सीओसी शुरू करने की इच्छा वाले क्लाइन्टों की स्क्रीनिंग के लिए चेकलिस्ट

शोध से स्थापित हुआ है कि संयुक्त मुखीय गर्भनिरोधक (सीओसी) अधिकांश महिलाओं द्वारा प्रयोग के लिए सुरक्षित और असरदार हैं। इनमें यौन संचारी संक्रमणों (एसटीआई) के खतरे या एचआईवी संक्रमण से ग्रस्त या इसके खतरे वाली महिलायें भी शामिल हैं। कुछ खास चिकित्सकीय स्थितियों जैसे, इस्चेमिक हार्ट डिजीज़, स्ट्रोक और स्तन कैंसर वाली महिलाओं के लिए सीओसी की संस्तुति नहीं की जाती है। इन कारणों से सीओसी प्रयोग की इच्छा रखने वाली महिलाओं की कुछ चिकित्सकीय स्थितियों के लिए स्क्रीनिंग की जानी चाहिये यह तय करने के लिए कि वे सीओसी प्रयोग के लिए अच्छी उम्मीदवार हैं या नहीं।

ऐसी महिलाऐं जिनकी गर्भनिरोधक विकल्पों के लिए काउंसलिंग की गई थी और जिन्होंने सीओसी उपयोग करने का सूचित निर्णय लिया था, उनकी आरंभिक जांच करने में स्वास्थचर्या प्रदाताओं की मदद करने के मकसद से फैमिली हैल्थ इंटरनेशनल (एफएचआई), ने यू.एस.एजेंसी फॉर इंटरनेशनल डेवलपमेंट (यूएसएड) की सहायता से, एक सामान्य जांचसूची (सेंटर स्प्रेड देखें) तैयार की है। यह चेकलिस्ट एफएचआई द्वारा 2006 में तैयार की गई–सीओसी प्रयोग की इच्छा रखने वाली क्लाइन्टों की स्क्रीनिंग चेकलिस्ट–का संशोधित संस्करण है। इस संस्करण में दर्शाए गए परिवर्तन पिछले कई वर्षों में शोध से प्राप्त जानकारी के अनुसार *गर्भनिरोधक के प्रयोग के लिए चिकित्सकीय पात्रता मानदंड* (डब्ल्यूएचओ, 2008 में अद्यतित) की हाल में संशोधित की गई अनुशंसाओं पर आधारित हैं।

इस जांचसूची को सामुदायिक स्वास्थ्यकर्मियों सहित, नैदानिक व गैर–नैदानिक दोनों प्रकार के स्वास्थ्यचर्या प्रदाताओं के प्रयोग के लिए निर्मित किया गया है। इसमें 17 प्रश्न शामिल हैं और यह महिलाओं के उत्तरों के आधार पर मार्गदर्शन प्रदान करते है। पहले 11 प्रश्नों को चिकित्सकीय समस्याएं चिह्नित करने के लिए तैयार किया गया है जो सीओसी के सुरक्षित उपयोग को बाधित करेंगी या जिनके लिए अतिरिक्त मूल्यांकन की ज़रूरत होगी। ऐसी महिलाऐं जिन्हें चिकित्सकीय पात्रता प्रश्नों के उनके उत्तरों के कारण अस्वीकृत कर दिया गया है, वे भी सीओसी की अच्छी पात्र हो सकतीं हैं यदि संदेहास्पद समस्या को उपयुक्त मूल्यांकन के ज़रिए दूर किया जा सके। अंतिम छह प्रश्न प्रदाताओं को समुचित निश्चितता के साथ यह तय करने में सक्षम करते हैं कि महिला यह तरीका आरंभ करने से पहले गर्भवती नहीं थी। पहले से गर्भवती महिलाओं को गर्भनिरोधक की आवश्यकता नहीं है। हालांकि, यदि गर्भावस्था के दौरान सीओसी को दुर्घटनावश ले लिया जाता है, तो विश्व स्वास्थ्य संगठन बताता है कि महिला, उसकी गर्भावस्था की अवधि, या भ्रूण को कोई ज्ञात नुकसान नहीं होता है।

यह चेकलिस्ट प्रजनन स्वास्थ्य सेवाओं में सेवा प्रदाताओं के लिए अनेक चेकलिस्टों का एक हिस्सा है। दूसरी चेकलिस्टों में *डीएमपीए (या नेट–इन) प्रयोग की इच्छा रखने वाले क्लाइन्टों की स्क्रीनिंग चेकलिस्ट, कापर आईयूडी प्रयोग की इच्छा रखने वाले क्लाइन्टों की स्क्रीनिंग चेकलिस्ट और तार्किक रूप से सुनिश्चित करना कि क्लाइन्ट गर्भवती नहीं है चेकलिस्ट* शामिल हैं। सेवा प्रदाता चेकलिस्टों की अधिक जानकारी के लिए कृपया वेबसाइट - http://www.fhi.org देखें।

सीओसी की चिकित्सकीय वैधता का मूल्यांकन।

1. क्या आप वर्तमान समय में 6 महीने से छोटे बच्चे को स्तनपान करा रही हैं?

