

DMPA (डिपो मेड्रोकसी प्रोजेस्टेरोन एसिटेट)
के बारे में अकसर पूछे जाने वाले
प्रश्न (FAQs)



Frequently asked questions about DMPA: Depot Medroxy Progesterone Acetate

Government of India introduced three new contraceptives in its public health system in 2016. UNFPA India has been assisting the Government of India in roll out of new contraceptives, including injectable contraceptives, and in ensuring high quality services. This publication has been developed to address the questions frequently asked by health providers and managers on injectable contraceptives (DMPA). The questions contained in this document have been compiled on the basis of questions or concerns raised by providers from different states, during field level interactions or orientation programs.

The responses are based on technical guidance documents of Government of India, World Health Organization and other expert agencies. All reasonable precautions have been taken by United Nations Population Fund to verify the information contained in this publication. However, the responsibility for the interpretation and use of the material lies with the reader. In no event shall UNFPA be liable for damages arising from its use.

DMPA (डिपो मेड्रोक्सी प्रोजेस्टेरोन एसीटेट) के बारे में अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न (FAQs)

प्रश्न 1. DMPA कैसे काम करता है?

DMPA में किसी महिला के शरीर में पाए जाने वाले प्राकृतिक हार्मोन प्रोजेस्टेरोन जैसा ही प्रोजेस्टिन होता है, जिसे मेड्रोक्सी प्रोजेस्टेरोन एसीटेट (DMPA) कहते हैं। इंजेक्शन देने के बाद, हार्मोन धीरे-धीरे रक्त प्रवाह में मुक्त होता है। यह मुख्य रूप से अण्डा निकलने को रोकता है।

प्रश्न 2. DMPA के इस्तेमाल की असफलता दरें क्या हैं?

जब दवा को सही तरीके से इस्तेमाल किया जाए, तो DMPA का प्रभाव 99.7% और असफलता की दर 0.3% होती है¹।

प्रश्न 3. क्या महिलाओं को निर्धारित तारीख का सख्ती से पालन करना चाहिए?

- DMPA इंजेक्शन की निर्धारित तारीख से 2 हफ्ते पहले और 4 हफ्ते बाद की छूट अवधि होती है।
- दोहराए जाने वाली खुराक की तारीख निर्धारित करते समय, देने वाले और क्लाइंट को किसी तारीख पर सहमत होना चाहिए, जो लगभग 3 महीने (या 13 हफ्ते) बाद की हो।
- DMPA लेते समय, हर महिला को बताया जाए कि उसे समय पर वापस आने की कोशिश करनी चाहिए, लेकिन उसे वापस जरूर आना चाहिए, चाहे वह कितनी भी देरी से आए।
- भले ही कोई महिला कुछ दिनों की देरी (अधिकतम 4 हफ्ते) से आई हो, या कुछ दिन पहले (अधिकतम 2 हफ्ते पहले) आई हो, उसे DMPA की अगली खुराक दी जा सकती है।

प्रश्न 4. DMPA के दुष्प्रभाव क्या हैं?

सर्वाधिक आमदुष्प्रभाव निम्नलिखित हैं:

अंतरा इंजेक्शन लेने वाली महिला को निम्नलिखित दुष्प्रभाव हो सकते हैं:

- DMPA के साथ, माहवारी रक्तस्राव के तरीके में बदलाव सहित²:
अधिकतर महिलाओं में माहवारी संबंधी बदलाव होते हैं³: अधिकतर महिलाओं में, उनकी माहवारी बहुत हल्की या एक धब्बे के रूप में या अनियमित हो जाती है। इस्तेमाल की बढ़ती अवधि के साथ, एमेनोरिया सामान्य होता है, जो DMPA का इस्तेमाल करने वाली आधे से अधिक महिलाओं में एक वर्ष के भीतर और लगभग दो तिहाई महिलाओं में दो वर्ष के भीतर हो जाता है। जब कोई महिला इंजेक्शन लेना बंद कर देती है, तो माहवारी फिर से शुरू हो जाती है।
- प्रजनन क्षमता वापस आने में देरी
- अन्य बदलाव: कुछ महिलाएं निम्नलिखित रिपोर्ट भी कर सकती हैं:
 - वजन बढ़ना
 - सिरदर्द
 - चक्कर आना
 - पेट की गड़बड़ी
 - मनोदशा में बदलाव
 - संभोग की कम इच्छा

¹Government of India. Reference Manual for Injectable Contraceptive (DMPA). Ministry of Health and Family Welfare, March 2016. Referred to as: "GOI Reference manual, DMPA" in the rest of document. page 10

²FP Global Handbook, 2018 pg 67

³World Health Organization, Department of Reproductive Health and Research (WHO/RHR) and Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health/Center for Communication Programs (CCP), Knowledge for Health Project. Family Planning: A Global Handbook for Providers (2018 update). Baltimore and Geneva: CCP and WHO, 2018. Referred to as: "FP Global Handbook, 2018" in the rest of document.

प्रश्न 5. DMPA बंद करने के बाद गर्भवती होने में कितना समय लगता है?

DMPA का इस्तेमाल बंद करने वाली महिला को दूसरे तरीकों का इस्तेमाल करने वाली महिला की तुलना में गर्भवती होने के लिए औसतन 4–6 महीने अधिक प्रतीक्षा करनी पड़ती है। किसी महिला को DMPA का इस्तेमाल बंद करने के 12 महीने बाद भी गर्भवती ना होने पर चिंतित नहीं होना चाहिए⁴।

किसी महिला की DMPA के इस्तेमाल की अवधि से इसका कोई संबंध नहीं है कि इंजेक्शन लेना बंद करने के बाद वह कितनी जल्दी गर्भवती हो जाएगी। थाईलैंड में हुए एक बड़े अध्ययन में, पूर्व DMPA इस्तेमाल करने वालों में से लगभग 70% DMPA इस्तेमाल बंद करने के बाद शुरूआती 12 महीनों के भीतर, तथा 92%, 24 महीने के भीतर गर्भवती हुई⁵।

हालांकि, DMPA से महिलाएं भले ही बाँझ नहीं होतीं, लेकिन 5-8% महिलाएं ऐसी होती हैं, जिनमें असंबंधित कारणों से प्राथमिक या माध्यमिक बाँझपन होता है। अतः अगर कोई महिला गर्भधारण करना चाहे और DMPA का इस्तेमाल बंद करने के एक वर्ष तक भी गर्भवती ना हो पाए, तो देने वालों को इसका कारण बाँझपन नहीं मानना चाहिए, और जांच करनी चाहिए कि अण्डोत्सर्ग शुरू हुआ है या नहीं।

प्रश्न 6. यदि कोई महिला DMPA शुरू करने के 2 वर्ष बाद गर्भवती होना चाहे, तो समय पर गर्भवती होने के लिए उसे DMPA के इंजेक्शन कब बंद करने चाहिए?

