ओरल(मुँह से लिए जाने वाले) गर्भनिरोधक

ओरल गर्भनिरोधक

ओरल गर्भनिरोधक अस्थाई गर्भनिरोध का बहुत ही विश्वसनीय उपाय हैI सही उपचार गर्भनिरोध की सफलता का 98% या उसे अधिक का स्तर पा सकता हैI

ओरल गर्भनिरोधक गोलियां कैसे गर्भनिरोध करती हैं?

1. अंडाणु के विकास और अंडों के उत्सर्जन को रोककर;
2. गर्भाशय की झिल्ली के विकास को दबाकर और अंडों के आरोपण को अवरुद्ध कर; और
3. ग्रीवा की श्लेष्म की चिपचिपाहट को बनाकर और शुक्राणुओं के लिए गर्भाशय के अंडों तक पहुँचने को मुश्किल बनाकरI

ओरल गर्भनिरोधक गोलियों की संरचना और वर्गीकरण

संरचना के आधार पर गर्भनिरोधक गोलियों को निम्नलिखित दो वर्गों में विभाजित किया जा सकता है:

a. संयुक्त एस्ट्रोजन और प्रोजेस्टोजन गोलियां: ये गोलियां अंडाणुओं के विकास और अंडाणुओं के बनने को रोकती हैं, इस तरह महिलायें गर्भधारण को रोक सकती हैंI उनकी संरचना को महिलाओं के अंतःस्रावी चक्र से मिलता जुलता बनाया गया है; और इस प्रकार की गोलियों को 28-दिन के चक्र में लेना होता हैI ये 21-गोली और 28-गोली के पैक में उपलब्ध हैं:

    1. 21-गोली के पैकेट हार्मोनल गोलियों के हैंI दूसरे पैक को शुरू करने से पहले आपको पहले पैक को खत्म करने के बाद सात दिनों का इंतजार करना होगाI
    2. 28-गोली के पैकेट में 21 हार्मोनल गोलियों के अलावा सात गैर-हार्मोनल गोलियां होती हैंI

    जब आप गैर-हार्मोनल गोलियां ले रहे होते हैं या उपचार के बीच में इंतजार कर रहे होते हैं, तो हर 28 दिनों में एक बार, मासिक धर्म शुरू हो जाएगाI आमतौर पर, मासिक धर्म बहुत ही नियमित रूप से आता है और प्रवाह की मात्रा अपेक्षाकृत कम होती हैI

b. केवल प्रोजेस्टोजन वाली गोलियां: इस किस्म की गोलियों में थोड़ी मात्रा में सिर्फ प्रोजेस्टोजन होता है जिसका मुख्य कार्य ग्रीवा के श्लेष्म में चिपचिपाहट को बनाये रखना है, जिससे शुक्राणुओं का गर्भाशय में प्रवेश करना मुश्किल हो सकेI ये अण्डों के आरोपण को भी रोक सकती हैंI उपयोगकर्ताओं को एक गोली रोजाना बिना किसी अवरोध के लेनी चाहिएI मासिक धर्म की तारीख का पता लगाना मुश्किल हैI

ओरल गर्भनिरोधक गोलियों के दुष्प्रभाव

आजकल ओरल गर्भनिरोधक गोलियां बहुत ही सुरक्षित हैं लेकिन ये दुष्प्रभावों, जैसे कि सिरदर्द, पेट-दर्द, मतली, स्तन की कोमलता, वजन और यौन इच्छा में बदलाव, चिंता का भाव, से मुक्त नहीं हैं, हालांकि ऐसे दुष्प्रभाव कुछ महीनों में खत्म हो जाते हैंI गर्भनिरोधक गोलियों के लेने से रक्त के थक्के जमने का खतरा बढ़ सकता है, एशियाई लोगो को होने वाली एक दुर्लभ लेकिन नजरअंदाज न करने वाली बीमारीI नतीजतन, हर महिला के लिए ओरल गर्भनिरोधक गोलियों लेना उपयुक्त नहीं है और सुरक्षा के दृष्टिकोण से चिकित्सीय सलाह लेना जरूरी हैI

