multi cultural communication

Lao
March 2003
[BHC-6220]

Contraceptive implants –information for women
ຢາຄຸມກຳເນີດທີ່ຍັດໃສ່ຮ່າງກາຍທັງຫຼາຍ - ລາຍລະອຽດສຳລັບຜູ້ຍິງ

ຢາຄຸມກຳເນີດທີ່ຍັດໃສ່ຮ່າງກາຍທັງຫຼາຍນັ້ນແມ່ນຫັຍງ?

ຢາຄຸມກຳເນີດທີ່ຍັດໃສ່ຮ່າງກາຍທັງຫຼາຍເຮັດວຽກແບບຄ້າຍຄືກັນກັບຢາຄຸມກຳເນີດຕ່າງໆແນວເປັນເມັດ. ຢາພວກນີ້ມີນ້ຳເຊື້ອ ຮໍໂມນ໌ ຢ່າງນຶ່ງທີ່ມີໃນຢາຄຸມກຳເນີດແນວເປັນເມັດ. ນ້ຳເຊື້ອ ຮໍໂມນ໌ ນີ້ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຖືພາ. ແຕ່ແທນທີ່ຈະຢູ່ໃນເມັດຢາຄຸມອັນນຶ່ງນັ້ນ, ນ້ຳເຊື້ອ ຮໍໂມນ໌ ອັນນີ້ແມ່ນຢູ່ໃນເລົາອັນນ້ອຍໆ, ບາງ, ເບັດໄດ້. ເລົານີ້ຍາວ 4 cm ແລະເຮັດດ້ວຍຢາງ. ເລົານັ້ນແມ່ນເອົາຍັດເຂົ້າພໍດີຢູ່ຫຼຸ່ມຜິວໜັງຢູ່ເບື້ອງດ້ານໃນຂອງແຂນຜູ້ຍິງ. ອັນນີ້ແມ່ນຈະຕ້ອງໃຫ້ທ່ານໝໍຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງ ທີ່ຄຸ້ນເຄີຍກັບວິທີທຳນັ້ນເປັນຜູ້ເຮັດ.

ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນຄ່ອຍໝັ່ນປ່ອຍປະລິມານນ້ຳເຊື້ອ ຮໍໂມນ໌ ອອກມາເທື່ອລະນ້ອຍ. ອັນນີ້ປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຖືພາໄປໄດ້ສາມປີ. ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນຈະຕ້ອງໄດ້ເອົາອອກມາຕ່ອນທ້າຍສາມປີ. ແຕ່ວ່າ, ເລົານັ້ນສາມາດໃຫ້ເອົາອອກຍາມໃດກໍໄດ້ໂດຍທ່ານໝໍ ທີ່ຄຸ້ນເຄີຍກັບວິທີເອົາອອກນັ້ນ.

ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນແມ່ນເຮັດວຽກຢ່າງໃດ?

ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນປ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ຖືພາໂດຍ

- ຫ້າມບໍ່ໃຫ້ຮັງໄຂ່ຂອງຜູ້ຍິງຜະລິດໄຂ່ແຕ່ລະເດືອນ.
- ເຮັດໃຫ້ນ້ຳເມືອກທີ່ຜູ້ຍິງມີຢູ່ໃນຄໍມົດລູກ (ທາງເຂົ້າຂອງມົດລູກ) ຂອງພວກເຂົານັ້ນແຂ້ນຂຶ້ນ. ນີ້ເຮັດໃຫ້ມັນລຳບາກສຳລັບເຊື້ອຜູ້ຊາຍເພື່ອຈະຜ່ານແລະປະສົມພັນກັບໄຂ່ໄດ້.

ມັນແມ່ນໃຊ້ໄດ້ຜົນດີປານໃດ?

ຢາຄຸມກຳເນີດທີ່ຍັດໃສ່ຮ່າງກາຍນັ້ນແມ່ນໃຊ້ໄດ້ຜົນເກີນກວ່າ 99 % ໃນການປ້ອງກັນການຖືພາ. ແຕ່ຈົ່ງຈື່ຈຳໄວ້ວ່າບໍ່ມີຢາຄຸມອັນໃດທີ່ອາໃສໄດ້ 100 ເປີເຊັນ.

ຜົນປະໂຫຍດຕ່າງໆອັນດີຂອງເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນແມ່ນຫັຍງ?

- ມີການຄຸມກຳເນີດອັນໄດ້ຜົນດີໄປສາມປີ
- ທ່ານບໍ່ຕ້ອງຈຳເປັນຈື່ໃຊ້ຢາຄຸມກຳເນີດທຸກໆມື້.
- ບໍ່ເປັນມານກັບຄວາມສຸກທາງເພດ
- ລາຄາຕ່ຳ

ຜົນປະໂຫຍດຕ່າງໆອັນບໍ່ດີນັ້ນແມ່ນຫັຍງ?