DMPA के इस्तेमाल के बाद प्रजनन क्षमता की वापसी की अवधि प्रत्येक महिला में अलग-अलग हो सकती है। आखिरी इंजेक्शन लेने के बाद गर्भवती होने में औसतन 10 महीने लगते हैं⁶। यदि कोई महिला DMPA शुरू करने की तारीख से 2 वर्ष बाद गर्भवती होना चाहती है, तो वह 5 इंजेक्शन लेने के बाद आगे के इंजेक्शन लेना बंद कर सकती है।

प्रश्न 7. क्या अप्रसवा महिलाओं को (जिन महिलाओं को कोई बच्चा नहीं है) DMPA दिया जा सकता है?

जी हाँ, DMPA उन अप्रसवा/नवविवाहित महिलाओं को दिया जा सकता है जो पहले बच्चे के जन्म में कुछ वर्षों का विलम्ब करना चाहती हैं। फिर भी, उन्हें प्रजनन शक्ति की वापसी में देरी के बारे में ठीक प्रकार से सलाह दी जानी चाहिए।

उन्हें सूचित किया जाना चाहिए कि भारत में लगभग 6-7% विवाहित महिलाओं में प्राथमिक बाँझपन⁷ है (यानी वे 2 वर्ष से अधिक समय से विवाहित हैं, और उन्होंने कभी गर्भ निरोधकों का इस्तेमाल नहीं किया है, फिर भी गर्भधारण करने में असमर्थ हैं)। यदि वे या उनके पति में प्राथमिक बाँझपन से जुड़ी पूर्व-मौजूदा स्थिति है, और वे DMPA का इस्तेमाल करते हैं, तो उस स्थिति के कारण हो सकता है कि वे DMPA बंद करने के बाद पहले 2 वर्षों में गर्भधारण करने में सक्षम ना हो।

प्रश्न 8. क्या DMPA महिलाओं को बाँझ बनाता है?

जी नहीं। DMPA अस्थायी गर्भ निरोधक तरीका है और इससे महिलाएँ बाँझ नहीं होतीं। फिर भी, अंतिम इंजेक्शन की तारीख से 7–10 महीने की देरी हो सकती है (पिछले इंजेक्शन के 3 महीने के प्रभाव की समाप्ति के बाद औसतन 4–6 महीने)⁸।

प्रश्न 9. क्या महिलाओं को प्रसवोत्तर (पोस्टपार्टम) अवधि में (जिन्होंने पिछले 48 घंटों में बच्चे को जन्म दिया हो) तत्काल DMPA दिया जा सकता है?

जी नहीं। स्तनपान कराने वाली महिला को प्रसव के बाद 6 हफ्ते (42 दिन) तक DMPA नहीं दिया जा सकता। यह इसलिए है कि यह दवाई माँ के दूध में निकलती है, और शिशु के लीवर पर असर डाल सकती है। MEC मानदंडों के अनुसार यह श्रेणी 3 है (जिसका अर्थ है कि इस तरीके के अनुमानित या प्रमाणित जोखिम इसे इस्तेमाल करने के लाभ से सामान्यतः अधिक हैं)। स्तनपान ना कराने वाली महिलाके लिए, इसे कभी भी शुरू किया जा सकता है।⁹

⁴FP Global Handbook, 2015 Pg 94

⁵Reference manual for DMPA, GOI, March 2016 pg 63

⁶FP Global Handbook, 2015.Pg 94

⁷file:///C:/Users/ki/Downloads/Female%20Infertility%20in%20India,%20PAA,%202017.pdf

⁸Reference manual for DMPA, GOI, March 2016 page 11.

⁹FP Global Handbook, 2015 Page 77.

प्रश्न 10. यदि बच्चा मरा हुआ पैदा हुआ हो, तो क्या प्रसव के बाद 6 हफ्ते से पहले DMPA दिया जा सकता है?

स्तनपान ना कराने वाली महिलाओं के लिए, प्रसव के 6 हफ्ते से पहले DMPA शुरू करने में कोई चिकित्सा जोखिम नहीं है। फिर भी, ऐसी महिलाओं के लिए कोई भी गर्भनिरोधन उस महिला की प्रजनन की इच्छाओं तथा पूरे परामर्श के बाद ही दिया जाना चाहिए।

प्रश्न 11. जिन महिलाओं का सर्जिकल गर्भ समापन हुआ हो, उनमें DMPA कब शुरू किया जा सकता है?

किसी महिला को सर्जिकल गर्भपात के तुरंत बाद DMPA दिया जा सकता है। यदि किसी कारण वश, गर्भपात के बाद DMPA शुरू करने की इच्छा वाली महिला सर्जिकल गर्भपात के तुरंत बाद इंजेक्शन नहीं ले पाती, तो उसे सर्जिकल गर्भपात के 7 दिनों के अंदर दिया जा सकता है, तथा अन्य तरीके की कोई जरूरत नहीं होती।¹⁰

प्रश्न 12. जिन महिलाओं का औषधीय गर्भपात हुआ हो, उनमें DMPA कब शुरू किया जा सकता है?

जिस महिला का औषधीय गर्भपात हुआ हो, वह मिसोप्रोस्टोल की खुराक के साथ तीसरे दिन या प्रक्रिया पूरे होने के बाद 15वें दिन DMPA को शुरू कर सकती है¹¹।

प्रश्न 13. यदि कोई ऐसी महिला जिसका पिछले 6 महीनों में प्रसव हुआ हो और उसे लैक्टेशनल एमेनोरिया हो तथा वह DMPA लेना चाहे, तो क्या यह दिया जा सकता है?

इस बात का आंकलन करें कि क्या महिला लैक्टेशनल एमेनोरिया तरीके की सभी शर्तें पूरी कर रही है।

- यदि वह महिला लैक्टेशनल एमेनोरिया के तरीके (प्रसव को 6 महीने से कम हुए हों, केवल स्तनपान, माहवारी शुरू ना हुई हो) की सभी शर्तें पूरी करती हो, तो यह समुचित रूप से सुनिश्चित हो सकता है कि महिला गर्भवती नहीं है।
- प्रसव के बाद 6 हफ्ते से 6 महीने के बीच DMPA शुरू किया जा सकता है¹²। फिर भी, यदि कोई संदेह हो, तो गर्भ की जांच करें। यदि जांच नकारात्मक हो, तो DMPA दें, और 3-4 हफ्ते में अनुवर्ती गर्भावस्था परीक्षण करें।
- यदि कोई महिला लैक्टेशनल एमेनोरिया तरीके की सभी शर्तों का पालन ना कर रही हो (जैसे उसने कुछ ऊपरी दूध या दूध छुड़ाने वाला भोजन शुरू किया हो, लेकिन एमेनोरिक हो), तो गर्भावस्था से इंकार नहीं किया जा सकता। यदि उसने पिछले 5 दिनों में असुरक्षित संभोग किया हो, तो उसे आपातकालीन गर्भ निरोधक दें और गर्भ की जांच करें।

प्रश्न 14. क्या DMPA का इस्तेमाल यौन क्रिया को प्रभावित करता है?

सामान्यतः, नहीं। अधिकतर महिलाओं में उनकी यौन क्रिया में कोई बदलाव नहीं होता। फिर भी, कुछ महिलाओं में संभोग की इच्छा कम हो सकती है।¹³

प्रश्न 15. क्या वे महिलाएं जिन्होंने अपना परिवार पूरा कर लिया हो और वे अधिक बच्चे ना चाहती हों, लंबे समय तक DMPA ले सकती हैं?

