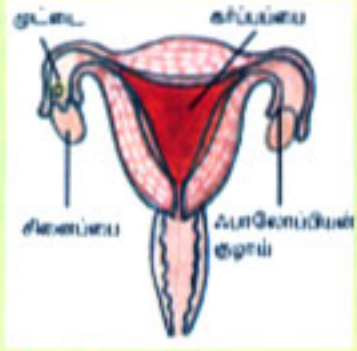


கருத்தரிப்பு நிகழும் பருவம்...

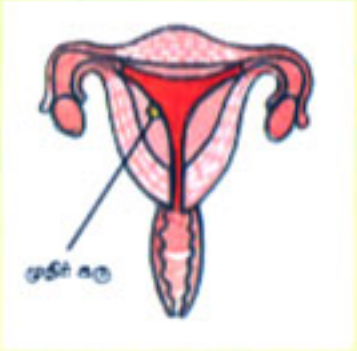


- ஒவ்வொரு மாதமும் (28 நாட்கள்) சினைப் பையில் இருந்து ஒரு முட்டை வெளியாகிறது. இந்த முட்டை, கரு வெளியேற்றக் குழாய் வழியாக கர்ப்பப் பைக்குள் செல்கிறது.
- அதே சமயத்தில் கர்ப்பப்பையின் உட்புறப்பகுதி, கருவுற்ற முட்டையைப் பெற்றுக் கொள்வதற்கு ஆயத்தமாக கூடுதல் ரத்தக் குழாய்களுடன் தடிப்பாக ஆகிறது.

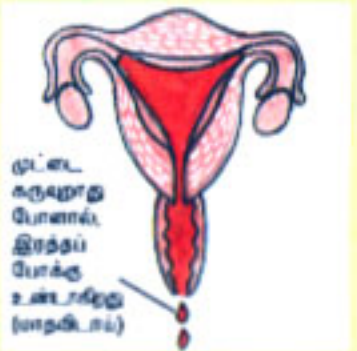


- உடலுறவின்போது, ஆணின் விந்து பெண்ணின் கருப்பை வாய்க்குள் செல்கிறது. கருப்பை வாயில் இருந்து விந்து கர்ப்பப்பைக்குள்ளும், கரு வெளியேற்றக் குழாய்க்குள்ளும் நேராக செல்கிறது. விந்துத்துளிகளில் ஒன்று சினை முட்டைக்குள் செல்லும்போது, அந்த முட்டை கருவுறுகிறது - முதிர் கரு உருவாகத் தொடங்குகிறது.

விந்து + முட்டை = முதிர் கரு



- கருவுற்ற முட்டை, கர்ப்பப்பையின் உட்புறப் பகுதியில் படிந்து, முதிர்கருவாக வளர்கிறது.
- இது நிகழும்போது, அடுத்த 9 மாதங்களுக்கு சினைப் பைகளில் இருந்து வேறு முட்டைகள் எதுவும் வெளிவராது. இந்த காலத்தில் பெண்களுக்கு மாதவிடாய் வராது. 9 மாதங்களின் முடிவில் குழந்தை பிரசவமாகும்.



- முட்டை கருவுறவில்லை என்றால், ஒன்றிரண்டு நாட்களில் அது அழிந்துவிடும். கர்ப்பப்பையின் உட்புறப் பகுதி உடைந்து, ரத்தப்போக்கு (மாதவிடாய்) ஏற்படும்.

உங்களுக்கு சிறந்த கருத்தடை முறை எது என்பதை நீங்களே முடிவு செய்யுங்கள்



கருத்தடை முறைகள்

அருகாமையில் உள்ள சுகாதார கிளினிக் / கருத்துவமனையில் மேலும் விளக்கம் பெறுங்கள்.

