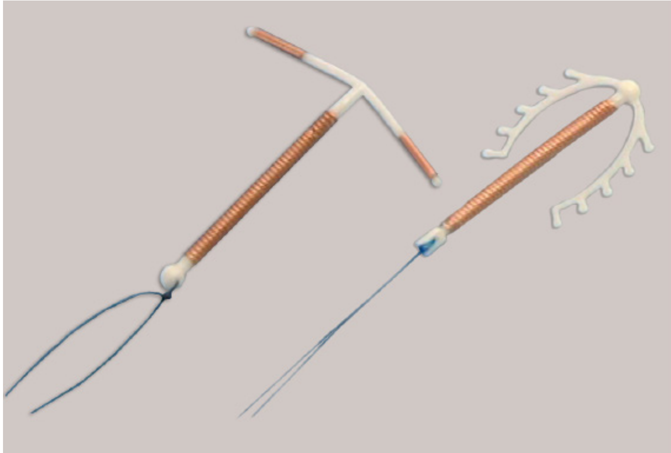
family planning nsw
Reproductive & Sexual Health

Fact Sheet - English

THE COPPER IUD

What Is A Copper IUD?

A Copper IUD is a small plastic device with copper wire wrapped around its stem. It is placed inside the uterus (womb) to prevent pregnancy. It has a fine nylon string attached to it. When the Copper IUD is in place, the string comes out through the cervix (the end of the uterus) into the vagina. The IUD can stay in place for five to ten years depending on the type.



How Does The Copper IUD Work?

The copper released from the IUD affects both the sperm and the eggs making it unlikely they will meet and the IUD causes changes in the lining of the womb making it less suitable for a pregnancy.

How Well Does It Work?

The Copper IUD works very well. It is more than 99% effective.

Who Can Use A Copper IUD?

Most women are able to use a copper IUD, including women who haven't had a baby before, but talk to your doctor, as there are some reasons why it may not be right for you.

Who Should Not Use An IUD?

You should not use an IUD if you could be pregnant.

It may be better for women who have heavy periods to use a progestogen IUD. There are some medical conditions that you may have which could prevent you from using the Copper IUD. It is very important to talk with your doctor to be sure it is safe for you to use it.

Are There Any Side Effects?

Your periods may be heavier, longer and sometimes more painful with a copper IUD.

There is a small chance of getting a pelvic infection at the time of the copper IUD insertion.

The doctor or nurse will tell you about other risks of having the copper IUD inserted.

How Do You Get The Copper IUD?

You need to go to a doctor or Family Planning Clinic. Usually you are asked to make two visits. On the first visit the doctor asks questions about your health and tells you about the IUD. You will have a vaginal/pelvic examination and possibly a test for vaginal infection. On the second visit the IUD is inserted. The procedure takes about 10 minutes. Some women may find the experience a bit uncomfortable while others may find it somewhat painful. Some women can feel faint during or after the insertion and you will probably need to rest for a while before you leave the clinic.

You do not have to fast before the procedure, in fact it is a good idea to eat beforehand. You should allow at least an hour to be at the clinic.

How Is The Copper IUD Taken Out?

You need to go to a doctor or Family Planning Clinic to have it taken out. The doctor uses a special instrument to remove the IUD by gently pulling on the string. This only takes a couple of minutes. Some women find it a little uncomfortable but most women don't feel much at all.

Things To Remember

Feel inside your vagina with your finger to check the string each month after your period, to be sure the IUD is in place.

If your period is more than a week overdue, you have a change in your usual bleeding pattern or you are

Family Planning NSW is a not-for-profit organisation funded by the NSW Ministry of Health

The information in this Fact Sheet has been provided for educational purposes only. FNPNSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit a Family Planning Clinic.

Reviewed May 2014/FPNSW 05/14

family planning nsw

Reproductive & Sexual Health

concerned that you could be pregnant, go to see your doctor or clinic for a pregnancy test.

If you have any unusual discharge from your vagina or pain low in your abdomen, see your doctor straight away.

For Further Information

- Contact the Family Planning NSW Talkline on 1300 658 886 or go to www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (for deaf) 133 677
- Or visit your nearest Family Planning clinic

Reviewed: June 2014 | FPNSW 06/14

The information in this Factsheet has been provided for educational purposes only. Family Planning NSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit an Family Planning NSW clinic.