स्तनपान में दूध की मात्रा और दूध पिलाने का समय कम कर देने की संभावना के कारण स्तनपान कराने वाली महिला को सीओसी का प्रयोग तब तक टालना चाहिये जब तक उसका बच्चा कम से कम 6 महीने का न हो जाये। यद्यपि, यदि कोई क्लाइन्ट स्तनपान जारी रखने की योजना नहीं बनाती है तो बच्चे की आयु 6 महीने होने से पहले ही वह सीओसी प्रयोग के लिए अच्छी उम्मीदवार हो सकती है।

2. क्या आपने पिछले तीन सप्ताह में बच्चे को जन्म दिया है?

महिला जिसने बच्चे को तीन सप्ताह के भीतर जन्म दिया है, यदि वह सीओसी लेती है तो उसे थ्रोम्बोसिस होने का जोखिम बहुत अधिक हो सकता है। जबकि वे प्रसव के तीन सप्ताह बाद सीओसी लेना शुरू कर सकती है (यदि उसने स्तनपान न कराने की योजना बनाई है)

3. क्या आप सिगरेट पीती हैं और आपकी उम्र 35 साल से ज्यादा है?

35 साल से अधिक आयु की सिगरेट पीने वाली महिला को कार्डियोवैस्कुलर रोग (यानी दिल के दौरे) का खतरा अधिक होता है। इस सवाल के दो भाग है। दोनों भाग पूछे जाने चाहिये और महिला को अक्षम होने के लिए दोनों भागों के जवाब 'हां' में होने चाहिये। ऐसा इसलिये है क्योंकि 35 साल से कम आयु की सिगरेट पीने वाली महिला या 35 साल से ज्यादा, पर सिगरेट न पीने वाली महिला को कार्डियोवैस्कुर रोग का खतरा ज्यादा नहीं होता है। यदि कोई महिला सवाल के एक या दोनों भागों का जवाब 'नहीं' में देती है तो वह सीओसी प्रयोग के योग्य हो सकती है।

4. क्या आपको बार–बार तेज सिरदर्द होता है, अक्सर एक तरफ में और/या टपकन के साथ जिससे मितली आती है तथा जो प्रकाश, शोर या चलने–फिरने से बढ़ जाता है?

इस सवाल का उद्देश्य माइग्रेन वाली महिलाओं की पहचान करना

सीओसी शुरू करने की इच्छा वाले क्लाइन्टों की स्क्रीनिंग के लिए चेकलिस्ट

यह तय करने के लिए कि क्लाइन्ट सीओसी प्रयोग के लिए चिकित्सकीय रूप से सक्षम है, उससे 1–11 सवाल पूछें। जैसे ही **किसी सवाल** का जवाब **'हां'** में आता है, रुकिये और प्रश्न 11 के नीचे दिये गये निर्देशों का पालन कीजिये।

नहीं	1. क्या वर्तमान समय में आप 6 माह से छोटे बच्चे को स्तनपान करा रही हैं?	हाँ
नहीं	2. क्या आपने तीन सप्ताह पहले बच्चे को जन्म दिया है ?	हाँ
नहीं	3. क्या आप सिगरेट पीती हैं और आपकी उम्र 35 साल से अधिक है?	हाँ
नहीं	4. क्या आपको बार–बार सरदर्द होता है, अक्सर एक तरफ, और/या टपकन के साथ जिससे मिचली आती है और जो उजाले, शोर या चलने–फिरने से बढ़ जाता है?	हाँ
नहीं	5. क्या कभी आपको बताया गया है कि आपको स्तन कैंसर है?	हाँ
नहीं	6. क्या कभी आपको स्ट्रोक, पैरों या फेफड़ों में खून का थक्का हुआ या दिल का दौरा पड़ा है?	हाँ
नहीं	7. क्या आप ट्यूबरकुलोसिस (टीबी), मिर्गी या एआरवी थेरेपी के लिए रिटोनेवर के लिए नियमित रूप से गोलियां खाती हैं?	हाँ
नहीं	8. क्या आपको गॉल ब्लेडर रोग या लीवर की गंभीर बीमारी या पीलिया (पीली खाल या आंखें) है?	हाँ
नहीं	9. क्या कभी आपको बताया गया कि आपको उच्च रक्तचाप है?	हाँ
नहीं	10 क्या कभी आपको बताया गया कि आपको डायबिटीज (खून में ज्यादा शकर) है?	हाँ
नहीं	11 क्या कभी आपको बताया गया कि आपको रूयूमैंटिक बीमारी जैसे कि लूपस है?	हाँ