DMPA एक सुरक्षित और लंबे समय तक काम करने वाला अस्थायी गर्भ निरोधक तरीका है, जिसे वो महिलाएं भी उपयोग कर सकती हैं, जो और बच्चे नहीं चाहतीं। इसलिए, जो महिलाएं अपने परिवारों को सीमित करना चाहती हैं उन्हें अस्थायी तरीकों सहित सभी गर्भ निरोधक तरीकों के बारे में सलाह दी जानी चाहिए।

जिन महिलाओं ने अपने परिवार पूरे कर लिए हों, वे कई वर्षों तक अस्थायी तरीकों का इस्तेमाल करना चुन सकती हैं।

¹⁰PAFP Technical update, March 2016 Page 9,10,16 (<https://www.ipasdevelopmentfoundation.org/updates/post-abortion-family-planning-technical-update.html>)

¹¹Ministry of Health & Family Welfare. Post-Abortion Family Planning: Technical Update, March 2016.

¹²FP Global Handbook, 2018, p. 440.

¹³FP Global Handbook 2018 p. 95.

प्रश्न 16. यदि किसी महिला को अगले DMPA इंजेक्शन के लिए देर हो चुकी हो, तो क्या होगा?

- यदि किसी महिला को DMPA के दोहराए जाने वाले इंजेक्शन के लिए 4 हफ्ते (28 दिन) तक की देरी हो गई हो, तो वह अपना अगला इंजेक्शन ले सकती है। किसी गर्भ की जांच की आवश्यकता नहीं है।
- यदि उसे चार हफ्ते से अधिक की देरी हो गई हो (पिछले इंजेक्शन की तारीख से 4 महीने से अधिक देरी):
 - गर्भावस्था से इंकार
 - उसे DMPA दें (यदि गर्भवती ना हो, तो)
 - उसे पहले सात दिनों के लिए सहायक विधि दें।

चाहे किसी महिला को फिर से इंजेक्शन देने के लिए देर हुई हो या नहीं, उसे अगले DMPA इंजेक्शन दिए जाने की तारीख 3 महीने बाद की रखनी चाहिए।¹⁴

प्रश्न 17. यदि महिला अगले DMPA इंजेक्शन के लिए जल्दी आ गई हो, तो?

यदि वह कुछ दिन पहले आ जाये (अधिकतम 14 दिन), तो उसे इंजेक्शन दे दें। उसके DMPA के अगले इंजेक्शन की तारीख आखिरी इंजेक्शन के 3 महीने बाद रखी जानी चाहिए।¹⁵

प्रश्न 18. क्या DMPA से हड्डियाँ कमजोर हो जाती हैं?

हड्डी खनिज घनत्व पर लिंग, आयु, जाति, बॉडीमासइंडेक्स, वंशानुगत कारक, शारीरिक गतिविधि और वजन उठाने से संबंधित हड्डियों पर फिजिकल तनाव, आहार में कैल्शियम और विटामिन डी जैसे पोषक तत्वों, मादक पेय उपयोग, धूम्रपान, कॉर्टिकोस्टेरोइड जोखिम, सेक्स हार्मोन और गर्भावस्था, स्तनपान और रजोनिवृत्ति जैसी शारीरिक स्थितियों जैसे अनेक कारकों का प्रभाव होता है। हड्डी खनिज घनत्व में गर्भावस्था के दौरान 2-8% की कमी और स्तनपान के दौरान 3-5% की कमी होती है।

DMPA इंजेक्टबल गर्भनिरोधक के इस्तेमाल से, हड्डी खनिज घनत्व 5 वर्षों में 5-6% घटता है, जिसमें अधिकांश हानि पहले 2 वर्षों में होती है।

यह असर अस्थायी होता है, और DMPA को बंद करने पर हड्डी खनिज घनत्व पहले जैसा हो जाता है। फ्रैक्चर में कोई वृद्धि नहीं होती है।

प्रश्न 19. कोई महिला लगातार कितने वर्ष तक DMPA का सुरक्षित रूप से इस्तेमाल कर सकती है?

DMPA गर्भ निरोधन के लिए अस्थायी सुरक्षित और प्रभावी तरीका है। DMPA का इस्तेमाल लंबे समय तक किया जा सकता है क्योंकि इसके इस्तेमाल की अवधि पर कोई प्रतिबंध नहीं है¹⁶। जो महिलाएं DMPA का इस्तेमाल जारी रखना चाहती हैं, उनकी लाभ और जोखिमों का आकलन करने के लिए प्रत्येक दो वर्ष में योग्यता का मूल्यांकन किया जाना चाहिए।

यदि DMPA का इस्तेमाल करने वाली महिला में कोई ऐसी स्थिति विकसित होती है, जिसमें DMPA नहीं देना चाहिये, तो इसे बंद कर दिया जाना चाहिए।¹⁷

प्रश्न 20. क्या DMPA HIV संक्रमण का जोखिम बढ़ाता है?

जिन महिलाओं को HIV संक्रमण का जोखिम कम हो, उनमें DMPA के इस्तेमाल से HIV संक्रमण का खतरा नहीं बढ़ता है।

हाल ही में किए गए शोध से पता चला है कि पहले से ही HIV संक्रमण के उच्च जोखिम वाली महिलाओं में, DMPA के इस्तेमाल और HIV के संक्रमण का खतरा जुड़ा हो सकता है। परंतु यह शोध निर्णायक नहीं है, और DMPA किसी महिला के एचआईवी के जोखिम को बढ़ाने में जिम्मेदार हो सकता है या नहीं भी हो सकता।

¹⁴FP Global Handbook, 2018 p.96.

¹⁵FP Global Handbook, 2018 p.96

¹⁶Reference manual for DMPA, MOHFW March 2016 Pg 6

¹⁷MEC wheel GOI, 2015

पिछले वर्ष, WHO ने केवल-प्रोजेस्टिन इंजेक्टैबल के लिए चिकित्सा योग्यता मानदंड श्रेणी को 1 से बदल कर 2 कर दिया। श्रेणी 2 का अर्थ है कि यह एक ऐसी स्थिति है जहां तरीके का इस्तेमाल करने के लाभ सामान्यतः अनुमानित या साबित जोखिम से अधिक होते हैं।

इसलिए HIV संक्रमण के अधिक खतरे वाली महिलाओं को कॉन्डम (पुरुष व महिला) के बारे में बताया जाना चाहिए।¹⁸

प्रश्न 21. यदि कोई महिला मुँह से ली जाने वाली गोलियों से DMPA में बदल रही हो, तो क्या वह चक्र के मध्य में बदल सकती है या उसे अपनी अगली माहवारी की शुरुआत तक प्रतीक्षा करनी चाहिए?

