

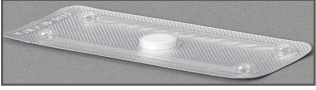
Fact Sheet - Khmer

ថ្នាំគ្រាប់មិនអោយមានកូនជាបន្ទាន់ (ECP) The Emergency Contraceptive Pill (ECP)



តើអ្វីជាថ្នាំគ្រាប់មិនអោយមានកូនជាបន្ទាន់?

គ្រាប់មិនអោយមានកូនជាបន្ទាន់ ឬ ECP (ជូនកាលហៅខុសថា 'ពេលព្រឹកបន្ទាន់' ឬថ្នាំគ្រាប់) គឺជាថ្នាំមួយដែលមាន ហៅថា levonorgestrel (ក៏បានប្រើប្រាស់នៅក្នុងថ្នាំគ្រាប់មិនអោយមានកូនខ្លះដែរ)។ អ្នកអាចលេបវាដើម្បីបន្ថយឱកាសមានគភ៌ក្រោយពីមានការរួមភេទដែលមិនបានការពារ។ ឧទាហរណ៍ ប្រសិនបើអ្នកមិនប្រើប្រាស់ការមិនអោយមានកូនណាមួយ ប្រសិនបើអ្នកខកខានលេបថ្នាំគ្រាប់មិនអោយមានកូនជាធម្មតារបស់អ្នក ឬអ្នកបានប្រើប្រាស់ស្រោមអនាម័យរួមភេទដែលដាច់នៅក្នុងអំឡុងការរួមភេទ។



តើវាដំណើរការយ៉ាងដូចម្តេច?

ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាអាសន្នអាចទប់ស្កាត់ ឬ ពន្យារការបញ្ចេញពងពីអូវុលីបស់ស្ត្រី។ ប្រសិនបើអ្នកប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាអាសន្ន អ្នកត្រូវបន្តប្រើប្រាស់វិធីមិនអោយមានកូនដទៃទៀត ឧទាហរណ៍ ថ្នាំគ្រាប់ ឬស្រោមអនាម័យរួមភេទ ឬអ្នកអាចនៅតែក្លាយជាមានគភ៌។ ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាអាសន្នមិនរំខានដល់ការគិតដែលបានបង្កើតឡើងទេ ឬក៏ធ្វើអោយគ្រោះថ្នាក់ដល់ការបង្កើតអំប្រើយ៉ុង ឬទារកទេ ប្រសិនបើវាត្រូវបានលេបជាចៃដន្យមុននៅក្នុងការមានគភ៌។

តើមានផលប៉ះពាល់បន្ទាប់បន្សំណាមួយឬទេ?

អ្នកអាចមានការហូរឈាមតាមទារមាសខ្លះពីរបីថ្ងៃ ក្រោយពីការប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រា អាសន្ន។ ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាអាសន្នមានសុវត្ថិភាពខ្លាំងណាស់ដើម្បីប្រើប្រាស់ដោយគ្មានផលប៉ះពាល់បន្ទាប់បន្សំធ្ងន់ធ្ងរឬយូរទេ។ ស្ត្រីខ្លះបានមានបទពិសោធន៍នូវការមានរដូវមិនប្រក្រតី ក្រោយពីលេបថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាអាសន្ន ហើយស្ត្រីពីរបីនាក់អាចមានដំណើរចងក្អង ឬមានការទន់ដោះ។ ប្រសិនបើអ្នកក្នុងតិចជាងពីរម៉ោងក្រោយពីអ្នកលេបមួយដួសនៃថ្នាំមិនអោយមានកូនក្នុង គ្រាមានអាសន្ន លោកអ្នកត្រូវលេបមួយ ដួសផ្សេងទៀត។

តើវាមានប្រសិទ្ធភាពយ៉ាងដូចម្តេច?

ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាអាសន្នគឺមានប្រសិទ្ធភាពបំផុតនៅពេលត្រូវបានលេបក្នុង 24 ម៉ោងដំបូងក្រោយពីការរួមភេទមិនបានការពារ។ ប្រសិនបើត្រូវបានលេបនៅក្នុងបីថ្ងៃនៃការរួមសង្វាស ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាអាសន្ននឹងទប់ស្កាត់បានប្រហែល 85% នៃការមានគភ៌ដែលបានរំពឹងទុក។ អ្នកអាចត្រូវមានការតាមដានការធ្វើតេស្តការមាន គភ៌ ដើម្បីអោយប្រាកដថាអ្នកមិនមានគភ៌ទេនៅក្នុងពីរបីសប្តាហ៍ទៀត។

តើអ្នកលេបវាយ៉ាងដូចម្តេច?