यदि क्लाइन्ट 1 से 11 तक सभी सवालों का जवाब 'नहीं' में देती है, तो क्लाइन्ट सीओसी प्रयोग कर सकती है। सवाल 12–17 पर चलें।

यदि क्लाइन्ट 1–7 तक किसी सवाल का जवाब 'हां' में देती है, तो वह सीओसी के लिए ठीक नहीं है। उपलब्ध दूसरे तरीकों पर कौसिंलिंग करें या यदि उचित हो तो ऊपर भेजें।

यदि क्लाइन्ट सवाल 8 से 11 तक किसी सवाल का जवाब 'हां' में देती है तो बिना और मूल्यांकन के सीओसी शुरू नहीं की जा सकती है। जैसा उचित हो मूल्यांकन करें, और इस बीच प्रयोग के लिये उसे कंडोम दें। अधिक जानकारी के लिए व्याख्यायें देखें।

तार्किक रूप से यह सुनिश्चित करने के लिए कि क्लाइन्ट गर्भवती नहीं है, उससे 12–17 सवाल पूछें। जैसे ही **किसी सवाल** का जवाब **'हां'** आता है, रुकिये और प्रश्न 17 के बाद निर्देशों का पालन कीजिये।

हाँ	12. क्या आपका आखिरी मासिक धर्म 7 दिन के भीतर शुरू हुआ है?	नहीं
हाँ	13. क्या आपका बच्चा 6 महीने से छोटा है, क्या आप पूरी तरह या लगभग पूरी तरह स्तनपान करा रही हैं और क्या तब से आपको मासिक धर्म नहीं हुआ है?	नहीं
हाँ	14. क्या पिछले मासिक धर्म या प्रसव के बाद आप संभोग से दूर रही हैं?	नहीं
हाँ	15. क्या पिछले 4 सप्ताह में आपको बच्चा हुआ है?	नहीं
हाँ	16. क्या पिछले 7 दिनों में आपको गर्भस्राव या गर्भपात हुआ है?	नहीं
हाँ	17. क्या आप एक विश्वसनीय गर्भनिरोधक उपाय का लगातार और सही प्रयोग कर रही हैं?	नहीं

यदि क्लाइन्ट **सवाल 12–17 में कम से कम एक सवाल** का जवाब **'हां'** में देती है और उसे गर्भावस्था के कोई संकेत या लक्षण नहीं हैं तो आप तार्किक रूप से सुनिश्चित हो सकते हैं कि वह गर्भवती नहीं है। क्लाइन्ट सीओसी शुरू कर सकती है।

यदि क्लाइन्ट का **आखिरी मासिक धर्म 5 दिन के भीतर** शुरू हुआ है तो उसे अब सीओसी दिया जा सकता है। किसी अतिरिक्त गर्भनिरोधक संरक्षण की जरूरत नहीं है।

यदि क्लाइन्ट का **आखिरी मासिक धर्म 5 दिन से ज्यादा समय पहले** से शुरू हुआ है तो **उसे अभी सीओसी दिया जा सकता है**, पर उसे निर्देश दें कि अगले **सात दिनों तक वह संभोग से दूर रहे या कंडोम** प्रयोग करे। अगले 7 दिनों में प्रयोग के लिए उसे कंडोम दें।

यदि क्लाइन्ट **सवाल 12–17 तक सबका** जवाब **'नहीं'** में देती है तो गर्भावस्था का संदेह दूर नहीं हो सकता है। उसे गर्भावस्था जांच करानी चाहिये या अगले मासिक धर्म तक प्रतीक्षा करनी चाहिये।

उसे सीओसी दे दें, पर निर्देश दें कि उसे उनका प्रयोग अगले मासिक धर्म के पहले पांच दिन के भीतर शुरू कर देना चाहिये।