यदि कोई महिला माहवारी चक्र के बीच में ओरल पिल्स (जैसे माला डी) से DMPA में बदलना चाहे, तो वह तुरंत DMPA का इस्तेमाल शुरू कर सकती है या उसे अपनी अगली माहवारी की प्रतीक्षा करने की जरूरत नहीं है।¹⁹

प्रश्न 22. यदि कोई महिला IUD से DMPA में बदल रही हो, और वह IUD हटाने के उसके चक्र (जैसे 15वें दिन) के मध्य में आता हो, तो क्या DMPA उसी दिन दिया जा सकता है?

- यदि कोई महिला अपनी माहवारी के पहले 7 दिनों के बाद IUD से DMPA में बदलना चाहे, तो DMPA उसी दिन शुरू किया जा सकता है।
- यदि IUD का इस्तेमाल करने वाली कोई महिला अपनी माहवारी के पहले 7 दिनों के बाद आती है और उसने अपनी पिछली माहवारी के बाद से यौन संबंध नहीं बनाया है, तो: DMPA शुरू किया जा सकता है, IUD को हटाया जा सकता है और उसे अगले 7 दिनों के लिए सहायक विधि (जैसे कॉन्डम) का इस्तेमाल करना चाहिए।²⁰
- यदि IUD का इस्तेमाल करने वाली कोई महिला माहवारी के पहले 7 दिनों के बाद आती हो और उसने अपनी पिछली माहवारी के बाद यौन संबंध बनाया हो, तो: DMPA शुरू किया जा सकता है, लेकिन IUD को उसकी अगली माहवारी तक रखा जाना चाहिए, क्योंकि हो सकता है उसने पिछली माहवारी के बाद गर्भ धारण कर लिया हो।

प्रश्न 23. क्या कोई ANM या नर्स किसी महिला को DMPA दे सकती है?

MOHFW दिशानिर्देशों के अनुसार, ANM या कोई स्टाफ नर्स किसी महिला को DMPA दे सकती है बशर्ते उन्होंने आवश्यक प्रशिक्षण और कौशल प्राप्त कर लिया हो। भारत में, यह सिफारिश की जाती है कि DMPA इंजेक्शन की पहली खुराक उचित जांच के बाद किसी प्रशिक्षित एमबीबीएस डॉक्टर के मार्गदर्शन में दी जानी चाहिए। आगे के इंजेक्शन प्रशिक्षित ANM या स्टाफ नर्स द्वारा दिए जा सकते हैं।²¹

प्रश्न 24. क्या ASHAs DMPA दे सकती हैं?

जी नहीं। फिर भी, वह DMPA पर महिलाओं को परामर्श दे सकती है, महिला को अगले लगने वाले इंजेक्शन को समय पर लेने के लिए याद दिला सकती है और यदि DMPA इस्तेमाल से संबंधित कोई प्रश्न हों, तो उन्हें सलाह दे सकती है।

प्रश्न 25. हम DMPA कैसे रखते हैं? DMPA को स्टोर करने के लिए आदर्श तापमान क्या है?

MOHFW दिशानिर्देशों के अनुसार DMPA को शुष्क, धूल मुक्त जगह पर, सूरज की रोशनी से दूर, 15–30 डिग्री सेल्सियस के बीच कमरे के तापमान में स्टोर किया जाना चाहिए।²²

प्रश्न 26. क्या DMPA को रेफ्रिजरेटर में स्टोर किया जा सकता है?

जी नहीं, DMPA को रेफ्रिजरेटर में नहीं रखा जाना चाहिए।²³

¹⁸FP Global Hand book, 2018 p.92

¹⁹FP Global Handbook, 2018 p.76

²⁰FP Global Handbook, 2018 p.172

²¹Reference Manual on DMPA, GOI, 2016.P. 37

²²Reference Manual on DMPA, GOI, 2016.P. 39

²³Reference Manual on DMPA, GOI, 2016.P. 39

प्रश्न 27. क्या DMPA का इस्तेमाल उच्च रक्तचाप (ब्लड प्रेशर) वाली महिलाओं द्वारा किया जा सकता है?

उच्चरक्त चाप (हायपरटेन्शन) वाली महिलाओं द्वारा DMPA का इस्तेमाल इस बात पर निर्भर करता है कि रक्तचाप पर्याप्त रूप से नियंत्रित है या नहीं।

- उच्च रक्तचाप वाली जिस महिला का रक्तचाप 160/100 से कम हो और पर्याप्त रूप से नियंत्रित हो, उसके द्वारा DMPA का इस्तेमाल किया जा सकता है।²⁴
- यदि पहले कभी रक्तचाप बढ़ा हुआ था, परंतु अभी रक्तचाप का मूल्यांकन नहीं किया जा सकता (गर्भावस्था में उच्च रक्तचाप सहित), तो DMPA दिया जा सकता है, फिर भी, यह MEC की श्रेणी 2 में आएगा।
- यदि सिस्टोलिक रक्तचाप 160 से ऊपर हो या डायस्टोलिक रक्तचाप 110 mmHg से ऊपर हो, तो DMPA नहीं दिया जाना चाहिए (MEC श्रेणी 3)²⁵।

प्रश्न 28. क्या डायबिटीज वाली महिलाओं द्वारा DMPA का इस्तेमाल किया जा सकता है?

डायबिटीज वाली महिला द्वारा DMPA का इस्तेमाल किया जा सकता है चाहे वे इंसुलिन पर निर्भर हों या नहीं। यदि डायबिटीज की कोई जटिलता ना हो और महिला को 20 से कम वर्षों से डायबिटीज हो, तो वह DMPA का इस्तेमाल कर सकती है²⁶।

प्रश्न 29. एनीमिया वाली महिलाओं पर DMPA का क्या प्रभाव होता है?

अंतरा (डीएमपीए) लौह की कमी वाले एनीमिया को रोकने में मदद कर सकता है। अंतरा (डीएमपीए) लेने वाली महिलाओं में माहवारी की मात्रा कम हो जाती है जो यह एनीमिया को रोकने में मदद करता है। इसलिए एनीमिक महिलाओं के लिए यह एक अच्छी विधि है।

प्रश्न 30. क्या DMPA सिकलसेल एनीमिया वाली महिलाओं के लिए सुरक्षित है?

जिन महिलाओं को सिकलसेल एनीमिया है, उनमें DMPA सिकलसेल संकट²⁷ और संबंधित दर्द को कम कर सकता है। इसलिए यह सिकलसेल एनीमिया वाली महिलाओं के लिए गर्भनिरोधक एक अच्छा विकल्प है।

प्रश्न 31. DMPA लेने के लिए किसके (पति, परिवार या स्वयं) द्वारा सहमति दी जाने की जरूरत है?

किसी भी अन्यगर्भ निरोधक की तरह, किसी गर्भ निरोधक तरीके को इस्तेमाल करने का निर्णय महिला का होता है। यदि कोई महिला DMPA का इस्तेमाल करना चाहती है, तो परिवार के किसी सदस्य को सहमति देने की जरूरत नहीं है।

प्रश्न 32. DMPA शुरू करने के लिए किस जांच की जरूरत है?

