

တၢ်ဒီသဒၢဟူးအကျါအကျဲတဖၣ်

တၢ်ဒီသဒၢဟူးကျါကျဲတုၤလီၤတီၤလီၤလၢအတူၢ်ယံၣ် (Long acting reversible contraception - LARC)

န့ၣ်တၢ်လီၤ သ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်တၢ်လၢနကဘၣ်စူးကါတၢ်တဖၣ်အံၤဖဲနမံၣ်ဃုၣ်လီၢ်သးတဘျီစ့ၣ်စ့ၣ်အခါဘၣ်န့ၣ်လီၤ.

ကျါကျဲ	<p>ဒၢလီၢ်ကိပူၤကွီၤပီးလီၤဒီသဒၢဟူး (Intrauterine device - IUD) – IUD တၢ်ဂီၤတၢ်ဒီသဒၢဟူးပီးလီ (copper IUD)</p>  <p>Cu-IUD</p>	<p>ဒၢလီၢ်ကိပူၤကွီၤပီးလီၤဒီသဒၢဟူး (Intrauterine device - IUD) – ဟီၣ်မိ IUD</p>  <p>Mirena™</p>	<p>တၢ်ဒီသဒၢဟူးတၢ်ဆဲးထးလၢညၣ်လၢ</p>  <p>Implanon NXT™</p>
တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.	<ul style="list-style-type: none"> ဖျးစတံးဖိဒီး ထးတၢ်ဂီၤတၢ်ဒီသဒၢဟူးပီးလီ လၢကသံၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် ပုၤကွၢ်ဟူးစဲၣ်နီၤကီၢ်န့ၣ်လီၤဖဲနဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိး ပတုၣ်ပိၣ်ခါအဆိးထံလၢကန့ၣ်လီၤဆူပိၣ်မုၢ်ဒၢလီၢ်အပူၤဒီးဒုးစဲဘူးအသးလၢပိၣ်မုၢ်ဒၢလီၢ် 	<ul style="list-style-type: none"> တၢ်ဒီသဒၢဟူးပီးလီလၢပျါလီၤဟီၣ်မိတဖၣ်ဖိလၢကသံၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် ပုၤကွၢ်ဟူးစဲၣ်နီၤကီၢ်န့ၣ်လီၤဖဲနဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိး ပျါလီၤဟီၣ်မိတဖၣ်ဖိတဖၣ်ဖိဒီးဒီသဒၢဟူးအိၣ်ဒီးဟူးသးခီဖျိဒုးအိၣ်ထီၣ်တၢ်ဆိတလဲတဖၣ်လၢနဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိးအကနူၤထံး. လၢအပတုၣ်ချ့သၣ်လၢကစဲဘူး 	<ul style="list-style-type: none"> ကသံၣ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် သရၣ်/မုၢ်ကွၢ်ပုၤဆါ (မ့ၢ်စ့ၢ်ကိးပုၤလၢကထူးထီၣ်ကွၢ်တၢ်အံၤဖဲအလီၢ်အိၣ်ဝဲ) ထၢန့ၣ်လီၤမ့ၢ်ဝဲဖျးစတံးအဘျီဖိလၢတၢ်ပၢ်လီၤအံၤဖဲညၣ်လၢဖဲနစုၣ်အဖိလၢ ပျဲလီၤဟီၣ်မိလၢကအိၣ်ထီၣ်ဒီးဟူးသး (progestogen), လၢအပတုၣ်နပိၣ်မုၢ်အံၤလီၤလၢကပျဲလီၤပိၣ်မုၢ်အံၤတလါစ့ၣ်စ့ၣ်
တၢ်အံၤတူၢ်ကယံၣ်ထဲလဲၣ်.	အစ့ၤကတၢ် ၁၀ နံၣ်	၅ နံၣ်	၃ နံၣ်
မၤတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤထဲလဲၣ်	၉၉%	၉၉%	၉၉%