கருத்தடை முறைகள்

முறைகள்	அப்படி என்றால்?	எப்படி வேலை செய்கிறது	பயன்படுத்தும் முறை	செயல்திறம்	பலன்கள்
 <p>கருத்தடை மாத்திரை</p>	ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஏற்படைய திதத்தில் பல வகைகளில் உள்ள ஒரு செயற்கை ஹார்மோன்.	<ul style="list-style-type: none"> சினை முட்டை வெளியாவதை தடுக்கிறது கருப்பை கழுத்துப் பகுதியின் சவ்வுப் பொருளை தடிப்பாக்குகிறது. வீந்துக்கு ஒரு தடுப்புப் பொருளாக செயல்படுகிறது. 	<ul style="list-style-type: none"> ஒரு நாளைக்கு ஒரு மாத்திரை வீதம் தொடர்ந்து 21 நாட்களுக்கு உட்கொள்ள வேண்டும் மாதவிடாயின் 5வது நாளில் இருந்து தொடங்க வேண்டும் 7 நாட்களுக்கு திறத்தவும் மறுபடியும் ஆரம்பிக்கவும் 	<ul style="list-style-type: none"> அதிக செயல்திறமிக் கது (99%) முறைப்படி சரிவர உட்கொண்டு வந்தால் 	<ul style="list-style-type: none"> பலன் தரக் கூடியது பாதுகாப்பானது பெரும்பாலான பெண்களால் தாங்கக்கூடியது
 <p>ஊசி</p>	ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஏற்படைய திதத்தில் பல வகைகளில் உள்ள ஒரு செயற்கை ஹார்மோன்.	<ul style="list-style-type: none"> சினை முட்டை வெளியாவதை தடுக்கிறது கருப்பை கழுத்துப் பகுதியின் சவ்வுப் பொருளை தடிப்பாக்குகிறது. வீந்துக்கு ஒரு தடுப்புப் பொருளாக செயல்படுகிறது. 	<ul style="list-style-type: none"> ஒவ்வொரு 2 - 3 மாதங்களுக்கு ஒருமுறை ஓர் ஊசி போட்டுக் கொள்ள வேண்டும் 	<ul style="list-style-type: none"> கிட்டத்தட்ட 100% 	<ul style="list-style-type: none"> அதிக பலன் தரக் கூடியது பாதுகாப்பானது செய்வதற்கு எளிதானது நீண்ட கால அடிப்படையில் பயனுள்ளது
 <p>தடுப்பு கருந்து</p>	ஒவ்வொரு பெண்ணுக்கும் ஏற்படைய திதத்தில் பல வகைகளில் உள்ள ஒரு செயற்கை ஹார்மோன்.	<ul style="list-style-type: none"> சினை முட்டை வெளியாவதை தடுக்கிறது கருப்பை கழுத்துப் பகுதியின் சவ்வுப் பொருளை தடிப்பாக்குகிறது. வீந்துக்கு ஒரு தடுப்புப் பொருளாக செயல்படுகிறது. 	<ul style="list-style-type: none"> பெண்கள் கரத்தின் தோலுக்கு அடியில் ஹார்மோன் கெப்சூல் பதிக்கப்படுகிறது 	<ul style="list-style-type: none"> கிட்டத்தட்ட 100% 	<ul style="list-style-type: none"> அதிக பலன் தரக் கூடியது பாதுகாப்பானது செய்வதற்கு எளிதானது நீண்ட கால அடிப்படையில் பயனுள்ளது
 <p>உறுப்புக்குள் கருத்தடை சாதனம் (IUD)</p>	பெண்ணின் கர்ப்பப்பைப்பின் வாய்ப்பகுதியில் பொருத்தப் படும் ஒரு சின்ன சாதனம்	<ul style="list-style-type: none"> கரு வளர்வதை தடுக்கிறது கரு பதியிடுவதை தடுக்கிறது 	<ul style="list-style-type: none"> பயிற்சி பெற்ற மருத்துவ ஊழியரால் பொருத்தப் படுதல் வேண்டும் கருத்தடை சாதனத்தின் உராய்வை பெண்கள் உணர வேண்டும் 	<ul style="list-style-type: none"> செயல்திறம் (97% - 98%) 	<ul style="list-style-type: none"> பயன்படுத்த பாதுகாப்பானது சாதனத்தின் வகையை பொறுத்து 3 - 10 ஆண்டுகளுக்கு பயன் தரக்கூடியது