ការមិនអោយមានកូនក្នុងគ្រាមានអាសន្នគឺមានប្រសិទ្ធភាពកាន់តែច្រើន កាលណាអ្នកលេបវាកាន់តែលឿនក្រោយពីការរួមភេទដែលមិនបានការពារ។ វាមានប្រសិទ្ធភាពបំផុត ប្រសិនបើលេបនៅក្នុង 24 ម៉ោងនៃការរួមភេទដែលមិនបានការពារ។ យ៉ាងណាក៏ដោយវានៅតែអាចត្រូវបានប្រើប្រាស់រហូតដល់ 120 ម៉ោង (ប្រាំថ្ងៃ)។ វាមានសុវត្ថិភាពដើម្បីប្រើប្រាស់ថ្នាំគ្រាប់ក្នុងគ្រាមានអាសន្នច្រើនជាងមួយដងនៅក្នុងមួយ រយៈពេល។

តើអ្នកគួរមានរដូវបន្ទាប់របស់អ្នកនៅពេលណា?

ស្ត្រីជាច្រើនមានរដូវនៅប្រហែលឯពេលវេលាដែលបានរំពឹងទុក។

តើមានអ្វីកើតមាន ប្រសិនបើការមានរដូវវាឃឹត?

ប្រសិនបើការមានរដូវរបស់អ្នកឃឹតច្រើនជាងមួយសប្តាហ៍ អ្នកត្រូវធ្វើតេស្តការមានគភ៌ហើយត្រូវទាក់ទងវេជ្ជបណ្ឌិត ឬនិយាយតាមខ្សែទូរស័ព្ទដើម្បីបានដំបូន្មាន។

តើខ្ញុំអាចទទួលបានថ្នាំគ្រាប់ជាបន្ទាន់នៅកន្លែងណា?

អ្នកអាចទទួលបានថ្នាំគ្រាប់មិនអោយមានកូនក្នុងគ្រាមានអាសន្នពីឱសថដ្ឋាននានាដោយគ្មានវេជ្ជបញ្ជារបស់វេជ្ជបណ្ឌិត។ វាថ្លៃប្រហែល \$20-\$30។ ឱសថការី/ឱសថការីនីអាចសួរអ្នកពីរបីសំណួរដើម្បីអោយប្រាកដថាវាមានសុវត្ថិភាពសំរាប់អ្នកដើម្បីលេបថ្នាំនេះ។ វាក៏អាចមានផងដែរពីគ្លីនិកផែនការគ្រួសារ NSW។

សំរាប់ព័ត៌មានថែមទៀត

- ទាក់ទងផែនការគ្រួសារ NSW តាមខ្សែទូរស័ព្ទនិយាយលេខ 1300 658 886 ឬ មើល www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (សំរាប់អ្នកផ្ទះ) 133 677
- ឬទស្សនាគ្លីនិកផែនការគ្រួសារដែលជិតបំផុតរបស់អ្នក

www.fpnsw.org.au | ខ្សែទូរស័ព្ទនិយាយ 1300 658 886 | ចាប់ផ្តើមនៅ

សេវាគ្លីនិក & ព័ត៌មាន | ការអប់រំ &ការបណ្តុះបណ្តាល | ការស្រាវជ្រាវ | ការអភិវឌ្ឍន៍អន្តរជាតិ
ផែនការគ្រួសារ NSW គឺជាអង្គការមិនរកប្រាក់ប្រយោជន៍ដែលត្រូវបានផ្តល់មូលនិធិដោយក្រសួងសុខាភិបាល នៃរដ្ឋ NSW

