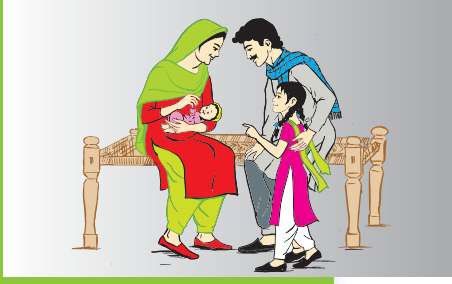


## درست وقت اور مناسب وقفہ



- ماں اور بچے کی صحت ہی سب سے بڑھ کر ہے۔  
اس لئے بچوں کی پیدائش میں کم از کم  
تین سال کا وقفہ کریں



- 18 سال سے کم عمر میں حاملہ ہونا،  
ماں اور بچے دونوں کی صحت اور زندگی کیلئے  
نقصان دہ ہو سکتا ہے



- 35 سال کی عمر کے بعد حاملہ ہونا،  
ماں اور بچے کی صحت اور زندگی کیلئے  
نقصان دہ ہو سکتا ہے



- 2 بچوں کے درمیان 5 سال سے  
زیادہ وقفہ پیچیدگی کا باعث ہو سکتا ہے
- اگر حمل ضائع ہو جائے اور  
اگلے حمل کا ارادہ ہو تو کم از کم 6 ماہ کا  
وقفہ کریں