- ຜູ້ຍິງທັງຫຼາຍທີ່ໃຊ້ເລົາຍັດໃສ່ຕ່າງໆນັ້ນມີການປ່ຽນແປງຫຼາຍຢ່າງກັບປະຈຳເດືອນຂອງພວກເຂົາ. ຜູ້ຍິງທັງຫຼາຍສ່ວນມາກມີເລືອດອອກໜ້ອຍລົງກວ່າກ່ອນໄດ້ເອົາເລົານັ້ນຍັດໃສ່, ແຕ່ວ່າບາງຄົນມີປະຈຳເດືອນເລື້ອຍຂື້ນຫຼືວ່າເປັນດົນຂື້ນກວ່າເກົ່າ.
- ຜູ້ຍິງບາງຄົນມີຢ່າງເປັນແນວອື່ນ ທີ່ອາດຮວມມີການເຈັບຫົວແລະຕຸ່ມສິວ.
- ບໍ່ປ້ອງກັນການຕິດເຊື້ອໂຣກຕ່າງໆທາງເພດ, ໂຣກເອດສ໌ HIV/AIDS ຫຼືວ່າພະຍາດຕັບອັກເສບເຊື້ອ B

ເຣື້ອງການປະສົມພັນມີລູກໄດ້ເດ?

ຢາຄຸມກຳເນີດທີ່ຍັດໃສ່ຮ່າງກາຍນັ້ນບໍ່ແຊກແຊງກັບເຣື້ອງການປະສົມພັນມີລູກໄດ້ ເວລາໄດ້ເອົາອອກແລ້ວ - ການເປັນປະຈຳເດືອນຕ່າງໆສ່ວນມາກກັບຄືນເປັນທຳມະດາພາຍໃນນຶ່ງເດືອນ.

ສາມາດແນມເຫັນຫຼືວ່າບາຍຮູ້ສຶກເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນໄດ້ບໍ?

ທ່ານບໍ່ສາມາດແນມເຫັນເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນ - ມັນໃສ່ເຊື່ອງຢູ່ກ້ອງຜິວໜັງຂອງທ່ານ. ແຕ່ທ່ານສາມາດຮູ້ສຶກເລົານັ້ນໄດ້ໂດຍບາຍບ່ອນທີ່ມີເລົາຍັດໃສ່ເທິງແຂນນັ້ນ.

ໃຜທີ່ອາດເລືອກໃຊ້ຢາຄຸມກຳເນີດທີ່ຍັດໃສ່ຮ່າງກາຍນັ້ນ?

ຜູ້ຍິງທີ່

- ຕ້ອງການຢາຄຸມກຳເນີດອັນໄດ້ຜົນດີ, ໄດ້ດົນນານແລະຄືນຄືເກົ່າໄດ້.
- ຈະຍອມຮັບການປ່ຽນແປງຕ່າງໆຕໍ່ລະຍະການເປັນປະຈຳເດືອນຂອງຕົວເອງ.

ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນອາດຈະເໝາະສົມຢ່າງດີສຸດ ຖ້າວ່າທ່ານ

- ມີບັນຫາເຣື່ອງການຈື່ຈຳໃນການກິນເມັດຢາຄຸມກຳເນີດຕ່າງໆນັ້ນ.
- ບໍ່ມັກວິທີຄຸມກຳເນີດຢ່າງອື່ນ ຫຼືວ່າຮູ້ສຶກວ່າຢ່າງອື່ນນັ້ນໃຊ້ບໍ່ໄດ້ຜົນດີ
- ບໍ່ສາມາດກິນຢາ ຮໍໂມນ໌ ເຊື້ອ ອິດສ໌ໂຕຣເຈັນ (oestrogen)ໄດ້

ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນແມ່ນຢ່າງນຶ່ງຂອງວິທີການຄຸມກຳເນີດທັງຫຼາຍອັນແຕກຕ່າງກັນ. ເວົ້າລົມກັບທ່ານໝໍຂອງທ່ານກ່ຽວກັບທາງເລືອກຕ່າງໆທີ່ມີຮັບໃຊ້ນັ້ນ ແລະກັບອັນທີ່ເໝາະສົມກັບທ່ານທີ່ສຸດ.

ໃຜທີ່ບໍ່ອາດສາມາດໃຊ້ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນໄດ້?

ມັນອາດບໍ່ເໝາະສົມຖ້າວ່າທ່ານ:

- ມີພະຍາດຕັບອັນຮ້າຍແຮງ
- ມີເລືອດອອກທາງຊ່ອງຄອດບໍ່ທຳມະດາ
- ກິນຢາທີ່ເຮັດໃຫ້ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນມີຜົນດີໜ້ອຍລົງ
- ມີເລືອດກ້າມທາງໃນ
- ບໍ່ສາມາດກິນຢາ ຮໍໂມນ໌ ເຊື້ອ ໂປຣແຈສ໌ຕິໂຣນ໌ (progesterone)

ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນແມ່ນໄດ້ເອົາເຂົ້າແລະເອົາອອກຢ່າງໃດ?

ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນແມ່ນໄດ້ເອົາເຂົ້າໂດຍການໃສ່ຢາມຶນແຖວບ່ອນໃສ່. ນີ້ໃຊ້ເວລາລະຫວ່າງນຶ່ງນາທີ. ການເອົາເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນອອກກໍແມ່ນໄດ້ເຮັດໂດຍການໃສ່ຢາມຶນແຖວບ່ອນໃສ່, ແລະກັບມີການປາດໜ້ອຍນຶ່ງ. ອັນນີ້ອາດເຮັດໃຫ້ມີຮອຍບາດແຜອັນໜ້ອຍໆ. ການເອົາເຂົ້າແລະເອົາເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນອອກຈະຕ້ອງແມ່ນທ່ານໝໍ ທີ່ຄຸ້ນເຄີຍກັບວິທີທຳເຫຼົ່ານີ້. ຫຼັງຈາກເອົາເຂົ້າແລ້ວ, ທ່ານຕ້ອງສາມາດບາຍຮູ້ສຶກໄດ້ ແຕ່ວ່າບໍ່ເຫັນເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນ. ຖ້າວ່າບໍ່ສາມາດບາຍຮູ້ສຶກມັນໄດ້, ໃຫ້ໄປຫາທ່ານໝໍຂອງທ່ານ. ໃຊ້ວິທີຄຸມກຳເນີດແນວສຳຮອງໄວ້ ຈົນກວ່າທ່ານໝໍຜູ້ນັ້ນບອກທ່ານວ່າເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນຍັງຢູ່ບ່ອນນັ້ນຢູ່.

ມັນຈະເຈັບບໍ່?

ການໃຊ້ເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນມັນບໍ່ເຈັບ. ອາດມີຮອຍຊ້ຳແລະເຈັບປວດແດ່ຫຼັງຈາກໄດ້ເອົາມັນເຂົ້າຫຼືວ່າເອົາອອກ. ອັນນີ້ອາດເປັນໄປຮອດເປັນອາທິດ. ເອົາຜ້າພັນບາດພັນໃສ່ແຂນໄປລະຍະ 24 ຊົ່ວໂມງຊ່ວຍລຶດຜ່ອນຮອຍຊ້ຳແລະເຈັບປວດ. ແຖວບ່ອນນັ້ນອາດຄັນໜ້ອຍນຶ່ງໄປສາມສີ່ມື້. ມັນສຳຄັນຄວນຫຼີກບໍ່ຖູຜິວໜັງເທິງບ່ອນເອົາເລົາຍັດໃສ່ນັ້ນ.

ຂ້າພະເຈົ້າຈະຊອກທ່ານໝໍເວົ້າລົມນຳກ່ຽວກັບເອົາຢາຄຸມກຳເນີດທີ່ຍັດໃສ່ຮ່າງກາຍນັ້ນໄດ້ຢ່າງໃດ?

ໃຫ້ຕິດຕໍ່ຫາສາຍສຸຂະພາບ FPA Healthline ຕາມນຳເບີ 1300 658 886. ສູນສຸຂະພາບ FPA Health ຕ່າງໆມີທ່ານໝໍຫຼາຍຄົນ ທີ່ສາມາດເອົາເລົາຍັດໃສ່ໄດ້. ສາຍສຸຂະພາບ FPA Healthline ສາມາດຊີ້ທາງໃຫ້ທ່ານໄປຫາບ່ອນສູນທີ່ໃກ້ທີ່ສຸດ ຫຼືວ່າໃຫ້ໄປຫາທ່ານໝໍຜູ້ອື່ນທີ່ຜ່ານການເຝິກຫັດໃນການເອົາເລົາຍັດໃສ່. ຫຼືວ່າໂທລະສັບຫາຫ້ອງການບໍລິການສຸຂະພາບຄົນນາໆຊາດ FPA Multicultural Health Services ຕາມນຳເບີ 02 9754 1322.

ຖ້າວ່າທ່ານຕ້ອງການຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອເລື່ອງການໂທລະສັບເປັນພາສາອັງກິດ, ໂທລະສັບຫາຫ້ອງການບໍລິການແປແລະນາຍພາສາ (TIS) ຕາມນຳເບີ 131 450.

ທ່ານສາມາດຊອກເອົາລາຍລະອຽດເລື່ອງສຸຂະພາບເພີ້ມໃນພາສາຂອງທ່ານໄດ້ ຕາມຈຸດສາຍສານ (website) ຂອງຫ້ອງການຕິດຕໍ່ຄົນນາໆຊາດ (Multicultural Communication) ຢູ່ http://mhcs.health.nsw.gov.au.

ນຳເບີໂທລະສັບຕ່າງໆນັ້ນແມ່ນຖືກຕ້ອງຕ່ອນພິມ ແຕ່ວ່າບໍ່ໄດ້ກວດເບິ່ງຕະຫຼອດ. ທ່ານອາດຕ້ອງໄດ້ກວດນຳເບີຕ່າງໆນັ້ນໃນປື້ມໂທລະສັບ.