اورل کونٹراسیپٹیوز

اورل کونٹرا سیپٹیوز

اورل کونٹراسیپٹیوز یا بذریعہ منہ لی جانے والی مانع حمل ادویات حمل روکنے کا ایک انتہائی قابل اعتماد غیر مستقل ذریعہ ہیں۔ مناسب ادویات کی مدد سے حمل روکنے کی شرح تناسب ٪98 یا زائد تک پہنچ سکتی ہے۔

اورل کونٹراسیپٹیو گولیاں کیسے مانع حمل کا مقصد حاصل کرتی ہیں؟

1. اوویوم کے فروغ اور اوویولیشن سے بچاتی ہیں؛
2. یوٹرین لائننگ کی بڑھوتری کو دباتی ہیں اور انڈے کی امپلانٹیشن کی حوصلہ شکنی کرتی ہیں؛ اور
3. کرویکل میوکس کی وسکوسٹی کو برقرار رکھتی ہے اور سپرمز کے لیے انڈوں تک پہنچنا مشکل بنا دیتی ہے۔

اورل کونٹراسیپٹیوز گولیوں کی ترکیب اور درجہ بندی

اورل کونٹراسیپٹیوز گولیوں کو ان کی ترکیب کے مطابق مندرجہ ذیل دو اقسام میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔

a. مشترکہ ایسٹروجن اور پروجسٹوجن گولیاں: یہ گولیاں انڈوں اور بیضوں کی نشوونما کو روک سکتی ہیں، اس طرح خواتین میں حمل کو روک سکتی ہیں۔ ان کی ترکیب خواتین کے اینڈوکرائن سائیکل سے ملتی جلتی ڈیزائن کی گئی ہے۔ اور اس طرح کی گولیاں 28 دن کے سائیکل پر لی جاتی ہیں۔ یہ 21 گولی اور 28 گولی پیکس میں دستیاب ہیں:

1. 21گولی پیک ہارمونل گولیاں ہیں۔ دوسرا پیک شروع کرنے سے پہلے آپ کو ایک پیک کے استعمال کے بعد سات دن انتظار کرنا پڑے گا۔
2. 28گولی پیک 21 ہارمونل گولیوں کے علاوہ سات غیر ہارمونل گولیوں پر مشتمل ہے۔

جب آپ نان ہارمونل گولیاں لے رہے ہوں یا ادویات کے درمیان انتظار کر رہے ہیں تو، ماہواری ہر 28 دن میں ایک بار شروع ہوجائے گی۔ عام طور پر، حیض بہت باقاعدگی سے آتا ہے اور بہاؤ کا حجم نسبتا کم ہوتا ہے۔

b. پروجیسٹرون اونلی گولیوں: اس طرح کی گولیوں میں پروجیسٹیرون تھوڑی مقدار میں ہوتا ہے اور اس کا مرکزی کام کریوکل میوکس کی وسکوسٹی کو برقرار رکھنا ہے، اور سپرموں کو بچہ دانی میں داخل ہونے سے روکنا مشکل بنانا ہے۔ وہ انڈوں کی پیوند کاری کی بھی حوصلہ شکنی کر سکتے ہیں۔

استعمال کنندگان کو بغیر کسی وقفے کے فی دن ایک گولی لینا چاہیے۔ حیض کی ہسٹری کا اندازہ لگانا مشکل ہے۔

اورل کونٹراسیپٹیوز گولیوں کے ضمنی اثرات

اورل کونٹراسیپٹیوز گولیاں آج کل استعمال کرنے میں انتہائی محفوظ ہیں مگر وہ سرجری، پیٹ میں درد، متلی، چھاتی کے ڈھیلے پن، وزن اور جنسی خواہش میں بدلاؤ اور افسردہ مزاج جیسے مضر اثرات سے آزاد نہیں ہیں، اگرچہ اس طرح کے اثرات عام طور پر کئی مہینوں میں کم ہوجاتے ہیں۔ مانع حمل گولیوں کے لیے جانے سے تھرومبوسس کا خطرہ بھی بڑھ سکتا ہے، جو ایشیائی افراد میں ایک نایاب مگر ابھی تک نظر انداز نہ کی جا سکنے والی بیماری ہے۔ اس کے نتیجے میں، تمام خواتین مانع حمل گولیوں کے لیے موزوں نہیں ہیں اور حفاظت کی خاطر طبی مشورے کی ضرورت پڑتی ہے۔

