London Measure of Unplanned Pregnancy (LMUP)
Tamil Version
Samata Health Study, Bangalore, India

முன்னுரை	இப்ப நான் நீங்க கர்ப்பமான சமயத்தில் உங்களுடைய சூழ்நிலைகள் மற்றும் எண்ணங்களை பத்தி சில கேள்விகள் கேட்கிறேன். இந்த கேள்விகளுக்கு பதில் சொல்லும் போது நீங்க இப்ப ஆன கர்ப்பத்தை (இப்ப கர்ப்பம் ஆகியிருந்தால்).∴ உங்களது சமீபத்து கர்ப்பம் (கர்ப்பமாக இல்லன்னா) நினைச்சுக்கங்க. ஒவ்வொரு கேள்விக்கும் அதற்கு சாத்தியமான பதில்கள் இருக்கிறது. எல்லா பதில்களையும் கவனித்து கேட்டுக் கொள்ளவும். பிறகு உங்களுக்கு பொருத்தமான ஒரு பதிலை தேர்ந்தெடுங்க. மற்றும் என்னிடம் சொல்லுங்க.
ஐயிட்டம்-1 (கர்ப்பத்தடை முறை)	நீங்க கர்ப்பமான மாசத்துல, நீங்களும் உங்க வீட்டுக்காரரும்….. **1லிருந்து 4 வரைக்கும் பதில்களை படிக்கவும். (ஒரு பதிலை மட்டும் வட்டமிடவும்)** → … கர்ப்பத்தடை முறைகள் எதையும் பயன்ப்படுத்தல (2 பாயிண்ட்ஸ்) → … கர்ப்பத்தடைமுறைகள் பயன்படுத்தினீங்க,ஆனால் எல்லா சமயத்திலும் இல்லை (1 பாயிண்ட்) → … எல்லா சமயத்திலும் கர்ப்பத்தடை முறைகள் பயன்படுத்துனீங்க, ஆனால் இந்த முறை சில சமயத்துல வேலை செய்யலை (அதாவது உடைந்து விட்டது, நகர்ந்து விட்டது, வெளியே வந்து விட்டது) (1 பாயிண்ட்) → … எல்லா சமயத்திலும் கர்ப்பத்தடை முறைகள் யன்படுத்தினீங்க (0 பாயிண்ட்) → தெரியாது
	இப்ப நான் உங்ககிட்ட ஒரு கேள்வி கேட்கிறேன். இதற்கு சாத்தியமான 4 பதில்கள் இருக்கிறது. அதுல உங்களுக்கு பொருத்தமான ஒரு பதிலை தேர்ந்தெடுங்க. மற்றும் என்னிடம் சொல்லுங்க

ஐயிட்டம் -2 (சமயம்)	நீங்க இந்த கர்ப்பம் ஆன சமயத்துல இப்படி உணர்ந்தீங்களா? நீங்க… **1லிருந்து 4 வரைக்கும் பதில்களை படிக்கவும். (ஒரு பதிலை மட்டும் வட்டமிடவும்)** → … அப்ப கர்ப்பம் வேணும்ன்னு இருந்துச்சு (2 பாயிண்ட்ஸ்) → … சீக்கிரமா கர்ப்பமாக வேணும்ன்னு இருந்துச்சு (2பாயிண்ட்ஸ்) → … நிதானமா கர்ப்பமாக வேணும்ன்னு இருந்துச்சு (1 பாயிண்ட்) → … கர்ப்பமாவதே வேண்டாம்ன்னு இருந்துச்சு (0 பாயிண்ட்) → தெரியாது
	இப்ப நான் உங்ககிட்ட ஒரு கேள்வி கேட்கிறேன். இதற்கு சாத்தியமான 3 பதில்கள் இருக்கிறது. அதுல உங்களுக்கு பொருத்தமான ஒரு பதிலை தேர்ந்தெடுங்க. மற்றும் என்னிடம் சொல்லுங்க.
ஐயிட்டம்-3 (உத்தேசம்.∴ நோக்கம்)	நீங்க கர்ப்பமாவதங்கு முன்னாடி இருந்ததை பத்தி யோசிங்க. நீங்க சொல்றீங்களா… **1லிருந்து 3 வரைக்கும் பதில்களை படிக்கவும். (ஒரு பதிலை மட்டும் வட்டமிடவும்)** → … உங்களுக்கு கர்ப்பம் ஆகணும்ன்னு எண்ணம் இருந்துச்சு (2 பாயிண்ட்ஸ்) → … உங்களுக்கு கர்ப்பம் வேண்டாம்ன்ற எண்ணம் இருந்துச்சு (0 பாயிண்ட்) → … உங்களுக்கு கர்ப்பம் ஆகணும்ன்ற எண்ணம் மாறிட்டே இருந்துச்சு (1 பாயிண்ட்) → தெரியாது
	குறிப்பு: முதல் வருஷத்தில் 3 வது பதில் "உங்க எண்ணம் மாறிட்டே இருந்துச்சு" என்று இருந்தது தெளிவுப்படுத்துவதற்காக 2-வது வருஷத்தில் மாற்றப்பட்டது.
	இப்ப நான் உங்ககிட்ட ஒரு கேள்வி கேட்கிறேன். இதற்கு சாத்தியமான 3 பதில்கள் இருக்கிறது. அதுல உங்களுக்கு பொருத்தமான ஒரு பதிலை தேர்ந்தெடுங்க. மற்றும் என்னிடம் சொல்லுங்க

