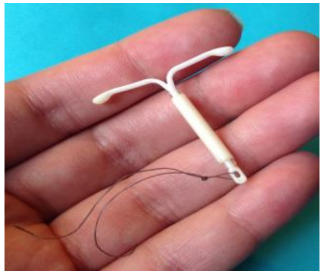
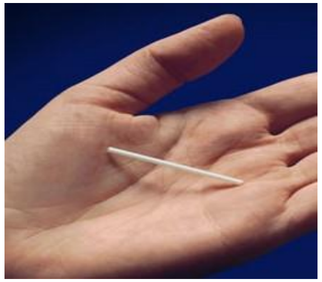
Akka itti ulfa of irraa dhorkan (Contraception methods)

Ulfa ittiin of irraa dhorkan kan yeroo dheeraaf jijjiiramu (Long-acting reversible contraception)

Yeroo qunnamtii saalaa raawwattu hunda kanatti dhimma bahuu yaadachuu si hin barbaachisu

Akkaataa (Method)	**Gadameessa keessa kan balchamu – gosa sibiilaa (Intrauterine device (IUD) – copper IUD)**	**Gadameessa keessa kan galchamu – dhangalawa qaama keessaa irraa tolchamu (Intrauterine device (IUD) – hormonal IUD)**	**Qaama hormaataa keessa galchamee ulfa kan ittiin dhorkan (Contraceptive implant)**
	Cu-IUD	 **Mirena™**	 **Implanon NXT™**
Maal wanti?	• Laastika fi gosa sibiilaa xiqqoo kan akka hin ulfoofne dhorkitu doktora fayyaa yokan deessistuu (midwife) leenjisamteen gadameessaa kan kaayamuu dha. • Sanyiin dhiira keessaa bahu (sperm) akka daraaraa ulfa tahuuf male bira hin dhaqqabne dhorka.	• Gosa meeshaa xiqqoo kan dhangalawaa qaama keessaa gadi lakkistu akka hin ulfoofne dhorkitu doktora fayyaa yokan nersii addatti leenjisamteen gadameessa keessa kaayama. • Dhangalawaan qaama keessaa kan suuta gadi of lakkisuu fi ulfi akka hin uumamne kan dhorku akka gadameessi itti of qopheessee jiru kan jijjiiru daraaraan ulfa tahuuf male gadameessatti maxxanee hin hafu.kan taasisuu dha.	• Gosa pilastikaa xiqqoo irree harkaa gara olittii gogaa qaamaa jalatti doktora fayyaa yokan neersiidhaan kaayama (akkasumas yeroo barbaachisutti keessaa baasama) • Dhangala'aa xiqqoo projestojin (progestogen) jedhamu qaama keessatti kan gadi lakkisu, gadameessi baatii baatiidhaan daraaraa ulfa tahuuf male akka hin dabarsine dhorka.
Hangamiif dalaga yokan	Xiqqaate wagga 10	waggaa 5	waggaa 3

tura?			
Bu'a qabeessummaa (Effectiveness)	99% (dhibba keessaa harka 99)	99% (dhibba keessaa harka 99)	99% (dhibba keessaa harka 99)
Faayidaawwan (Benefits)	• Qoricha kan biroodhaan miidhaan irra hin geessisamu • Hogeessota fayyaa leenjisamaniin saphlaatti keessaa baasama • Booda irra ulfa tahuu yoo fedhte si hin dhorku • Al takka yoo seene, meeshaan IUD kun akka itti ulfa dhorkan kan biro irra gatiin isaa gaarii dha. • Keessaa baheen booda daftee qaamni kee ulfa tahuuf of qopheessuu (fertility) danda'a. • Akkuma gadameessa cufuutti amansiisaa dha garuu, kun akka birootti	• Baatilee muraasa gara jalqabaa dhiigni yeroo isaa eegee dhufuu yoo dide illee daraaraa baatii saphlaa godha yokan ni dhaaba, • Al takka yoo seene, meeshaan IUD kun akka itti ulfa dhorkan kan biro irra gatiin isaa gaarii dha. • Keessaa baheen booda daftee qaamni kee ulfa tahuuf of qopheessuu (fertility) danda'a. • Akkuma gadameessa cufuutti amansiisaa dha garuu, kun akka birootti	• Daraaraa kee baatii saphlaa taha yokan ni dhaabata, • Saphlaatti keessa baha • Booda irra ulfa tahuu yoo fedhte si hin dhorku
Kan biroo hubannoo keessa galfaman	• Daraaraan kee tarii ulfaatuu danda'a.	• Dhibee kaanserii gadameessaa (endometrial cancer) hir'isa	• Tarii dhiigaa fi dhukkubbii yeroo isaa hin eegne fiduu mala
Eenyuuf taha yokan eenyuuf misha?	• Dubartoota harka guddeessaaf, shamarran fi kanneen mucaa hin godhatin dabalee hundaaf taha • Dubartoota harma hodhsisan • Dubartoota akka birootti ulfa of irraa dhorkuu hin fedhneef	• Dubartoota harka guddeessaaf, shamarran fi kanneen mucaa hin godhatin dabalee hundaaf taha • Dubartoota harma hodhsisan • Dubartoota gadameessa irratti waan addaa biqilee (endometriosis) yokan dhiigni hedduun keessaa bahuuf (excessive bleeding)	• Dubartoota harma hodhsisan

Haguuggii qaama hormaataa (condoms) qofatu akka dhukkubni qunnamtii saalaa (STI) hin daddabarre dhorka.

Abboomsaa fi maxxansaan Mootummaa Victoria, 1 Treasury Place, Melbourne.
© Taligaa Viktoria (State of Victoria), Damee Tajaajila Fayyaa fi Namoomaa, (Department of Health and Human Services), Amajjii 2019.
<http://healthtranslations.vic.gov.au/> irratti argama