DMPA दिए जाने से पहले, योग्यता जांच सूची या MEC Wheel का इस्तेमाल करके उसकी चिकित्सीय योग्यता का आंकलन करना जरूरी है। अधिकतर बार, योग्यता का आंकलन कुछ प्रश्न पूछकर और रक्तचाप माप कर किया जा सकता है।

अनावश्यक प्रक्रियाओं के बिना महिलाओं को DMPA दिया जा सकता है। महिलाएं निम्नलिखित के बिना DMPA शुरू कर सकती हैं:

- पेल्विक (योनि द्वारा) जांच के बिना
- स्तन-जांच के बिना
- खून की जांच या किसी अन्य नियमित लैब जांच के बिना
- प्रेग्नेन्सी टेस्ट के बिना²⁸

²⁴MEC Wheel, GOI, 2015

²⁵World Health Organization, 2015. Medical eligibility criteria for contraceptive use -- 5th ed.

²⁶MEC wheel, GOI, 2015

²⁷FP Global Handbook, 2018, p.68

²⁸FP Global Handbook, 2018 p.71

प्रश्न 33. चिकित्सीय योग्यता मानदंड (MEC) Wheel या योग्यता जांच हेतु चेकलिस्ट की क्या आवश्यकता है?

सभी गर्भनिरोधकों की तरह, DMPA को यह आंकलन करने के लिए उचित जांच के बाद दिया जाना चाहिए कि महिला DMPA प्राप्त करने के लिये योग्य है या नहीं। MEC Wheel विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा विकसित वह तरीका है, जो विभिन्न गर्भ निरोधक तरीकों और विशिष्ट स्वास्थ्य परिस्थितियों और विशेषताओं के संदर्भ में किसी महिला की योग्यता का आंकलन करने में सहायता करता है।

विकल्प के रूप में, योग्यता का आंकलन करने और अंतर्विरोध को खारिज करने के लिए एक चेकलिस्ट इस्तेमाल भी किया जा सकती है।

प्रश्न 34. मुंह से लिए जाने वाली गोली (ओरल पिल्स) जैसे माला डी की तुलना में DMPA कैसा है?

चूंकि DMPA में इस्ट्रोजेन नहीं होता, इसलिए स्तनपान कराने वाली महिलाएं, प्रसव के 6 हफ्ते के बाद और वे महिलाएं जो इस्ट्रोजेन वाले तरीकों का इस्तेमाल नहीं कर सकती, इसका इस्तेमाल कर सकती हैं।

	DMPA	OCP
जो महिलाएं अपने शिशुओं को स्तनपान करा रही हों	प्रसव के 6 हफ्ते बाद दिया जा सकता है	प्रसवके 6 महीने बाद दिया जा सकता है
जो टीबी की दवाएं (रिफाम्पिसिन) ले रही हों	दिया जा सकता है (MEC 1)	नहीं दिया जा सकता (MEC 3)
मिरगी	दिया जा सकता है (MEC 1)	नहीं दिया जा सकता (MEC 3)
35 वर्ष से अधिक उम्र की धूम्रपान करने वाली महिला	दिया जा सकता है (MEC 1)	नहीं दिया जा सकता (MEC 3)
उच्च रक्तचाप वाली महिला जिसका BP <160/100 हो	दिया जा सकता है (MEC 2)	नहीं दिया जा सकता (MEC 3)

प्रश्न 35. हमारे अस्पताल में, केवल 50% महिलाएं ही दूसरी खुराक के लिए वापस आती हैं। क्या इसका अर्थ यह है कि DMPA हमारे क्षेत्र में कोई सफल तरीका नहीं है?

प्रत्येक अध्ययन में DMPA की निरंतरता दर अलग-अलग होती है। एक अध्ययन में पाया गया कि 12 महीने की निरंतरता दर 28% से 57% के बीच थी²⁹। कुछ अध्ययनों में पाया गया कि महिलाएं DMPA का इस्तेमाल शुरू-बंद-फिर से शुरू करने के तरीके से करती हैं। इसका अर्थ है कि भले ही किसी महिला ने किसी समय DMPA बंद कर दिया हो, वह उसकी पसंद की सूची में फिर भी होता है और भविष्य में वह वापस शुरू कर सकती है।

यदि महिलाओं को उचित परामर्श दिया जाये, और सेवाएं उनके घर के नजदीक उपलब्ध हों, तो उनके जारी रखने की संभावना अधिक होती है। जो महिलाएं दूसरी खुराक के लिए वापस नहीं आई हैं, यदि उनकी सहमति प्राप्त हो, तो उनके फोन पर याद दिलाया जा सकता है।

प्रश्न 36. क्या अनपढ़ महिलाएं DMPA का इस्तेमाल कर सकती हैं?

जी हाँ। कोई भी महिला जो DMPA का इस्तेमाल करना चाहती हो, यदि योग्यता के मानदंड पूरे करती हो, तो इसका इस्तेमाल कर सकती है। DMPA शुरू करने से पहले, सभी महिलाओं को DMPA के दोहराए जाने वाले इंजेक्शन, और दुष्प्रभावों के संदर्भ में उचित सलाह दी जानी चाहिए।

²⁹MEC Wheel, GOI, 2015

प्रश्न 37. DMPA के बाद यदि महिला एमिनोरिया (माहवारी का बंद होना) की शिकायत करे, तो कौन से उपचार दिए जाने चाहिए?

यदि महिला एमिनोरिया (माहवारी का बंद होना) की शिकायत करे³⁰, तो उसे आश्वासन दें कि यह एक साधारण दुष्प्रभाव है तथा हानिकारक नहीं है। उसके भीतर रक्त एकत्र नहीं हो रहा है, और इसका अर्थ यह भी नहीं है कि महिला बॉझ हो गई है। उसे आश्वासन दें कि DMPA बंद किए जाने के बाद माहवारी फिर से शुरू हो जाएगी। किसी चिकित्सीय इलाज की जरूरत नहीं है। हालांकि अगर वह संतुष्ट नहीं है तो आप उसे आस्वस्त करने के लिये गर्भावस्था जांच निष्चय किट द्वारा, कर सकती हैं। अगर वह फिर भी संतुष्ट नहीं हों, तो यह तरीका बंद कर दें और उसे दूसरा तरीका चुनने में सहायता करें या मेडिकल ऑफिसर से परामर्श के लिए भेजें। DMPA की पहली खुराक देने से पहले महिलाओं को माहवारी में परिवर्तनों के बारे में सलाह दी जानी चाहिए।

प्रश्न 38. DMPA का इस्तेमाल करने वाली महिला यदि अनियमित माहवारी की शिकायत करे, तो क्या उपचार किया जाना चाहिए?

