

## پیوندتان مبارک



نام و نام خانوادگی :

نام مرکز مشاوره قبل از ازدواج :

تاریخ شرکت در کلاس :

تاریخ مراجعه جهت تشکیل پرونده بهداشتی :

روش انتخابی پیشگیری از بارداری :

نام مرکز بهداشتی درمانی :

ماملگی زیر ۱۸ سال و بالای ۳۵ سال برای مادر و نوزاد هر دو فطرناک است.

بهترین سن بارداری ۳۰-۲۰ سالگی است .

تلفن گویای ۱۴۹ در زمینه بهداشت باروری بخصیص تنظیم خانواده اطلاعات لازم را در اختیار شما قرار میدهد .

با مراجعه به مرکز بهداشتی درمانی بطور رایگان از خدمات پیشگیری از بارداری استفاده نمائید تا با برنامه ریزی و آگاهانه باردار شوید.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی  
شهید بهشتی

معاونت امور بهداشتی

واحد تغذیه ، بهداشت و تنظیم خانواده

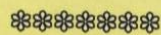
روش دوم :

۴ عدد قرص پیشگیری از بارداری ال - دی (زرد رنگ) بفرزید و ۲ ساعت بعد ۴ عدد دیگر از همان قرص را مصرف نمائید .



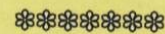
توجه :

این دو روش در صورتی موثر خواهند بود که بیش از ۳ شبانه روز (۷۲ ساعت) از زمان مقاربت نگذشته باشد .  
چند روز پس از مصرف قرص ها ، فونریزی مانند عادت ماهانه رخ می دهد که علامت موثر بودن قرص است .  
اگر این اتفاق نیفتاد به مرکز بهداشتی درمانی مراجعه نمائید.



در صورتیکه فاصله شرکت در کلاس تا شروع زندگی مشترک بیش از ۶ ماه طول کشید شرکت مجدد در کلاس توصیه می شود .

با عرض تبریک به مناسبت شروع زندگی مشترک، فواهشمنند است با در دست داشتن این کارت جهت تشکیل پرونده بهداشتی و دریافت خدمات تنظیم خانواده به نزدیکترین مرکز بهداشتی محل سکونت خود مراجعه فرمائید .



بهترین روش جلوگیری از بارداری در بدو ازدواج قرص و کاندوم است .

چنانچه بعد از مقاربت اتمال بارداری نا فواسته را می دهید برای پیشگیری از آن یکی از دو روش زیر را بکار ببرید :  
روش اول :

۲ عدد قرص پیشگیری از بارداری اچ - دی (سفید رنگ) بفرزید و ۱۲ ساعت بعد ۲ عدد دیگر از همان قرص را مصرف نمائید .

