

တၢ်ဒီသဒၢဟူးအကျိအကျဲ

တၢ်တြီဃာ်ချံသၢ်ကျိတၢ်ဒီသဒၢဟူးအကျိအကျဲ (Barrier methods of contraception)

နကဘၣ်သ့ၣ်နီၣ်ထီၣ်လၢနကစူးကါတၢ်အကျိအကျဲတဖၣ်အံၤကိးဘျီဒီးဖဲနမံၣ်ယုၣ်လိာ်သးအခါန့ၣ်လီၤ.

ကျိအကျဲ	ပိာ်ခွါတၢ်ဖျိာ်	ပိာ်မုၢ်တၢ်ဖျိာ်	ပိာ်မုၢ်ဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိးတၢ်ဖျိာ် (Diaphragm (Caya™))
မၤတၢ်တုၤလီၤတီၤလီၤထဲလဲၣ်*	<ul style="list-style-type: none"> • စူးကါလီၤတၢ်လီၤဆဲး - ၉၈% • စူးကါအါတက့ၢ် - ၈၂% 	<ul style="list-style-type: none"> • စူးကါလီၤတၢ်လီၤဆဲး - ၉၅% • စူးကါအါတက့ၢ် - ၇၉% 	<ul style="list-style-type: none"> • စူးကါလီၤတၢ်လီၤဆဲး - ၈၆% • စူးကါအါတက့ၢ် - ၈၂%
တၢ်အံၤမ့ၢ်တၢ်မနုၤလဲၣ်.	<ul style="list-style-type: none"> • ရၢးဘၢးထူး (မ့တမ့ၢ် ကသံၣ်ထံဖိၣ်လံၣ်ယူရသ့) လၢအကျိၢ်ဘၢထွၣ်ဘိန့ၣ်ပတုၣ်ပိာ်ခွါအဆိးထံလၢကလဲၤန့ၣ်လီၤဆူပိာ်မုၢ်က့ၢ်ဂီၤ/လံာ်ပူၤလီၤ. 	<ul style="list-style-type: none"> • ကသံၣ်ထံဖိၣ်လံၣ်ယူရသ့ (polyurethane) လၢတၢ်ဖျိာ်ဂီၢ်န့ၣ်လီၤလၢပိာ်မုၢ်အက့ၢ်ဂီၤ/လံာ်ပူၤန့ၣ်လီၤ. • အိၣ်ဒီးကွီၤအခိၣ်ခံခိလၢာ်လၢတၢ်ထူးယုၣ်အီၤသ့ (လၢအလဲပူၤတကပၤအကတၢ်န့ၣ်ကးတံာ်အသးန့ၣ်လီၤ.) • ပတုၣ်ပိာ်ခွါအဆိးထံလၢကလဲၤန့ၣ်လီၤဆူပိာ်မုၢ်ဒၢလီၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. • နမၤန့ၢ်အီၤသ့လၢဝံးထီၣ်ယိဟံၣ်ဖိယိတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤ (Family Planning Victoria) [https://www.fpv.org.au/] (ခိဖျိတၢ်မာ်လိာ်လၢလံာ်ပရၢ) ဒီးမုၢ်ခွါသ့ၣ်ထံးတၢ်အိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့. 	<ul style="list-style-type: none"> • စံလံခိလၢအကပုာ်, ဒိၣ်, အိၣ်တကပၤလၢတၢ်ဂီၢ်န့ၣ်လီၤအီၤဘၣ်ဒီးပိာ်မုၢ်က့ၢ်ဂီၤ/လံာ်ပူၤန့ၣ်လီၤ. • မၤဘၢဒၢလီၢ်ခိၣ်ထိးလၢအိးထီၣ်အသး, ပတုၣ်ပိာ်ခွါအဆိးထံလၢကလဲၤန့ၣ်လီၤဆူဒၢလီၢ်အပူၤန့ၣ်လီၤ. • ပူၤအီၤသ့လၢအုထၢၣ်န့ၣ်အဖိခိၣ်, ဒီးလၢဟံၣ်ဖိယိတၢ်ရဲၣ်တၢ်ကျဲၤကသံၣ်ဒီးကသံၣ်ကျဲးတနီၤအပူၤသ့န့ၣ်လီၤ.