<p>တၢ်န့ၢ်ဘျးတဖၣ်</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ကသံၣ်ကသီအဂၤ အတၢ်ဒိဘၣ်တအိၣ် • တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်ပုၤဘၣ်မူဘၣ်ဒါတဖၣ်ထူးထီၣ်ကွံာ်အိၣ်သ့ညီညီဖိ • တဖုးပတုၣ်န့ၤလၢ ကနကအိၣ်ထီၣ်ဒီးဟူးသးလၢခံဘၣ် • ဖဲတၢ်ကိၣ်န့ၣ်လီၤအိၣ်ဝံၤလံတစု, ထီၣ်သကြိၤဒီးကျိၤကျဲအဂၤန့ၣ် IUD မ့ၢ်ဝဲကျိၤကျဲလၢအပူၤလီၤလၢအဒိၣ်ကတၢၢ်တခါလီၤ • ဖဲတၢ်ထူးကွံာ်ဝံၤတစု, နချံနသၣ်ကဂ့ၤထီၣ်ဂ့ၤအလီၤလီၤလၢအချ့ၤလီၤ • မၤတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤဒ်တၢ်တံာ်တံာ်ချံသၣ်ကျိၤအသိးလီၤ, ဘၣ်ဆၣ် တၢ်ပတုၣ်အိၣ်လၢကမၤန့ၢ်က့ၤဖိသ့ 	<ul style="list-style-type: none"> • ညီၣ်န့ၢ်မၤစ့ၤလီၤနပိာ်မုၢ်အလုၢ်အလၢ မ့တမ့ၢ် မၤပတုၣ်ပိာ်မုၢ်အလုၢ်အလၢ, ဘၣ်ဆၣ်ပုၤပိာ်မုၢ်အါဂၤဘၣ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကလဲၤဒီဖျိဘၣ်ဝဲသ့ၣ်လီၤတဖုးအညီၣ်န့ၢ်အသိးဖဲအစူးကါဝဲအခိၣ်ထံးစ့ၤလၢအတီၢ်ပုၤ • ဖဲတၢ်ကိၣ်န့ၣ်လီၤအိၣ်ဝံၤလံတစု, ထီၣ်သကြိၤဒီးကျိၤကျဲအဂၤန့ၣ် IUD မ့ၢ်ဝဲကျိၤကျဲလၢအပူၤလီၤလၢအဒိၣ်ကတၢၢ်တခါလီၤ • ဖဲတၢ်ထူးကွံာ်ဝံၤတစု, နချံနသၣ်ကဂ့ၤထီၣ်ဂ့ၤအလီၤလီၤလၢအချ့ၤလီၤ • မၤတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤဒ်တၢ်တံာ်တံာ်ချံသၣ်ကျိၤအသိးလီၤ, ဘၣ်ဆၣ် တၢ်ပတုၣ်အိၣ်လၢကမၤန့ၢ်က့ၤဖိသ့ 	<ul style="list-style-type: none"> • နပိာ်မုၢ်အလုၢ်အလၢကစ့ၤလီၤ မ့တမ့ၢ် မၤပတုၣ်ပိာ်မုၢ်အလုၢ်အလၢ, • တၢ်ထူးကွံာ်အိၣ်သ့ညီကဒၣ် • တပတုၣ်န့ၤလၢကနကအိၣ်ထီၣ်ဒီးဟူးသးလၢခံဘၣ်
<p>တၢ်ကွံာ်ထံကွံာ်ဆိကမိၣ်အဂၤ</p>	<ul style="list-style-type: none"> • နပိာ်မုၢ်အလုၢ်လၢကဖဲအါတလၢသ့ၣ်သ့ၣ် 	<ul style="list-style-type: none"> • မၤစ့ၤလီၤတၢ်လီၤဘၣ်ယိၣ်လၢဒါလီၤထံးရှူယဲၤခဲစၢၣ်တဖၣ် (endometrial cancer) 	<ul style="list-style-type: none"> • ကဖုးအိၣ်ထီၣ်သ့ၣ်လီၤတဖုးအညီၣ်န့ၢ်အသိး ဒီးသ့ၣ်လီၤ
<p>မတၢ်ဘၣ်လိာ်ဒီးတၢ်အံၤလဲၣ်.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • ပုၤဖျးပုၤပိာ်မုၢ်အါဂၤအဂီၢ်, ယုာ်ဒီးပုၤပိာ်မုၢ်သးစၢ်ဒီးပုၤလၢတအိၣ်ဒီးအဖိနီတဘျီဒီးဘၣ် • ပုၤပိာ်မုၢ်လၢအဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်တဖၣ် • ပုၤလၢအဘၣ်သးဒီးတၢ်ဒိသဒါဟူးအကျိၤအကျဲလၢတမ့ၢ်ဟီၣ်မိ 	<ul style="list-style-type: none"> • ပုၤဖျးပုၤပိာ်မုၢ်အါဂၤအဂီၢ်, ယုာ်ဒီးပုၤပိာ်မုၢ်သးစၢ်ဒီးပုၤလၢတအိၣ်ဒီးအဖိနီတဘျီဒီးဘၣ် • ပုၤပိာ်မုၢ်လၢအဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်တဖၣ် • ပုၤပိာ်မုၢ်လၢအိၣ်ဒီးဒါလီၤထံးရှူယဲၤတဘၣ်ဘၣ်စး (endometriosis) မ့တမ့ၢ် သ့ၣ်လီၤအါတလၢ 	<ul style="list-style-type: none"> • ပုၤပိာ်မုၢ်လၢအဟ့ၣ်ဒုးအိၣ်န့ၢ်တဖၣ်

ထဲတၢ်ဖျိၣ်တဖၣ်ဒီးဒိသဒါတၢ်ဆါလၢဘၣ်ကလိာ်သးဒီးဖျိၣ်ပိာ်မုၢ်ပိာ်မုၢ်မံယုာ်လိာ်သးတဖၣ် (STIs).

ဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမိၤဒီးဘၣ်တၢ်ထူးထီၣ်ရၢလီၤအိၣ်လၢ ဝံးထီၣ်ရံၤပဒိၣ် (Victorian Government), 1 Treasury Place, Melbourne. © ဝံးထီၣ်ရံၤကီၢ်စဲၣ် (State of Victoria), တၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ၣ်ဒီးပုၤဂ့ၢ်ဝိတၢ်မၤစၢၤဝဲၤကျိၤ (Department of Health and Human Services), လိယနူၤအါရံၣ် ၂၀၁၉ လဲၤန့ၢ်လီၤကွံာ်သ့ဖဲ <<http://healthtranslations.vic.gov.au/>>