 <p>ஆணுறை</p>	மிருதுவான ரப்பரில் செய்யப்பட்ட நீள உறை. உடலுறுவுக்கு முன் ஆண் உறுப்பை மூடுவதற்காக பயன்படுத்தப்படுகிறது	<ul style="list-style-type: none"> கர்ப்பப்பைக்குள் வீந்து செல்வதை தடுக்கிறது 	<ul style="list-style-type: none"> வீந்துப் நிலையில் உள்ள ஆண் உறுப்பில் மாட்டிக் கொள்ள வேண்டும் வீந்து வெளியானவுடன் பெண் உறுப்பில் இருந்து ஆண் உறுப்புடன் ஒருசேர வெளியே எடுத்துவிட வேண்டும் 	<ul style="list-style-type: none"> செயல்திறம் (75%) ஸ்பெர்மிசைட் சேர்த்து உபயோகித்தால், செயல்திறம் அதிகம் 	<ul style="list-style-type: none"> பயன்படுத்த சலபமானது எச்சுவி / எய்ட்ஸ் உட்பட பால்வினை நோய்களை தடுக்கிறது
 <p>டயாஃப்ராம்</p>	ரப்பரில் செய்யப்பட்ட மூடி வடிவிலான மென்மையான சாதனம்	<ul style="list-style-type: none"> கர்ப்பப்பைப்பின் வாயை அடைத்துக் கொள்கிறது கர்ப்பப்பைக்குள் வீந்து செல்வதை தடுக்கிறது 	<ul style="list-style-type: none"> கர்ப்பப்பை வாயை பயிற்சி பெற்ற மருத்துவரை வைத்து அளவெடுக்க வேண்டும் சொந்தமாக பொருத்திக்கொள்ள வேண்டும் உபயோகித்த பின் தண்ணீர் மற்றும் சோப்பினால் நன்கு கழுவ வேண்டும் 	<ul style="list-style-type: none"> செயல்திறம் குறைவானது ஸ்பெர்மிசைட் சேர்த்து உபயோகித்தால், செயல்திறம் அதிகம் 	<ul style="list-style-type: none"> மறுபடியும் பயன்படுத்தக் கூடியது
 <p>ஸ்பெர்மிசைட்</p>	வீந்துவின் பலத்தை குன்றவைத்து, செயலிறக்கச் செய்யும் ரசாயனப் பொருள். சோப், ஜெல், கிரீம், மாத்திரை மற்றும் பீச்சத்திரவ வடிவிலும் கிடைக்கிறது	<ul style="list-style-type: none"> வீந்துவை பலம் குன்றச் செய்வதில் வல்லது 	<ul style="list-style-type: none"> ஒவ்வொரு முறையும் உடலுறுவுக்கு முன் பெண் உறுப்புக்குள் வைத்துக் கொள்ள வேண்டும் 	<ul style="list-style-type: none"> செயல்திறம் குறைவானது (70%) ஆணுறை / டயாஃப்ராம் சேர்த்து உபயோகித்தால் அதிக செயல்திறம் கொண்டது 	<ul style="list-style-type: none"> பயன்படுத்த சலபமானது
 <p>ரிதம் / பாதுகாப்பு நாள் முறை</p>	கருத்தரிக்கக்கூடிய நாட்களில் உடலுறுவை தவிர்த்தல்	<ul style="list-style-type: none"> பெண்ணின் கருமுட்டை, வீந்துவை ஏற்காமல் தடுக்கிறது 	<ul style="list-style-type: none"> பெண்கள் தங்களின் மாதவிடாய் பருவத்தை கணக்கிட்டு, பாதுகாப்பான காலத்தை தீர்மானிக்க வேண்டும் 	<ul style="list-style-type: none"> செயல்திறம் குறைந்தது மாதவிடாய் காலம் ஒரே சீராக வருவதை பொறுத்துள்ளது 	<ul style="list-style-type: none"> இதர முறைகளை பயன் படுத்த முடியாத பெண்களுக்கு உகந்தது
 <p>ளசுட்டி / விசேக்சர்</p>	அறுவை சிகிச்சை மூலம் பெண்களின் கர்ப்ப உறுப்புகளின் ஒன்றான ஸ்பாயோப்பியை நாளங்கனையும், ஆண்களின் உயிரணுக் குழாயையும் துண்டித்து எதற்பதானும்	<ul style="list-style-type: none"> பெண்ணின் கருமுட்டை, வீந்துவை ஏற்காமல் தடுக்கிறது 	<ul style="list-style-type: none"> சின்ன அறுவை சிகிச்சை உடல் ஆரோக்கியம் அல்லது பாரியல் உறவை பாதிக்காது 	<ul style="list-style-type: none"> அதிக செயல்திறம் மிக் கது 	<ul style="list-style-type: none"> உடலுறுவு திருப்தியை அதிகரிக்கச் செய்கிறது