



തീരുമാനിക്കാം...

ശാരീരികവും മാനസികവുമായി
പുർണ്ണമായി തയ്യാറെടുത്തതിനുശേഷം
മാത്രം മതി വിവാഹവും ഗർഭധാരണവും

ശരിയായ തീരുമാനമെടുത്ത്
അമ്മയുടെയും കുഞ്ഞിന്റെയും
ആരോഗ്യം കാത്തുസൂക്ഷിക്കാം

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് അടുത്തുള്ള ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്



കോപ്പർ ടി (ഐ.യു.സി.ഡി)

ഗർഭപാത്രത്തിൽ നിക്ഷേപിച്ചയുടൻ തന്നെ
ഗർഭനിരോധനം സാധ്യമാക്കുന്നതും
എടുത്തുമാറ്റിയാലുടൻ തന്നെ
ഗർഭധാരണശേഷി തിരികെ
ലഭിക്കുന്നതുമായ താത്കാലിക
ഗർഭനിരോധനമാർഗ്ഗം

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളുടെ തൊട്ടടുത്തുള്ള
ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്



നിങ്ങൾ തീരുമാനിക്കൂ ഗർഭധാരണം ഏപ്പോൾ വേണം ?



നിങ്ങൾക്കും
പങ്കാളിക്കും
സ്വീകാര്യമായ
ഒരു കുടുംബാസൂത്രണ മാർഗ്ഗം
തിരഞ്ഞെടുക്കൂ...

അപ്രതീക്ഷിത
ഗർഭധാരണം
ഒഴിവാക്കൂ

സർക്കാർ ആരോഗ്യകേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിന്നും സേവനങ്ങൾ സൗജന്യമായി ലഭിക്കും.
കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് അടുത്തുള്ള ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

ഒന്ന് ശ്രദ്ധിക്കൂ...

ഗർഭമലസിയായാൽ
ആറുമാസം
കഴിഞ്ഞു മതി
അടുത്ത
ഗർഭധാരണം

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളുടെ
ഞൊട്ടുത്തുള്ള ആരോഗ്യകേന്ദ്രം സന്ദർശിക്കുക

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്



പ്ലാൻ ചെയ്യാം



കുട്ടികൾ എപ്പോൾ വേണമെന്ന് മുൻകൂട്ടി പ്ലാൻ ചെയ്യാം

**അപ്രതീക്ഷിത ഗർഭധാരണം ഒഴിവാക്കുന്നതിനായി
താത്കാലിക ഗർഭനിരോധന മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കാം**

സർക്കാർ ആരോഗ്യകേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിന്നും ഗർഭനിരോധന മാർഗ്ഗങ്ങൾ സൗജന്യമായി ലഭ്യമാണ്

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് അടുത്തുള്ള ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

ലളിതം, സുരക്ഷിതം, വേദനരഹിതം



നോ സ്കാൽപ്പൽ വാസക്രമി

പുരുഷന്മാർക്ക് സ്വീകരിക്കാവുന്ന
സ്ഥിര ഗർഭനിരോധന മാർഗ്ഗം

മുറിവുകളോ തുണലോ ഇല്ല
ആശുപത്രിവാസത്തിന്റെ ആവശ്യമില്ല

സർക്കാർ ആരോഗ്യകേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിന്നും ഈ സേവനം സൗജന്യമായി ലഭിക്കും.
കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് അടുത്തുള്ള ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്





അപ്രതീക്ഷിത ഗർഭധാരണം തടയാം

ഗർഭനിരോധന മാർഗ്ഗങ്ങളൊന്നും ഉപയോഗിക്കാതെ ലൈംഗിക ബന്ധത്തിലേർപ്പെട്ടവർക്ക് ഗർഭധാരണം ഒഴിവാക്കുന്നതിനായി **എമർജൻസി കോൺട്രാസെപ്റ്റീവ് പിൽസ്** ഫലപ്രദമാണ്.

ലൈംഗിക ബന്ധത്തിലേർപ്പെട്ട് എത്രയും പെട്ടെന്ന്, പരമാവധി 72 മണിക്കൂറിനുള്ളിൽ കഴിക്കേണ്ടതാണ്.

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളുടെ തൊട്ടടുത്തുള്ള
ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക



വേണം കുഞ്ഞുങ്ങൾ തമ്മിൽ ഇടവേള

അമ്മയുടെയും കുഞ്ഞിന്റെയും
ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിന്
രണ്ടാമത്തെ ഗർഭം രണ്ട് വർഷത്തിന്
ശേഷമാകുന്നതാണ് അഭികാമ്യം

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് അടുത്തുള്ള ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്





3 ൽ 1

സ്വീകരിക്കാം

സ്ത്രീകൾക്കുള്ള ഗർഭനിരോധന മാർഗ്ഗങ്ങൾ

താത്കാലിക മാർഗ്ഗങ്ങൾ

സ്ഥിര മാർഗ്ഗങ്ങൾ

കോപ്പർ ടി

1 മിനിലാപ്രോട്ടമി

ഗർഭനിരോധന ഗുളിക

2 ലാസനോസ്കോപിക് സ്റ്റേറിലൈസേഷൻ

കുത്തിവയ്പ്പിലൂടെയുള്ള
ഗർഭ നിരോധന മാർഗ്ഗങ്ങൾ

3 പോസ്റ്റ്പാർട്ടം സ്റ്റേറിലൈസേഷൻ

കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളുടെ തൊട്ടടുത്തുള്ള
ആരോഗ്യ പ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

ആരോഗ്യ കുടുംബക്ഷേമ വകുപ്പ്



കുടുംബാസൂത്രണ മാർഗ്ഗങ്ങൾ



താൽക്കാലിക ഗർഭ നിരോധന മാർഗ്ഗങ്ങൾ

ഗർഭനിരോധന ഉറ
അഥവാ കോണ്ടം



ഗർഭനിരോധന
ഗുളികകൾ



കോപ്പർ ടി



ഗർഭനിരോധന
കുത്തിവയ്പ്പ്



സ്ഥിരമാർഗ്ഗങ്ങൾ

വന്ധ്യംകരണ ശസ്ത്രക്രിയ

സ്ത്രീകൾക്ക്

മിനി ലാപ്രോട്ടമി

ലാപറോസ്കോപ്പിക് സെറ്ററിലൈസേഷൻ
പോസ്റ്റ് പാർട്ടം സ്റ്റെറിലൈസേഷൻ

പുരുഷന്മാർക്ക്

നോ സ്കാൽപൽ വാസക്ലമി

സർക്കാർ ആരോഗ്യകേന്ദ്രങ്ങളിൽ നിന്നും ഈ സേവനങ്ങൾ സൗജന്യമായി ലഭിക്കും.
കൂടുതൽ വിവരങ്ങൾക്ക് അടുത്തുള്ള ആരോഗ്യപ്രവർത്തകരെ സമീപിക്കുക

