Како да се заштитиш од несакана бременост?

Најчесто употребувани средства за контрацепција се кондом и таблети за контрацепција.

Кондом

Предности од употреба на кондоми:

- Заштита од непланирана бременост и сексуално преносливи инфекции (СПИ)
- Нема несакани ефекти по здравјето
- Не се скапи и лесно се достапни
- Не е потребен рецепт од лекар
- Може да му помогнат на мажот да има подолга ерекција (тврдост на пенисот), и да ја одолжат ејакулацијата (свршувањето)

ФАКТ: Само латекс кондомите ИСТОВРЕМЕНО штитат и од сексуално преносливи инфекции и од непланирана бременост за разлика од другите средства за контрацепција

Што треба да знаете

Иако кондомите се доста достапни и едноставни за користење кај многу мажи и жени, сепак постојат и одредени недостатоци, како на пример

- При ставање на кондомот може да се прекине сексуалниот чин
- Мажот треба да го извади кондомот веднаш по ејакулацијата и пред пенисот да омекне, внимавајќи да не испадне спермата од кондомот
- Доколку кондомот не е употребен според упатствата може да се скине во текот на сексуалниот однос или да остане во вагината

Ефикасност

- Машкиот латекс кондом е 98% ефикасен во превенцијата на бременоста, ако се користи правилно и при секој сексуален однос. Речиси сите од случаите кога кондомот бил неефикасен и неправилно употребен резултираат или со кинење или со лизгање на кондомот во вагината или анусот. Затоа е важно да се научи како кондомот да се користи правилно!

ФАКТ: Користи нов кондом секогаш кога имаш секс!

UNFPA

Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Република Македонија
Министерство за здравство

Што се таблети за контрацепција?

Таблетите за контрацепција или орална контрацепција, (често наречени само “таблети”), се таблети кои жените ги земаат секој ден за да се спречи бременост. Таблетите содржат хормони кои и нормално ги има во женското тело. Главниот принцип на дејство на таблетите е во спречување на ослободување на јајце клетка од овариум.

Предности на користењето на таблети

Жените ги користат таблетите затоа што се сигурни, лесни за употреба и ефикасни. Но дали сте знаеле дека таблетите за контрацепција исто така им помогнале на многу жени за:

- Во регулирањето на менструалниот циклус
- Да имаат полесни менструации, со помалку болки и грчеви
- Во засилувањето на коските
- Да се избегне (пропушти) менструација која нормално би се појавила, на пример за некој важен настан (меден месец, испит натпревар и сл.)
- Да се подобри состојбата со акните

Некои недостатоци: Што треба да знаете

Иако таблетите за контрацепција се популарен избор на многу жени, сепак не се најдобар избор за сите. Листата во продолжение ќе ти помогне да разберете зошто таблетите не се најдобар избор за сите жени:

- Треба да запаметите дека таблетите треба да се земаат секој ден, во приближно исто време од денот
- Пакувањето со таблети не е невидливо, некои жени сакаат да користат метода за контрацепција за која никој нема да знае
- Некои жени не може да примаат естроген (хормон кој се наоѓа во таблетите)
- **Таблетите не те штитат од ХИВ и други сексуално преносливи инфекции (СПИ). Потребно е да користиш кондом со таблетите доколку сметаш дека ти треба заштита од СПИ**

Ефикасност

Таблетите се едни од најефикасните методи за контрола на бременоста, доколку се земаат правилно.

ЗАПОМНИ: Правилното земање на таблетите значи да се земе една таблета секој ден, во приближно исто време од денот (во период од 2-4 часа).

За повеќе информации во врска со средствата и методи за контрацепција јави се во Советувалиштето за Сексуално и репродуктивно здравје во најблискиот Центар за јавно здравје.

UNFPA

Институт за јавно здравје
Institute of public health
Instituti i shëndetit publik

Република Македонија
Министерство за здравство