

Dacă întârzi să iei pilula cu mai puțin de 12 ore trebuie să o iei imediat și să continui să iei restul pilulelor la timp, până la ultima din pachet. Numai așa se poate vorbi de protecție reală și încă viabilă.

Dacă întârzi să iei pilula cu mai mult de 12 ore trebuie să o iei imediat și să continui să iei restul pilulelor la timpul stabilit, până la ultima din pachet. Dacă ai mai puțin de 7 pilule rămase de luat, nu mai face pauză, ci continuă cu un pachet nou de anti-concepționale. În acest caz protecția împotriva sarcinii nedorite nu e de 100%, deci se recomandă și utilizarea prezervativelor în următoarele 7 zile.

Avantaje: pilula reglează ciclul menstrual, reduce sângerarea menstruală, estompează crampele, previne deficitul de fier, protejează împotriva inflamației organelor interne, împotriva schimbărilor benigne și maligne ale uterului și ovarelor, și are efect pozitiv asupra schimbărilor benigne ale sânilor.

Dezavantaje: pilula nu ajută la prevenirea transmiterii de boli cu transmitere sexuală, inclusiv a HIV/SIDA. Există tipuri de medicamente care pot afecta eficacitatea pilulei, deci este nevoie de consultarea unui medic ginecolog.

Cele mai comune temeri:

Pilula anti-concepțională duce la îngrășare: NU!

Unele femei pot avea probleme cu retenția de apă în primele luni de administrare, dar nu cu luarea în greutate.

Pilula anti-concepțională poate determina pilozitate excesivă: RAREORI! În acest caz, foarte rar de altfel, soluția constă în schimbarea tipului de pilulă.

Pilula anti-concepțională poate afecta sarcini ulterioare: GREȘIT! Imediat ce administrarea de anti-concepționale este oprită, apare ovulația. În unele cazuri sarcina apare chiar în luna următoare. Pilula nu are nici un efect asupra sarcinii; ea nu afectează creșterea, dezvoltarea sau sănătatea copilului.

UTILIZAREA ANTI-CONCEPȚIONALELOR TREBUIE OPRITĂ ATUNCI CÂND:

- se dorește o sarcină
- femeia are peste 35 de ani
- femeia fumătoare are deja 30 de ani
- în caz de hepatită sau dureri abdominale
- în caz de hipertensiune arterială
- în cazul în care este necesară o intervenție chirurgicală

CONTRAINDICAȚII:

1. Sarcina
2. Carcinomul tractului genital
3. Prezența tromboemboliei în anamneza individuală sau familială
4. Vene varicoase la nivelul picioarelor
5. Boli sau insuficiență hepatică
6. Trombofilie.

CONTRACEPȚIA DE URGENȚĂ sau "pilula din dimineața următoare" este o metodă specială de contracepție care poate fi folosită doar în situații special (dacă nu ai folosit nici o protecție sau dacă prezervativul a fost deteriorat). Această pilulă trebuie luată cât mai repede posibil, la cel mult 72 de ore de la contactul sexual neprotejat.

CAUTĂ RĂSPUNSURI LA ÎNTREBĂRI ȘI DILEME LA MEDICUL GINECOLOG

**PENTRU SĂNĂTATEA TA
ALEGE CORECT
PROTEJEAZĂ-TE DE SARCINI NEDORITE**

**NU EXISTĂ GRUPE DE RISC!
EXISTĂ DOAR COMPORTAMENTE RISCANTE!**

Lider de proiect:



Parteneri:



Cod e-MS: RORS-314

Editor: Colegiul Național Mircea Eliade – Reșița

Data publicării: Ianuarie 2020

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod necesar poziția oficială a Uniunii Europene

Pentru eventuale sesizări contactați:

www.romania-serbia@mdrap.ro

**Interreg - IPA CBC
România - Serbia**



**PROIECT
"SUSȚINEREA NEVOILOR DE DEZVOLTARE
COMPORTAMENTALĂ ȘI PREVENTIVĂ A
TINERILOR
"CREATIVITATE FĂRĂ FRONTIERE"**

PROTECȚIA ÎMPOTRIVA SARCINILOR NEDORITE



Cooperare dincolo de frontiere!

Programul Interreg-IPA de Cooperare Transfrontalieră România-Serbia este finanțat de Uniunea Europeană prin Instrumentul de Asistență pentru Preaderare (IPA II) și cofinanțat de statele partenere în program.

www.romania-serbia.net

Nu ești pregătit să devii părinte?! Ești încă prea tânăr(ă) și mai ai de făcut atâtea lucruri?... În acest caz trebuie să te gândești la prevenirea sarcinilor timpurii!

Alegerea unei metode de protecție împotriva unei sarcini nedorite arată că ești responsabil(ă)! Astfel te vei proteja și împotriva bolilor cu transmitere sexuală! Ai acest drept!

Angajarea timpurie în actul sexual, schimbarea partenerilor, precum și necunoașterea în detaliu a metodelor de protecție împotriva unei sarcini nedorite duc deseori la avort ca unică soluție de consultare a unui medic ginecolog; această soluție are însă efecte traumatizante asupra tinerei care recurge la ea și poate avea consecințe pe termen lung, ducând până la sterilitate.

Este necesar ca tinerele să cunoască bine metodele de protecție înainte de a-și începe viața sexuală.