- यदि कोई महिला अनियमित हल्की माहवारी की शिकायत करे, तो उसे यह आश्वासन दिया जाना चाहिए कि अनियमित रक्त स्राव हानिकारक नहीं है और यह पहले कुछ महीनों के बाद सामान्यतः कम हो जाता है या बंद हो जाता है।
- थोड़े समय की राहत के लिए, उसे यह लेने की सलाह दी जा सकती है:
 - आइबुप्रोफेन (Ibuprofen) 400 मिग्रा, 5 दिनों के लिए दिन में 3 बार, या
 - मेफिनेमिक एसिड या ट्रेनिक्सेमिक एसिड, 5 दिनों के लिए दिन में 3 बार³¹।
- यदि अगला इंजेक्शन अभी लगना बाकी हो, तो उसे दे दें। यदि महिला फिर भी इस तरीके को जारी ना रखना चाहे, तो उसे बंद कर दें और उसे दूसरा तरीका चुनने में सहायता करें।

यह जरूरी है कि DMPA शुरू करने से पहले, महिला को संभावित दुष्प्रभावों के बारे में उचित परामर्श दिया जाए।

प्रश्न 39. DMPA का इस्तेमाल करने वाली महिला यदि भारी माहवारी की शिकायत करे, तो कौन सा उपचार दिया जाना चाहिए?

यदि रक्तस्राव 8 दिनों से अधिक या उसकी सामान्य माहवारी से दोगुना अधिक हो, तो निम्नलिखित तरीके से इसका प्रबंधन करें:

- क्लाइंट को आश्वासन करें।
- 500 मिग्रामेफिनेमिक/ट्रेनिक्सेमिक एसिड, 5 दिनों के लिए दिन में 3 बार दें।
- यदि NSAID से कोई लाभ ना हो, तो मेडिकल ऑफिसर से परामर्श के लिए भेजें।
- इसके अतिरिक्त, एनीमिया से बचने के लिए आयरन की गोलियां दें।

प्रश्न 40. DMPA इंजेक्शन के बाद गर्म सेंक या मालिश ना करने की सलाह क्यों दी जाती है?

DMPA में, हार्मोन अगले तीन महीनों तक बहुत धीरे-धीरे छोड़ा जाता है। मालिश या सेंक रक्तसंचार बढ़ा सकता है, जो DMPA के सोखे जाने को तेज कर सकता है, जिससे इसका प्रभाव 3 महीने से पहले दूर हो सकता है³²।

प्रश्न 41. क्या DMPA का इंजेक्शन खुद लेना उचित है?

- जी नहीं, कोई महिला DMPA का इंजेक्शन खुद नहीं ले सकती। DMPA डॉक्टर या नर्स की सलाह पर ही लिया जाना चाहिए, और इसे डॉक्टर या नर्स द्वारा ही दिया जाता है।

³⁰FP Global Handbook, 2018 pg 89

³¹FP Global Handbook, 2018, pg 89

³²Reference Manual on DMPA, GOI, 2016.P. 21

प्रश्न 42. यदि स्तनपान कराने वाली महिला DMPA का इस्तेमाल करती है, तो क्या यह दूध की मात्रा और गुणवत्ता को प्रभावित करता है?

गर्भनिरोधक इंजेक्शन प्रसव के 6 हफ्ते (42 दिन) के बाद कभी भी शुरू किए जा सकते हैं। DMPA माँ और बच्चे दोनों के लिए सुरक्षित है, एवं ना तो दूध उत्पादन की गुणवत्ता और मात्रा को प्रभावित करता है, और ना ही स्तनपान की अवधि को प्रभावित करता है³³। स्तनपान कराने वाली माताओं के लिए यह एक बढ़िया विकल्प है।

प्रश्न 43. यदि DMPA इस्तेमाल करते समय कोई महिला गर्भवती हो जाए या यदि वह पहले से गर्भवती हो और गलती से DMPA शुरू कर दे, तो क्या होगा?

सबूत दर्शाते हैं कि यदि DMPA इस्तेमाल करते समय कोई महिला गर्भवती हो जाए या यदि वह पहले से गर्भवती हो और गलती से DMPA शुरू कर दे, तो DMPA से ना तो जन्म दोष होता है ना ही भ्रूण को कोई हानि पहुँचती है।

प्रश्न 44. क्या यौन संचारित संक्रमण (STIs) के जोखिम वाली महिलाओं को DMPA दिया जा सकता है?

STIs के जोखिम वाली महिलाएं DMPA का इस्तेमाल कर सकती हैं। लेकिन, यह STI से सुरक्षा प्रदान नहीं करता। STIs के जोखिम वाली DMPA की किसी इस्तेमाल करने वाली को सलाह दी जानी चाहिए कि प्रत्येक यौन संभोग के दौरान कॉन्डम का सही और निरंतर रूप से इस्तेमाल करें³⁴।

प्रश्न 45. यदि DMPA का इस्तेमाल करते समय किसी महिला को माहवारी न आए, तो क्या इसका अर्थ यह है कि वह गर्भवती है?

संभवतः नहीं, DMPA का इस्तेमाल करने वाली अधिकतर महिलाओं को माहवारी नहीं आएगी। गर्भावस्था में एमेनोरिया होती है, लेकिन सभी एमेनोरिया गर्भावस्था के कारण नहीं होती।

DMPA इस्तेमाल से होने वाला एमेनोरिया, प्रोजेस्टेरोन के बढ़े स्तर से एंडोमेट्रियम के पतले होने के कारण होता है। अतः DMPA शुरू करने से पहले यह बहुत जरूरी है कि महिलाओं को तरीके के प्रभाव के कारण होने वाले माहवारी बदलाव के बारे में उचित परामर्श दिया जाए।

महिला को आश्वासन देना सहायक हो सकता है लेकिन यदि जरूरी हो, तो उसे प्रेग्नेंसी टेस्ट का सुझाव दें। इन सबके बाद भी यदि वह चाहे, तो कोई और तरीका चुनने में उसकी सहायता करें³⁵।

प्रश्न 46. DMPA को सार्वजनिक क्षेत्र में अभी-अभी मंजूरी दी गई है, क्या यह अभी भी 'प्रयोगात्मक' चरण में है?

- DMPA प्रयोगात्मक चरण में नहीं है, इसका विकास 1960 के दशक में किया गया था।
- इसे लंबे समय तक काम करने वाले गर्भनिरोधक तरीके के रूप में अनुमोदित किया गया है और 130 से अधिक देशों में इसका उपयोग किया जाता है।
- आज तक, 42 लाख से अधिक महिलाओं ने DMPA का इस्तेमाल किया है, 100,000 से अधिक महिलाओं ने इसका इस्तेमाल 10 वर्ष से अधिक समय तक किया है, और फिलहाल में 8 से 9 लाख के बीच महिलाएं गर्भनिरोधक सुरक्षा के लिए DMPA पर यकीन करती हैं।
- एक विशेषज्ञ सलाहकार चिकित्सा पैनल द्वारा सबकी राय से सिफारिश किए जाने के बाद भारत सरकार ने इस प्रणाली को स्वीकार किया है³⁶।

³³FP Global Handbook, 2018 p.93

³⁴MEC Wheel, GOI, 2015

³⁵FP Global handbook, 2018 Pg 93

³⁶Reference Manual on DMPA, GOI, 2016. p 64

प्रश्न 47. क्या DMPA माहवारी के तरीके में बदलाव करने के कारण एनीमिया पैदा करता है?