इस बीच प्रयोग के लिए उसे कंडोम दें।

USAID FROM THE AMERICAN PEOPLE

fhi THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES © 2008

है। खास प्रकार का यह सिरदर्द सीओसी प्रयोग करने वाली महिलाओं में स्ट्रोक का खतरा बढ़ा देता है। 'बार–बार तेज सिरदर्द, अक्सर एक तरफ' शब्दों का प्रयोग तथा सिरदर्द के समय अन्य समस्यायें होना सवाल के जरूरी हिस्से हैं। इन शब्दों से क्लाइन्ट को विभिन्न प्रकार के सिरदर्दों में अन्तर करने में सहायता मिलती है जो उसे सीओसी प्रयोग के लिए अक्षम बना देते हैं (जैसे माइग्रेन) और कम गंभीर (ज्यादा सामान्य) हल्का सरदर्द, जो सीओसी उपयोग का अस्वीकार नहीं करता है।

5. क्या कभी आपको बताया गया है कि आपको स्तन कैंसर है?

इस सवाल का उद्देश्य उन महिलाओं की पहचान करना है जो जानती हैं कि उनको स्तन कैंसर था या वर्तमान समय में है। ये महिलायें सीओसी प्रयोग के लिए अच्छी उम्मीदवार नहीं हैं क्योंकि स्तन कैंसर एक हार्मोन संवेदी ट्यूमर है और सीओसी का बीमारी पर नकारात्मक असर पड़ सकता है।

6. क्या कभी आपको स्ट्रोक, पैरों या फेफड़ों में खून का थक्का हुआ या दिल का दौरा पड़ा है

इस सवाल का उद्देश्य उन महिलाओं की पहचान करना है जिनको पहले से ही गंभीर वैस्कुलर (खून की नसों का) रोग है, यह निर्धारित करना नहीं कि महिलाओं में बिना निदान (डायग्नोसिस) वाली कोई स्थिति हो सकती है। सीओसी प्रयोग करने पर इन स्थितियों वाली महिलाओं को खून के थक्कों का खतरा बढ़ सकता है। इनमें से किसी स्थिति वाली महिलाओं को आमतौर से उनकी स्थिति के बारे में बताया गया होता है और वे सवाल का जवाब 'हां' में देंगी।

7. क्या आप ट्यूबरकुलोसिस (टीबी), मिर्गी या एआरवी थेरेपी के लिए रिटोनेवर के लिए नियमित रूप से गोलियां खाती हैं?

इस सवाल का उद्देश्य ऐसी दवायें खाने वाली महिलाओं की पहचान करना है जो सीओसी के असर को प्रभावित कर सकती हैं। निम्न दवायें सीओसी का असर कम कर देती हैं, इसलिये ऐसी दवायें लेने वाली महिलाओं को आमतौर से सीओसी का प्रयोग नहीं करना चाहिये। ये दवायें हैं– राइफेम्पीसिन या राइफेब्यूटीन (टीबी के लिए), निश्चित एंटीकांवुल्सेंट जैसे फेनाइटोइन, कार्बामेजेपाइन, प्रिमीडोन, टोपीरेमेट, ऑक्सकार्बेजेपाइन, लेमोट्रिजीन, और बारबिटूरेट्स (मिरगी/दौरे के लिए), या रिटोनेविर (एक एंटीरेट्रोवाइटल खुराक के हिस्से के तौर पर)।

8. क्या आपको गॉल ब्लेडर रोग या लीवर की गंभीर बीमारी या पीलिया (पीली खाल या आंखें) है?

यह प्रश्न उन महिलाओं को चिह्नित करने के लिए है जो जानती हैं कि उन्हें वर्तमान समय में पित्ताशय रोग (क्योंकि सीओसी उपयोग लक्षणों को तेज कर सकता है); या लीवर संबंधी गंभीर रोग जैसे गंभीर सिरोसिस; तीव्र हैपेटाइटिस; असाध्यकारी लीवर ट्यूमर; या सुसाध्य लीवर ट्यूमर, फोकल नोड्यूलर हाइपरप्लासिया (एक ट्यूमर जिसमें दाग वाले ऊतक और सामान्य लीवर कोशिकाएं होती हैं) के अपवाद सहित है। लीवर की गंभीर समस्याओं वाली महिलाओं को सीओसी का उपयोग नहीं करना चाहिए क्योंकि सीओसी में प्रयुक्त हार्मोन का उपयोग लीवर द्वारा किया जाता है और इससे लीवर का काम करना अधिक कमजोर हो जाता है। लीवर की अन्य समस्याएं, जैसे कि गंभीर हैपेटाइटिस वाली महिलाएं, सीओसी का सुरक्षित ढंग से उपयोग कर सकती हैं।

9. क्या कभी आपको बताया गया है कि आपको उच्च रक्तचाप है?