ព័ត៌មាននៅក្នុងក្រដាសអង្កេតនេះត្រូវបានផ្តល់ជូនសំរាប់គោលបំណងអប់រំតែប៉ុណ្ណោះ។ FPNSW បានប្រកាន់យកនូវការប្រែប្រួលប្រយ័ត្នដើម្បីធានាថាព័ត៌មានគឺមានភាពត្រឹមត្រូវនិងមានសម័យនៅឯពេលវេលានៃការបោះពុម្ពផ្សាយ។ បុគ្គលទាំងឡាយដែលមានការព្រួយបារម្ភអំពីការបន្តទូទាត់ខ្លួន ឬ បញ្ហាសុខភាពរួមភេទ ត្រូវបានលើកទឹកចិត្តដើម្បីអោយស្វែងរកដំបូន្មាននិងជំនួយតាមទូរស័ព្ទអន្តរជាតិរបស់ក្រសួងសុខាភិបាលរបស់រដ្ឋ NSW ឬទស្សនាគ្លីនិកផែនការគ្រួសារ។
ព័ត៌មានលើកឡើងវិញ: ឧសភា 2013/FPNSW 05/13



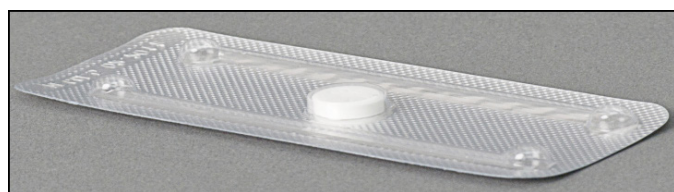
Fact Sheet - English

THE EMERGENCY CONTRACEPTIVE PILL (ECP)



What Is The Emergency Contraceptive Pill?

The emergency contraceptive pill or ECP (sometimes wrongly called the 'morning after pill') is a single dose of a hormone called levonorgestrel (also used in some contraceptive pills). You can take it to reduce the chance of getting pregnant after having unprotected sex, for example, if you did not use any contraception, if you missed your usual contraceptive pill, or you used a condom that broke during sex.



How Does It Work?

The emergency pill can prevent or delay the release of an egg from a woman's ovaries. If you use the emergency pill, you should keep on using other contraception, e.g. the Pill or condoms or you could still become pregnant. The emergency pill does not interrupt an established pregnancy, or harm a developing embryo or fetus if it is accidentally taken early in pregnancy.

Are There Any Side Effects?

You might have some vaginal bleeding a few days after using the emergency pill.

The emergency pill is very safe to use with no serious or long-lasting side-effects. Some women have experienced an irregular period after taking the emergency pill and a few may have nausea or breast tenderness. If you have vomiting less than two hours after you take a dose of emergency contraception you should take another dose.

How Effective Is it?

The emergency pill is most effective when taken in the first 24 hours after unprotected sex. If taken within three days of unprotected intercourse the emergency pill will prevent approximately 85% of expected pregnancies. You may need to have a follow-up pregnancy test to make sure you are not pregnant, in a few weeks.

How Do You Take It?

Emergency contraception is more effective the sooner you take it after unprotected sex. It is most effective if taken within 24 hours of unprotected sex. However it can still be used up to 120 hours (five days). It is safe to use the emergency pill more than once in a cycle.

When Should You Get Your Next Period?

Most women have a period at about the expected time.

What If Your Period Is Late?

If your period is more than a week late, you should do a pregnancy test and contact your doctor or Talkline for advice.

Where Can I Get The Emergency Pill?

You can get the emergency contraceptive pill from pharmacies without a doctor's prescription. It costs about \$20-\$30. The pharmacist may ask you a few questions to be sure that it is safe for you to take this medication. It is also available from Family Planning NSW clinics.

For Further Information

- Contact the Family Planning NSW Talkline on 1300 658 886 or go to www.fpnsw.org.au/talkline
- NRS (for deaf) 133 677
- Or visit your nearest Family Planning clinic

Reviewed: June 2014 | FPNSW 06/14

The information in this Factsheet has been provided for educational purposes only. Family Planning NSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit an Family Planning NSW clinic.

www.fpnsw.org.au | [talkline 1300 658 886](tel:1300658886) | [bookshop](#)

clinical services & information | education & training | research | international development

Family Planning NSW is a not-for-profit organisation funded by the NSW Ministry of Health

The information in this Fact Sheet has been provided for educational purposes only. FPNPSW has taken every care to ensure that the information is accurate and up-to-date at the time of publication. Individuals concerned about any personal reproductive or sexual health issue are encouraged to seek advice and assistance from their health care provider or visit a Family Planning Clinic. Reviewed May 2014/FPNSW 05/14