DMPA के इस्तेमाल के शुरुआती 3–6 महीनों के दौरान, स्पांटिंग या न्यूनतम रक्तस्राव के रूप में अनियमित रक्तस्राव अनुभव किया जा सकता है। किंतु DMPA के निरंतर इस्तेमाल के कुछ महीनों के भीतर माहवारी सामान्यतः बंद हो जाती है जिसके बाद एमेनोरिया होता है। चूंकि DMPA के कारण माहवारी में रक्तस्राव कम हो जाती है या बंद हो जाती है, इसलिए इसकी वजह से शायद ही कभी एनीमिया होता हो। दूसरी ओर, DMPA आयरन की कमी वाले एनीमिया से बचाता है।

यह सिकलसेल एनीमिया वाली महिलाओं में सिकलसेल के जोखिम को भी काफी कम करता है।

प्रश्न 48. क्या DMPA के कारण होने वाले एमेनोरिया से रजोनिवृत्ति की शुरुआत होती है?

DMPA मेनोपॉज को प्रभावित नहीं करता। जब कोई महिला DMPA का इस्तेमाल बंद कर देती है, तो सामान्य माहवारी लौट आएगी³⁷।

प्रश्न 49. “लंबे समय तक काम में लेने के बाद”, क्या महिला को DMPA का इस्तेमाल बंद करना होगा और कई इंजेक्शन के बाद कुछ समय के लिए ‘आराम’ करना होगा?

DMPA में आराम अवधि की कोई आवश्यकता नहीं है। DMPA निरंतर कितने वर्षों तक इस्तेमाल किया जा सकता है, इसकी कोई सीमा नहीं है। स्वस्थ महिलाओं में इसे मेनोपॉज तक दिया जा सकता है, जिसके बाद गर्भनिरोधक की जरूरत नहीं होती है³⁸।

प्रश्न 50. सबक्युटेनियस DMPA क्या है?

DMPA का एक और स्वरूप में आता है, जिसे केवल सबक्युटेनियस (त्वचा के नीचे) इंजेक्शन के लिए इस्तेमाल किया जाता है, इसे मांसपेशी में नहीं दिया जाता है। यह एक स्वचालित इंजेक्शन उपकरण (Uniject) में आता है जो पहले से भरा होता है, और इसमें बहुत पतली सुई और प्लास्टिक की एक कैप्सूल होती है। इसमें 104 मिग्रा DMPA होता है, और 3 महीने तक काम करता है। Uniject सिस्टम से, इस्तेमाल करने वाली एक लचीली टंकी दबाती है जो सुई के माध्यम से द्रव (दवाई) को धकेलती है।

प्रश्न 51. चूंकि सबक्युटेनियस DMPA (DMPA-SC) की खुराक इंद्रामस्कूलर MPA (DMPA-IM) से कम होती है, तो क्या दोनों प्रकार के इंजेक्शनों के प्रभाव की अवधि में कोई फर्क होता है?

जी नहीं, प्रभाव की अवधि में कोई फर्क नहीं होता तथा दोनों 3 महीने के गर्भनिरोधक इंजेक्शन हैं³⁹।

प्रश्न 52. क्या सबक्युटेनियस MPA उन महिलाओं को भी दिया जा सकता है जिन्हें MPA-IM नहीं दिया जा सकता है?

जी नहीं, जो महिलाएं MPA-IM के लिए योग्य नहीं हैं उन्हें SC-DMPA भी नहीं दिया जा सकता है। दोनों के इस्तेमाल के अंतर्विरोध (contraindications) एक ही होते हैं⁴⁰।

प्रश्न 53. यदि सबक्युटेनियस DMPA इंद्रामस्कूलर दे दिया जाए, तो क्या होगा?

सबक्युटेनियस DMPA की सुई इंद्रामस्कूलर MPA के लिए इस्तेमाल की तुलना में छोटी (3/8 इंच) होती है, इसलिए वह मांस पेशियों तक नहीं पहुंच पाती, इसीलिए सबक्युटेनियस MPA को IM तरीके से नहीं देना चाहिए। गर्भनिरोधक सुरक्षा के तीन महीने सुनिश्चित करने के लिए, सबक्युटेनियस MPA को केवल सबक्युटेनियस ही दिया जाना चाहिए। यदि MPA मांसपेशियों में दिया जाता है, तो शायद यह पूरे तीन महीने तक सुरक्षा प्रदान ना कर पाए⁴¹।

³⁷Reference Manual on DMPA, GOI, 2016.P. 64

³⁸Reference Manual on DMPA, GOI, 2016.P. 63

³⁹Supplement to Reference Manual for Subcutaneous MPA, GOI, 2016.P. 7

⁴⁰Supplement to Reference Manual for Subcutaneous MPA, GOI, 2016.P. 7

⁴¹Supplement to Reference Manual for Subcutaneous MPA, GOI, 2016.P. 8

प्रश्न 54. क्या कोई महिला इंद्रामस्कूलर MPA और सबक्यूटेनियस MPA के बीच अदला-बदली कर सकती है?

जी हाँ, यदि जरूरी हो, चूंकि IM और SC फॉर्मूलेशन में सक्रिय घटक (मुख्य दवाई) एक ही हैं। यदि आवश्यक हो और हर तीन महीने में उपयोग किए जाएं तो इन दो फॉर्मूलेशन के बीच अदला-बदली की जा सकती है। इंजेक्टबल के बीच अदला-बदली करना सुरक्षित है, और इससे इसका प्रभाव कम नहीं होता। महिला को नए इंजेक्टबल के नाम, और उसके इंजेक्शन शेड्यूल के बारे में सूचित करना और समझाया जाना चाहिए⁴²।

प्रश्न 55. क्या इंद्रामस्कूलर MPA की तुलना में सबक्यूटेनियस MPA का माहवारी में बदलाव तथा हड्डी खनिज घनत्व पर अलग प्रभाव होता है?

जी नहीं, MPA-IM और MPA-SC दोनों का माहवारी बदलाव और हड्डी खनिज घनत्व पर समान प्रभाव होता है, क्योंकि रक्त में हारमोन के स्तर बराबर होते हैं⁴³।

प्रश्न 56. सबक्यूटेनियस MPA और इंद्रामस्कूलर MPA के बीच क्या फर्क है?

दवाई का मुख्य तत्व कार्य करने के तरीके, सुरक्षा, प्रभावकारिता, लाभ और दुष्प्रभावों के संदर्भ में सबक्यूटेनियस MPA और MPA-IM के बीच कोई फर्क नहीं है। इनमें दवा की मात्रा, दिए जाने के मार्ग, स्थल और सुई के आकार में फर्क होता है।

प्रश्न 57. क्या DMPA से एंडोमेट्रियल या स्तन कैंसर का जोखिम बढ़ जाता है?

जी नहीं, DMPA से कैंसर नहीं होता। दरअसल, यह दर्शाया गया है कि यह एंडोमेट्रियल और गर्भाशय कैंसर से बचाता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन के सहयोग से हुए अध्ययनों में पाया गया कि इंजेक्टबल से स्तन कैंसर का कोई बड़ा जोखिम, सर्वाइकल कैंसर, ओवेरियन या लीवर कैंसर का कोई खतरा नहीं होता⁴⁴।

जिन महिलाओं के परिवार में किसी को कैंसर हुआ है उन्हें बिना किसी प्रतिबंध के DMPA दिया जा सकता है। जिन महिलाओं को स्तन में गांठ है लेकिन निदान नहीं हुआ है उन्हें DMPA नहीं दिया जाना चाहिए।

प्रश्न 58. DMPA से एमेनोरिया होने के कारण क्या शरीर के भीतर गंदा रक्त इकट्ठा होता है?