ஐயிட்டம் - 4 (வேண்டியது)	மறுபடியும் நீங்க கர்ப்பம் ஆவதற்கு முன்னாடி இருந்த சமயத்தை பத்தி யோசிச்சு சொல்லுங்க… **1லிருந்து 3 வரைக்கும் பதில்களை படிக்கவும். (ஒரு பதிலை மட்டும் வட்டமிடவும்)** → … உங்களுக்கு குழந்தை வேணும்ன்னு இருந்துச்சு (2 பாயிண்ட்ஸ்) → … குழந்தை வேணும்ன்றத பத்தி உங்க எண்ணங்கள் மாறிட்டே இருந்துச்சு (1 பாயிண்ட்) → … உங்களுக்கு குழந்தையே வேண்டாம்ன்னு இருந்துச்சு (0 பாயிண்ட்) → தெரியாது
	குறிப்பு: முதல் வருஷத்து கேள்வியை படிக்கும் போது "கர்ப்பம். நீங்க சொல்றீங்களா"…என்று இருந்தது தெளிவுப்படுத்துவதற்காக 2-வது வருஷத்தில் மாற்றப்பட்டது
	இப்ப நான் உங்ககிட்ட ஒரு கேள்வி கேட்கிறேன். இதற்கு சாத்தியமான 3 பதில்கள் இருக்கிறது. அதுல உங்களுக்கு பொருத்தமான ஒரு பதிலை தேர்ந்தெடுங்க. மற்றும் என்னிடம் சொல்லுங்க.
ஐயிட்டம் - 5 (பேச்சு வார்த்தை)	இப்ப நீங்க கர்ப்பம் ஆவதற்கு <u>முன்னாடி</u> உங்களையும் உங்க வீட்டுக்காரரையும் பத்தி யோசிங்க. நீங்க சொல்றீங்களா… **1லிருந்து 3 வரைக்கும் பதில்களை படிக்கவும். (ஒரு பதிலை மட்டும் வட்டமிடவும்)** → … நீங்க கர்ப்பமாகணும்ன்னு நீங்களும் உங்க வீட்டுக்காரரும் இஷ்டபட்டு சம்மதிச்சீங்க, (2 பாயிணட்ஸ்) → … நீங்களும் உங்க வீட்டுக்காரரும் குழந்தைகள் பெத்துக்கிறத பத்தி சேர்ந்து பேசுனீங்க, ஆனால் கர்ப்மாவதற்கு சம்மதிக்கல (1 பாயிண்ட்) → … நீங்களும் உங்க வீட்டுக்காரரும் குழந்தை வேணும்ன்றத பத்தி எப்போதுமே சேர்ந்து பேசியதே இல்ல (0 பாயிண்ட்) → தெரியாது

ஐயிட்டம் - 6 (தயாரிப்பு)	நீங்க கர்ப்பமாவதற்கு முன்னாடி கர்ப்பமாக தயாராகறதுக்கு நான் சொல்ற மாதிரி எதாவது செஞ்சீங்களா: **எல்லா பதில்களையும் படிக்கவும் மற்றும் பொருத்தமான எல்லாவற்றையும் வட்டமிடவும்.** → சத்து மாத்திரை (விட்டமின்) எடுத்துக்கிட்டீங்க → புகை பிடிப்பது, குடிப்பது இல்லன்னா வெத்தலை போடுவதை விட்டுட்டீங்க அல்லது குறைச்சீட்டீங்க → சாப்பிடும் பழக்கத்தை மாத்திக்கினீங்க, அதாவது ஆரோக்கியமான உணவை நிறைய சாப்பிட்டீங்க இல்லன்னா சூடான பொருள்களை சாப்பிடுவதை தவிர்த்திட்டீங்க → மருத்துவ அல்லது ஆரோக்கிய ஆலோசனை இல்லன்னா கர்ப்மாவது பத்திய தகவல்களை தெரிஞ்சிக்கிட்டீங்க → மருத்துவ செலவுக்கான பணத்தை சேர்த்தீங்க → வேறு எதாவது நடவடிக்கை எடுத்தீங்க: ___________________ → (கர்ப்பம் ஆவதற்கு முன்னாடி நீங்க இந்த மாதிரி எதையும் செய்யல → இந்த பதில் எடுக்கப்பட்டிருக்கிறது) (யுனன உாநஉமநன சநளிழளெநள. ளுஉழசந ளை 0 உாநஉமளஹீபிழளைவெள் 1உாநஉமஹீரிழளைவெ்யனெ, 2உாநஉமளஹீ2 ீழளைவெள)