गर्भनिरोधक गोलियों का उपयोग और विकल्प

महिलाओं की विभिन्न शारीरिक स्थितियों के अनुरूप विभिन्न दवाओं में हार्मोन्स की अलग-अलग खुराक होती हैI पहली बार इस्तेमाल करने वाले को स्वास्थ्य विशेषज्ञों की सलाह लेनी चाहिए और उपयोगकर्ता यह पुष्टि करने के लिए कि गर्भनिरोधक का उपयोग उनके लिए उपयुक्त है, एक चिकित्सीय परिक्षण करवा सकता हैI उसके बाद सही दवा के चयन और लेने के समय पर विचार-विमर्श और निर्णय किया जा सकता हैI उपयोगकर्ता को उपचार के दौरान लगातार परामर्श और, प्रतिकूल प्रभावों, यदि कोई हो तो, की पहचान के लिए, अपने स्वास्थ्य विशेषज्ञों के साथ नियमित संपर्क में रहना चाहिएI परिणामस्वरूप, सुरक्षा की पुष्टि के लिए, सामान्यतः साल में एक बार, नियमित चिकित्सीय जाँच करवाना जरूरी हैI

मतभेद

महिलाओं को, गर्भनिरोधक गोलियां नहीं लेनी चाहिए यदि:

1. उन्हें शिरा/धमनी में रक्त के थक्के जमने की बीमारी हो या इसका चिकित्सीय इतिहास हो या उनमे रक्त के थक्के जमने के लक्षण जैसे कि हृदय रोग, स्ट्रोक और पैरों और फेफड़ों को आपूर्ति करने वाली नाड़ियों में रक्त के थक्के हों;
2. यकृत की बीमारी या यकृत के विकार से पीड़ित हों;
3. स्तन या जननांगो के कैंसर के संदिग्ध या पुष्टि किए गए रोगी;
4. अज्ञात कारणों से योनि के रक्त-स्त्राव से पीड़ित हों; और
5. 35 वर्ष की आयु वाले या उससे अधिक के धूम्रपान करने वाले होंI

महिलाएं सिर्फ स्वास्थ्य विशेषज्ञों की देखरेख में गर्भनिरोधक गोलियाँ ले सकती हैं यदि वे:

1. हेमीक्रेनिया से पीड़ित हैं;

2. पीलिया से पीड़ित हैं;
3. उच्च-रक्तचाप से पीड़ित हैं;
4. मधुमेह का चिकित्सीय इतिहास है या गर्भकालीक मधुमेह से पीड़ित हैं; और
5. आयु 45 वर्ष या उससे अधिक हैंI

चेतावनी संकेत

उपचार के दौरान किसी भी अज्ञात कारणों से होने वाला चिकित्सीय संकेत, जैसे कि अचानक दर्द, गर्भनिरोधक गोलियों के इस्तेमाल से संबंधित हो सकता हैI जितना जल्दी हो अपने डॉक्टर से परामर्श लेंI

ध्यान देने वाले बिंदु

अगर उपचार के दौरान निम्नलिखित में से कुछ भी होता है तो अपने स्वास्थ्य विशेषज्ञ की सलाह लें:

1. आप खुराक को लेना भूल गए हैं या गलत खुराक ले ली है;
2. आप आने वाले एक या दो महीनों में शल्यचिकित्सा के लिये जाने वाले हैं या लम्बे समय के लिये बिस्तर पर आराम करने वाले हैं;
3. आपको कोई और दवा भी और विशेष रूप से, एंटीसपासमोडिक, एंटीबायोटिक या ट्रैंक्विलाइज़र (चूँकि कुछ दवाएं गर्भनिरोधक गोलियों के प्रभाव पर असर डाल सकती हैं; परिणामस्वरूप अन्य पूरक रक्षक, जैसे कि गर्भनिरोधक उपाय के अवरोधक, लेने की आवश्यकता हो सकती है) लेने की जरूरत है;
4. उल्टी या दस्त अगर 24 घंटो से ज्यादा समय के लिए होते रहें (चूँकि पेट की गड़बड़ी गर्भनिरोधक गोलियों के अवशोषण में बाधा डाल सकती है); और
5. गैर-हार्मोनल गोलियों को लेने के एक हफ्ते बाद या उपचार को बंद करने के बाद भी मासिक धर्म नहीं आता हैI

गर्भनिरोधक गोलियों का भंडारण

गर्भनिरोधक गोलियों को ठंडी और सूखी जगह पर रखना चाहिएI गोलियों को रेफ्रीजरेटर में रखने की जरूरत नहीं होतीI इसके अलावा, बच्चों द्वारा गोलियां निगले जाने के खतरे से बचने के लिए उन्हें बच्चों की पहुँच से दूर उचित तरीके से रखना चाहिएI

दवा कार्यालय
स्वास्थ्य विभाग

जनवरी 2021