مانع حمل گولیوں کا استعمال اور انتخاب

خواتین کے درمیان مختلف جسمانی کیفیات کی مناسبت سے مختلف ترتیب کاریوں میں مختلف خوراک ملتی ہے۔ پہلی بار کے استعمال کنندگان کو صحت کی دیکھ بھال کرنے والے پیشہ ور افراد سے مشورہ کرنا چاہیے اور مانع حمل گولیاں استعمال کرنے کے مناسب ہونے کی تصدیق کے لیے استعمال کنندگان طبی معائنے کر سکتے ہیں۔ اس کے بعد تیاری اور نسخے کے مناسب انتخاب پر تبادلہ خیال اور فیصلہ کیا جاتا ہے۔ صارفین کو ادویات کے دوران اپنے صحت سے متعلق پیشہ ور افراد سے باقائدہ رابطہ رکھنا چاہیے تاکہ وہ مشورے کریں اور منفی اثرات کی نشاندہی کریں، اگر کوئی ہوں۔ اس کے نتیجے میں، حفاظت کو یقینی بنانے کے لیے عام طور پر سال میں ایک بار، باقاعدہ طبی معائنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

معکوس علامات

خواتین کو مانع حمل گولیاں نہیں لینی چاہئیں اگر ان کو یہ کیفیت درپیش ہو:

1. نس / نالی میں خون کے جمنے کے عارضہ سے دوچار ہوں یا تھرومبوسس کی علامات کی ہسٹری رکھتی ہوں جیسا کہ جیسے دل کی بیماری، فالج اور ٹانگوں یا پھیپھڑوں کو خون کی فراہمی کی راہ میں خون کے جمے لوتھڑے موجود ہوں؛
2. جگر کی بیماری یا جگر کی خرابی کی شکایت میں مبتلا ہوں؛
3. چھاتی یا تناسلی اعضاء کے کینسر کے مشتبہ یا تصدیق شدہ مریض؛
4. نامعلوم وجوہات کی وجہ سے اندام نہانی سے خون بہتا ہو؛ اور
5. سگریٹ نوشوں کی عمر 35 سال یا اس سے زیادہ ہے۔

خواتین صرف صحت کی دیکھ بھال کے پیشہ ور افراد کی نگرانی میں مانع حمل گولیوں کا استعمال کر سکتی ہیں اگر وہ:

1. ہیمیکرانیا میں مبتلا ہوں؛
2. یرقان میں مبتلا ہوں؛
3. ہائپر ٹینشن میں مبتلا ہوں؛
4. ذیابیطس یا گیسٹیشنل ذیابیطس کی میڈیکل ہسٹری موجود ہو؛ اور
5. 45 سال یا اس سے زیادہ کی عمر ہو۔

انتباہی نشانیاں

ادویات لینے کے دوران نامعلوم وجوہات کی وجہ سے ایسی جسمانی علامتیں پائی جائیں، جیسے اچانک درد، تو یہ مانع حمل گولیوں کے استعمال سے متعلقہ ہو سکتے ہیں۔ جتنی جلدی ہو سکے اپنے ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔

نوٹ کرنے کے لیے نکات

اگر ادویات لینے کے دوران مندرجہ ذیل میں سے کوئی چیز پیش آتی ہو تو اپنے صحت سے متعلق پیشہ ور افراد سے مشورہ کریں:

1. آپ سے ایک خوراک چھوٹ گئی ہو یا آپ نے غلط خوراک لے لی ہو ؛
2. آپ آنے والے ایک یا دو ماہ کے عرصے میں سرجری کروانے جارہے ہیں یا طویل عرصہ تک بستر پر آرام کی ضرورت درپیش ہو؛
3. آپ کو دیگر ادویات بھی لینا پڑتی ہیں اور خاص طور پر اینٹی سپیسموڈیکس، اینٹی بائیوٹکس یا ٹرانکوئلیزرز (چونکہ کچھ ادویات مانع حمل گولیوں کے اثر میں مداخلت کر سکتی ہیں، اور اس کے نتیجے میں دیگر ضمنی تحفظ کی غرض سے، مثال کے طور پر، مانع حمل طریقوں کی راہ میں رکاوٹ بنتی ہیں، کی ضرورت پڑ سکتی ہے)؛ اور
4. قے یا اسہال 24 گھنٹے سے زیادہ برقرار رہے (کیونکہ گیسٹرو انٹیسٹائنل بے سکونی مانع حمل گولیوں کی جذب میں رکاوٹ پیدا کر سکتی ہیں)؛ اور
5. نان ہارمونل گولیاں کھا لینے یا ادویات لینے سے رکنے کے ایک ہفتے بعد حیض شروع نہیں ہوتا ہے۔

مانع حمل گولیوں کی سٹوریج

مانع حمل گولیوں کو خشک اور ٹھنڈی جگہ میں رکھنا چاہیے۔ انہیں ریفریجریٹر میں رکھنے کی ضرورت نہیں ہے۔ نیز، بچوں کے غلط استعمال سے ہونے والے حادثات سے بچنے کے لیے انہیں

مناسب طریقے سے محفوظ کیا جانا چاہیے۔

ڈرگ آفس

محکمہ صحت

جنوری 2021