इस सवाल का उद्देश्य उन महिलाओं की पहचान करना है जिनको उच्च रक्तचाप हो सकता है। उच्च रक्तचाप वाली महिलाओं को सीओसी का प्रयोग नहीं करना चाहिये क्योंकि इससे स्ट्रोक और दिल के दौरे का खतरा बढ़ सकता है। जिन महिलाओं को कभी बताया गया है कि उनका रक्तचाप अधिक है, उनको सीओसी प्रयोग करने के पहले प्रशिक्षित सेवा प्रदाता से अपने रक्तचाप का मूल्यांकन करा लेना चाहिये।

10. क्या आपको कभी बताया गया है कि आपको डायबिटीज (खून में ज्यादा भाकर) है?

इस सवाल का उद्देश्य उन महिलाओं की पहचान करना है जो जानती हैं कि उनको डायबिटीज है, किसी बिना निदान वाली स्थिति का मूल्यांकन नहीं। जिन महिलाओं को 20 साल या इससे अधिक समय से डायबिटीज हो या जिनको वैस्कुलर पेचीदगियां हों उनमें आमतौर से सीओसी प्रयोग से खून के थक्कों का खतरा बढ़ जाता है। जैसा ठीक हो क्लाइन्ट का मूल्यांकन करें या मूल्यांकन के लिए उपयुक्त भेजें। यह पेचीदगियां न होने पर महिला अब भी सीओसी प्रयोग के लिए अच्छी उम्मीदवार हो सकती है।

11. क्या आपको कभी बताया गया है कि आपको रियूमेटाइड रोग जैसे ल्यूप्स है?

यह प्रश्न उन महिलाओं को पहचानने के लिए शामिल किया गया है जिन्हें सिस्टेमिक ल्यूपस रोग होने का पता लगा है। जिन महिलाओं को सिस्टेमिक ल्यूपस रोग है और जो इम्यूनों सप्रेशन इलाज नहीं ले रही हैं, उन्हें सीओसी का उपयोग नहीं करना चाहिए, क्योंकि उन्हें इससे थ्रोम्बोसिस का जोखिम बढ़ जाता है।

वर्तमान गर्भावस्था का पता लगाना।

सवाल 12–17 का उद्देश्य सेवा प्रदाता द्वारा तार्किक सुनिश्चितता के साथ यह पता लगाना है कि क्या क्लाइन्ट गर्भवती नहीं है। यदि क्लाइन्ट इनमें से किसी भी सवाल के जवाब में 'हां' कहती है और उसमें गर्भावस्था के कोई संकेत या लक्षण नहीं हैं तो अत्यधिक संभावना है कि वह गर्भवती नहीं है। अब क्लाइन्ट सीओसी शुरू कर सकती है।

यदि क्लाइन्ट अपना मासिक धर्म शुरू होने के 5 दिन के भीतर है तो वह फौरन इस विधि का प्रयोग शुरू कर सकती है। सहारा देने के लिए किसी अन्य विधि की आवश्यकता नहीं है।

यदि रक्तस्राव के पहले दिन के बाद 5 दिन से अधिक हो गये हैं तो वह फौरन सीओसी शुरू कर सकती है, पर उसे सीओसी को असरदार होना सुनिश्चित करने के लिए 7 दिन तक सहारा देने वाली एक विधि (कंडोम प्रयोग करना या संभोग से दूर रहना) की आवश्यकता है।

यदि आप (गर्भावस्था चेकलिस्ट का प्रयोग कर) तार्किक सुनिश्चितता से तय नहीं कर सकते हैं कि आपकी क्लाइन्ट गर्भवती नहीं है और यदि गर्भावस्था जांच तक आपकी पहुंच नहीं है, तब महिला को सीओसी शुरू करने के लिए अगले मासिक धर्म तक प्रतीक्षा करनी होगी। इस बीच प्रयोग के लिए उसे कंडोम दिये जाने चाहिये।

© फैमिली हेल्थ इंटरनेशनल, 2008. पी.ओ.बाक्स 13950, रिसर्च ट्राइएंगल पार्क, एन.सी. 27709, यू.एस.ए., फैक्स (919)544–7261 • http://www.fhi.org

In July 2011, FHI became FHI 360.

fhi360

THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES

FHI 360 is a nonprofit human development organization dedicated to improving lives in lasting ways by advancing integrated, locally driven solutions. Our staff includes experts in health, education, nutrition, environment, economic development, civil society, gender, youth, research and technology – creating a unique mix of capabilities to address today's interrelated development challenges. FHI 360 serves more than 60 countries, all 50 U.S. states and all U.S. territories.

Visit us at www.fhi360.org.