

# زچگی کے بعد وقفے کیلئے مانع حمل طریقوں کا استعمال

پیدائش	48 گھنٹے	3 دن	4 دن	6 دن	6 ماہ	9 ماہ
1. کنڈوم	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے ہمیشہ کیلئے					
2. آئی یوسی ڈی	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے 48 گھنٹے تک		یا پھر 4 سے 6 ہفتے بعد کسی بھی بھی			
3. ٹی بیڈی	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے ایک ہفتے کے اندر		یا 6 ہفتے بعد			
4. ایمرٹھی مانع حمل طریقے			بچے کی پیدائش کے 4 سے 6 ہفتے بعد کسی بھی وقت			
5. ٹی بیڈی	مرد کی مرضی کے مطابق کسی بھی بھی					
6. صرف ماں کا دودھ پلانے کے ذریعے وقفہ	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے لے کر صرف 16 ماہ تک اثر انداز					
7. ایک بار مومن والے طریقے (گولیاں اور ایمپلائنٹ)			بچے کی پیدائش کے 6 ہفتے بعد کسی بھی وقت			
8. دو بار مومن والی گولیاں						بچے کی پیدائش کے 16 ماہ بعد کسی بھی بھی

خاندانی منصوبہ بندی کے طریقے  
دودھ پلانے والی  
ماؤں کیلئے

پیدائش	48 گھنٹے	3 دن	4 دن	6 دن	6 ماہ	9 ماہ
1. کنڈوم	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے ہمیشہ کیلئے					
2. آئی یوسی ڈی	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے 48 گھنٹے تک		یا پھر 4 سے 6 ہفتے بعد کسی بھی بھی			
3. ٹی بیڈی	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے ایک ہفتے کے اندر		یا 6 ہفتے بعد			
4. ایمرٹھی مانع حمل طریقے			بچے کی پیدائش کے 4 سے 6 ہفتے بعد کسی بھی وقت			
5. ٹی بیڈی	مرد کی مرضی کے مطابق کسی بھی بھی					
6. ایک بار مومن والے طریقے (گولیاں اور ایمپلائنٹ)	بچے کی پیدائش کے فوراً بعد سے					
7. دو بار مومن والی گولیاں						بچے کی پیدائش کے 3 ہفتے بعد کسی بھی بھی

خاندانی منصوبہ بندی کے طریقے  
ان ماؤں کیلئے  
جو دودھ نہیں پلاتیں