DMPA के कारण एंडोमेट्रियम के पतला होने से एमेनोरिया होता है। चूंकि एंडोमेट्रियम पतला हो चुका होता है और वह झड़ता भी नहीं, इसलिए शरीर में रक्त इकट्ठा नहीं होता।

प्रश्न 59. DMPA के इस्तेमाल से महिलाओं का कितना वजन बढ़ सकता है?

DMPA के कुछ इस्तेमाल करने वालों का वजन घट सकता है या हो सकता है कि उनके वजन पर कोई प्रभाव नहीं पड़े। DMPA इस्तेमाल करते समय कुछ इस्तेमाल करने वालों का प्रतिवर्ष औसतन 1-2 किग्रा वजन बढ़ सकता है। वजन का यह बढ़ना उम्र, आहार और सुस्त जीवन शैली से संबंधित हो सकता है⁴⁵।

⁴²Supplement to Reference Manual for Subcutaneous MPA, GOI, 2016.P. 7

⁴³Supplement to Reference Manual for Subcutaneous MPA, GOI, 2016.Pg 7.

⁴⁴Reference Manual on DMPA, GOI, 2016. p 61

⁴⁵Reference Manual on DMPA, GOI, 2016.P. 61

जो महिलाएँ DMPA शुरू करना चाहती हैं, उनकी योग्यता के लिए जाँच सूची

DMPA शुरू करने के लिए योग्यता के लिए जाँच सूची

यह निर्धारित करने के लिए कि क्या महिला चिकित्सीय रूप से DMPA का इस्तेमाल करने के लिए योग्य है, प्रश्न 1-7 पूछें। जैसे ही महिला किसी प्रश्न का उत्तर हाँ में दे, रुक जाएं, और नीचे दिए गए निर्देशों का पालन करें:

ugla	1. क्या आपको कभी आघात (स्ट्रोक) हुआ है, आपके टाँगों या फेफड़ों में रक्त का थक्का जमा है या दिल का दौरा पड़ा है?	gk
ugla	2. क्या आपको कभी बताया गया है कि आपको स्तन का कैंसर है?	gk
ugla	3. क्या आपको हाल ही में लिवर की गंभीर बीमारी है या पीलिया (त्वचा या आँखें पीली) है?	gk
ugla	4. क्या आपको कभी बताया गया है कि आपको डायबिटीज (आपके रक्त में ज्यादा शर्करा) है?	gk
ugla	5. क्या आपको कभी बताया गया है कि आपको उच्च रक्तचाप (ब्लड प्रेशर) है?	gk
ugla	6. क्या आपको मासिक धर्म के बीच में ऐसा रक्तस्राव हुआ है, जो आपके लिए असामान्य हो, या संभोग के बाद रक्तस्राव हुआ है?	gk
ugla	7. क्या इस समय आप का 6 सप्ताह से कम आयु का बच्चा है और आप उसे स्तनपान करा रही हैं?	gk

यदि महिला प्रश्न 1-3 में से किसी के लिए भी हाँ में उत्तर दे, तो वह DMPA के लिए अच्छी उम्मीदवार नहीं है। अन्य गर्भनिरोधक साधनों के बारे में सलाह दें या रेफर करें।

यदि महिला प्रश्न 1-3 में से किसी के लिए भी हाँ में उत्तर दे, तो वह DMPA के लिए अच्छी उम्मीदवार नहीं है। अन्य गर्भनिरोधक साधनों के बारे में सलाह दें या रेफर करें।

- यदि महिला प्रश्न 4-6 में से किसी के लिए भी "हाँ" में उत्तर दे, तो आगे के मूल्यांकन के बिना DMPA की शुरुआत नहीं की जा सकती। अतिरिक्त मूल्यांकन करें या रेफर करें, जैसा भी उचित हो। इस बीच इस्तेमाल के लिए कॉन्डोम दें।

- यदि महिला प्रश्न 7 का उत्तर "हाँ" में दे, तो उसे निर्देश दें कि बच्चे के छह सप्ताह के हो जाने के बाद वह DMPA के लिए वापस आए।

यह आश्चर्य होने के लिए कि महिला गर्भवती नहीं है, प्रश्न 8-12 पूछें। जैसे ही महिला किसी प्रश्न का उत्तर "हाँ" में दें, रुक जाएं, और नीचे दिए गए निर्देशों का पालन करें:

ugla	8. क्या आपकी पिछली माहवारी (LMP) पिछले 7 दिनों के भीतर शुरू हुई?	gk
ugla	9. क्या आपका 6 महीने से कम आयु का बच्चा है, आप उसे पूरी तरह से या लगभग पूरी तरह से स्तनपान करा रही हैं और अभी आपकी माहवारी शुरू नहीं हुई है?	gk
ugla	10. क्या आपने अपनी पिछली माहवारी के बाद से संभोग से परहेज रखा है, कोई गर्भपात, असमय प्रसव (miscarriage) या प्रसव हुआ है?	gk
ugla	11. क्या पिछले 7 दिनों में आपको कोई गर्भपात हुआ है या आपने गर्भसमापन (अर्बोर्शन) करवाया?	gk
ugla	12. क्या आप अपने पिछली माहवारी, गर्भपात, या प्रसव के बाद से लगातार और सही तरीके से किसी विश्वसनीय गर्भनिरोधक का इस्तेमाल कर रही हैं?	gk

यदि महिला प्रश्न 8-12 में से कम-से-कम एक प्रश्न का "हाँ" में उत्तर देती हैं और उसमें गर्भावस्था का कोई भी चिह्न या लक्षण नहीं है तो आप इस बात से आश्चर्य हो सकते हैं कि वह गर्भवती नहीं है। महिला अब DMPA शुरू कर सकती है।

- यदि महिला की LMP पिछले 7 दिनों के भीतर थी, तो वह DMPA तुरंत शुरू कर सकती है। किसी अतिरिक्त गर्भनिरोधक सुरक्षा की जरूरत नहीं है।

- यदि महिला की LMP को 7 से अधिक दिन हो चुके हैं, तो उसे अभी DMPA दिया जा सकता है। लेकिन उसे निर्देश दें कि उसे अगले 7 दिनों के लिए कॉन्डोम का इस्तेमाल करना चाहिए या यौन संबंध नहीं बनाने चाहिए। उसे अगले 7 दिनों में इस्तेमाल के लिए कॉन्डोम दें।

यदि महिला प्रश्न 8-13 में से सभी का उत्तर "नहीं" में देती है तो गर्भावस्था की संभावना को नकारा नहीं जा सकता। उसकी गर्भावस्था की जाँच करनी चाहिए या DMPA दिए जाने के लिए उसकी अगली माहवारी तक इंतजार करना चाहिए। इस बीच इस्तेमाल करने के लिए उसे कॉन्डोम दें।