		ကသံဉ်ဒေးတနီအပူန့ၣ်လီၤ.	
နစူးကါတံအံၤပုၤဘျီလဲၣ်.	<ul style="list-style-type: none"> • ဖျိၣ်အီၤကိးဘျီဒီးတချုးနထာန့ၣ်လီၤ မ့တမ့ၢ် တချုးတံဘဉ်ထံးလိာ်သးလၢထုၣ်ဘိဒီးပိာ်မုၢ်ကွၢ်ဂီၤ/လံာ်အဘၢ်စၢၤ. • စူးကါထဲတဘျီဇိၤ. 	<ul style="list-style-type: none"> • ဖျိၣ်အီၤကိးဘျီဒီးတချုးနထာန့ၣ်လီၤ မ့တမ့ၢ် တချုးတံဘဉ်ထံးလိာ်သးလၢထုၣ်ဘိဒီးပိာ်မုၢ်ကွၢ်ဂီၤ/လံာ်အဘၢ်စၢၤ. • စူးကါထဲတဘျီဇိၤ. 	<ul style="list-style-type: none"> • ကြားဂီၢ်န့ၣ်အီၤတချုးမံယုာ်လိာ်သးဒီးပာ်အီၤယုန့ၣ်ရံၣ်ယဉ်ယဉ်ဖဲတံမံယုာ်လိာ်သးဝံၤအလီၢ်ခံ.
တံန့ၢ်ဘျုးတဖဉ်	<ul style="list-style-type: none"> • ဟ့ၣ်တံဒိသဒေအဂ့ၤကတၢ်လၢတံဆါလၢဘဉ်ဂၢ်လိာ်သးခိဖျိပိာ်မုၢ်ပိာ်မုၢ်မံယုာ်လိာ်သး (STIs) 	<ul style="list-style-type: none"> • ဂီၢ်န့ၣ်အီၤသ့တဘျုးန့ၣ်ရံၣ်တချုးတံမံယုာ်လိာ်သး. • ကျၢၤန့ၢ်ဒီးပိာ်မုၢ်တံဖျိၣ်ရးဘၢ်ထုး. • ဒိသဒေတံဆါလၢဘဉ်ဂၢ်လိာ်သးခိဖျိပိာ်မုၢ်ပိာ်မုၢ်မံယုာ်လိာ်သး (STIs) 	<ul style="list-style-type: none"> • တံစူးကါကဒါက့ၤအီၤသ့. • တံကြားဆိတလဲအီၤဖဲခံန့ၣ်ဝံၤအလီၢ်ခံ.
တံကွၢ်ထံကွၢ်ဆိကမိၣ်အဂၤ	<ul style="list-style-type: none"> • ထုးကွၢ်အီၤလၢတံပလီၢ်ပဒီးသးအပူၤဖဲတံမံယုာ်လိာ်သးဝံၤအလီၢ်ခံ. • မၤန့ၢ်အီၤသ့ညိကဒၣ်ဖဲ - <ul style="list-style-type: none"> - ကသံဉ်ကျးတဖဉ် - ပနံၣ်ရိကျးတဖဉ် - မုၢ်ခွါသ့ၣ်ထံးတံအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ကသံဉ်ဒေးတဖဉ် - ဖဲးဆါတံ (လၢတံလီၢ်တနီအပူၤ). 	<ul style="list-style-type: none"> • ဘဉ်သ့ၣ်သ့ၣ်ကဘဉ်မၤလိသးစ့ၤဘျီလၢစူးကါအီၤကသ့ဘဉ်ဘဉ်အဂီၢ်. • ထုးကွၢ်အီၤလၢတံပလီၢ်ပဒီးသးအပူၤဖဲတံမံယုာ်လိာ်သးဝံၤအလီၢ်ခံ. • အပူၤဒိၣ်တဖဲးပိဒီးအိၣ်စ့ၤန့ၢ်ဒီးပိာ်မုၢ်တံဖျိၣ် 	<ul style="list-style-type: none"> • ပိာ်မုၢ်ဒေလီၢ်ခိၣ်ထိးတံဖျိၣ်တကပၤ (diaphragm) န့ၣ်ဘဉ်ဒီးပိာ်မုၢ်အါတက့ၢ်. • ထံၣ်လိာ်သးဒီးကသံဉ်သရၣ် မ့တမ့ၢ် သရၣ်/မုၢ်ကွၢ်ပုၤဆါလၢမ့ၢ်ပိာ်မုၢ်ဒေလီၢ်ခိၣ်ထိးတံဖျိၣ်တကပၤ (diaphragm) အံၤဘဉ်လိာ်ဒီးန့ၣ်ဂ့ၤဂ့ၤန့ၣ်တက့ၢ်.

* စူးကါလီၤတံလီၤဆဲး = ဖဲစူးကါအီၤလီၤတံလီၤဆဲးဒ်တံပညိၣ်ဖဲအသိး.

* စူးကါအါတက့ၢ် = ဖဲတစူးကါအီၤလီၤတံလီၤဆဲး.

ဘဉ်တံဟ့ၣ်စိဟ့ၣ်ကမိးဒီးဘဉ်တံထုးထီၣ်ရၤလီၤအီၤလၢ ဝံးထီၣ်ရၤပဒိၣ် (Victorian Government), 1 Treasury Place, Melbourne. © ဝံးထီၣ်ရၤပဒိၣ် (State of Victoria), တံအိၣ်ဆူၣ်အိၣ်ချ့ဒီးပုၤဂ့ၢ်ဝိတံမၤစၢၤဝဲၤကျိၤ (Department of Health and Human Services), လီၤယန့ၢ်အါရံၣ် ၂၀၁၉ လဲၤန့ၣ်လီၤကွၢ်သ့ဖဲ <<http://healthtranslations.vic.gov.au/>>