CONTRACEPȚIA înseamnă protecție împotriva sarcinilor nedorite!

CONTRACEPȚIA NATURALĂ (BIOLOGICĂ):

ZILE FERTILE/ZILE INFERTILE

Ciclul menstrual durează de obicei 28 de zile. Ovulația este prezentă între a 14-a și a 16-a zi a ciclului menstrual, socotită din prima zi a menstruii. Cel mai probabil vei rămâne gravidă când fertilitatea este maximă. Sperma rămâne activă pentru 48 de ore, ceea ce înseamnă că perioada de fertilitate cuprinde 2 zile înainte de ovulație, și două zile după aceasta, adică din a 12-a zi până în a 16-a zi. Cum tinerele nu au ciclu menstrual regulat, perioada de fertilitate ar trebui calculată din ziua a 10-a până în ziua a 19-a a ciclului. În această perioadă tinerele ar trebui să nu facă sex sau să aplice metode de contracepție.

Avantajele acestei metode sunt acelea că o tânără își va cunoaște organismul și ciclurile vitale, folosind ca metodă planificarea familială.

Dezavantajele: nu este o metodă sigură, mai ales în cazul tinerelor cu ciclu menstrual neregulat. Această metodă nu conferă nici o protecție împotriva bolilor cu transmitere sexuală, incluzive a infecției cu HIV/SIDA

METODA RETRAGERII (Coitus Interruptus)

Este una dintre cele mai comune metode de control al sarcinii nedorite pentru tineri. Metoda nu permite spermei să întâlnească ovulul, astfel preîntâmpinând sarcina.

Dezavantaje: metoda nu este complet sigură deoarece o anumită cantitate de spermatozoizi din fluidul secretat înainte de ejaculare poate fi reținut prin repetarea actului sexual. Circa 15% pe an dintre sarcinile nedorite sunt explicabile prin acest fenomen.

CONTRACEPȚIA LOCALĂ CHIMICĂ:

SPERMICIDELE

Sunt substanțe care schimbă PH-ul (aciditatea) din zona vaginală sau care prin reacții chimice opresc mobilitatea spermei. Acestea sunt inserate în vagin cu 30 de minute înainte de actul sexual, iar forma lor în farmacie poate varia de la film la pilule, sau chiar la spumă. Acestea sunt eficiente doar dacă sunt utilizate în combinație cu alte metode contraceptive. Plaja acestora de acțiune este de 3 ore de la aplicare. Spermicidele pot fi cumpărate de la farmacie fără rețetă.

CONTRACEPȚIA LOCALĂ CHIMICĂ:

PREZERVATIVUL:

Prezervativul este cea mai eficientă metodă de protecție, nu numai împotriva unei sarcini nedorite, dar și împotriva bolilor cu transmitere sexuală, incluziv HIV/SIDA. Utilizat după reguli, prezervativul este 98% sigur. Pentru siguranță însă, utilizatorul trebuie să verifice data de expirare de pe ambalaj. Toate prezervativele care poartă inscripția CE au fost supuse unui control de calitate. Prezervativele trebuie însă păstrate departe de surse de căldură sau lumină (Nu le păstrați în buzunar).

Nu folosi același prezervativ de două ori!

PREZERVATIVUL FEMININ

Este o metodă de contracepție care previne atât sarcina nedorită, cât și bolile cu transmitere sexuală. Mai mult, dacă este folosită corespunzător, poate avea un succes de 95%.

Dezavantaje:

Nu se găsește la vânzare precum cele adresate bărbaților. Se folosește înainte de actul sexual. A se urma instrucțiunile de pe pachet.

DIAFRAGMA este un disc subțire, de cauciuc atașat unui arc subțire elastic. E necesar să consultăm ginecologul dacă dorim această metodă. Diafragma se inserează cu ½ oră înainte de actul sexual, și trebuie menținută acolo pentru cel puțin 8 ore de la contactul sexual.

Dacă este utilizată corect, diafragma reprezintă o metodă contraceptivă extrem de eficientă.

Dezavantaje: nu oferă protecție împotriva bolilor cu transmitere sexuală, incluzând aici HIV/SIDA.

STERILETUL

Este un dispozitiv de plastic care se introduce în uter de către medical ginecolog. Nu este recomandat tinerelor care nu au avut o sarcină dusă până la capăt. Nu protejează împotriva bolilor cu transmitere sexuală sau a HIV/SIDA

CONTRACEPȚIA ORALĂ:

Pilula anti-concepțională

Este realizată pe baza a doi hormoni femini: estrogeni și progesteron care utilizați regulat au rol de prevenire a sarcinii.

Pilula este prescrisă de medical ginecolog care trebuie să efectueze o analiză a stării generale de sănătate înainte de prescrierea tratamentului. Rata de succes a acestei metode este de circa 90 %.

Prima pilulă se ia în chiar prima zi a ciclului menstrual.

Următoarele 21 de zile vor fi cruciale deoarece pilula va trebui luată la aceeași oră în fiecare zi. Odata setul terminat, urmează 7 zile de pauză. Sângerarea/ menstruația va începe apoi. După alte 7 zile vei începe un nou pachet de pilule anti-concepționale, urmând aceiași pași ca și până acum.

Fiecare pachet de pilule anti-concepționale are instrucțiuni de utilizare. Citește-le!

Ia o decizie și întreabă-ți medicul!