



وضع حمل کے بعد کی جنسیت

میں حاملہ ہونے سے خوفزدہ ہوں۔ میں کیا کروں؟

- جب تک آپ اپنے بیلٹھ کیئر فراہم کرنے والی / والے سے بات نہیں کر لیتے، تولیدی کرموں کو مارنے والے کنڈوم کے استعمال کو یقینی بنائیں۔
- اپنے طبی امداد فراہم کرنے والی / والے سے اپنے مانع حمل کی ترجیحات کے بارے میں بات کریں۔
- اگر آپ چھاتی سے دودھ پلا رہی ہیں تو شاید مانع حمل کے کچھ طریقے آپکے لئے بہتر نہ ہوں۔

زیل کی ویب سائٹ پر ان پمفلٹ کے لئے جائیں جو مانع حمل کے طریقے بیان کرتے ہیں:  www.peelregion.ca اور www.sexualityandu.ca