

ШТА ДЕВОЈКЕ ТРЕБА ДА ЗНАЈУ О КОНТРАЦЕПТИВНИМ ПИЛУЛАМА (АНТИБЕБИ)?

То су хормонске таблете које имају за циљ да спрече оплодњу јајне ћелије и добијају се искључиво уз консултацију гинеколога.

ВРСТЕ:

- **комбиноване** - садрже обе врсте женских полних хормона и естроген и прогестерон
- **прогестеронске** које садрже само један од ова два хормона-прогестерон.

МИТ

Употреба пилуле изазива појачану маљавост, масну кожу и поремећај менструалног циклуса.

Пилуле штите од полно преносивих инфекција.

Пилуле доводе до повећања телесне масе.

Исте врсте пилуле могу користити све девојке/жене.

ИСТИНА

Пилуле повољно утичу на кожу, а менструално крварење је мање болно и обилно.

Пилуле НЕ штите од полно преносивих инфекција.

Употреба контрацептивних пилула може довести до задржавања воде у организму што особи може деловати као да је добила пар килограма вишка.

Гинеколог је тај који одлучује која је права пилула баш за тебе на основу твог здравственог стања, хормонског статуса, узраста.

**ШТИТЕ ОД НЕЖЕЉЕНЕ ТРУДНОЋЕ
АЛИ НЕ И ОД ПОЛНО ПРЕНОСИВИХ ИНФЕКЦИЈА!**

За све недоумице и питања неопходно је консултовати се са гинекологом!

Метод прекинутог сношаја

Код ове методе, младић прекида полни однос пре ејакулације (завршетка сексуалног односа).

Међутим, изванредан број сперматозоида остане у каналима пениса па они могу доспети у вагину и пре ејакулације.

Ова метода те **НЕ ШТИТИ** ни од нежељене трудноће ни од полно преносивих инфекција!!

**ТРАДИЦИОНАЛНЕ МЕТОДЕ КОНТРАЦЕПЦИЈЕ
НИСУ СИГУРНЕ У ЗАШТИТИ ОД НЕЖЕЉЕНЕ
ТРУДНОЋЕ, А СВАКАКО НЕ ШТИТЕ ОД ПОЛНО
ПРЕНОСИВИХ ИНФЕКЦИЈА!**

Метод „календара“ - плодни дани

...подразумева да се у периоду „плодних дана“ избегава полни однос. Плодни дани се најчешће налазе на средини менструалног циклуса. Менструални циклус представља број дана који протекне од првог дана једне до првог дана друге менструације. Ниједна девојка/жена не може са сигурношћу да их одреди а и нису сваког месеца у истом периоду.

**ОВА МЕТОДА СЕ МОЖЕ КОРИСТИТИ У КОМБИНАЦИЈИ
СА ЈОШ НЕКОМ, АЛИ НИЈЕ ПОУЗДАНА И РИЗИК
ОД НЕЖЕЉЕНИХ ПОСЛЕДИЦА ЈЕ ВИСОК!**



ГРАДСКИ ЗАВОД ЗА ЈАВНО ЗДРАВЉЕ БЕОГРАД



**ШТА ТРЕБА ДА ЗНАШ
О ОДГОВОРНОМ
СЕКСУАЛНОМ
ПОНАШАЊУ И
КОНТРАЦЕПЦИЈИ?**

КАДА ЈЕ ПРАВО ВРЕМЕ ЗА СТУПАЊЕ У СЕКСУАЛНИ ОДНОС?

Пре свега, мораш бити свестан/на тога да је телесни развој много бржи од развоја емоционалне и социјалне зрелости.

За доношење одлуке о ступању у сексуалне односе потребни су, поред потпуне зрелости, и поседовање знања везаних за заштиту од нежељене трудноће и полно преносивих инфекција.

Одлука је озбиљна због могућих последица, а сложена јер особу ставља пред многа питања:

- Зашто желим то да урадим?
- Да ли сам заиста спреман/спремна за то?
- Да ли је то права особа?
- Да ли се довољно познајемо?
- Шта према њему/њој осећам?
- Да ли знам како да се заштитим од нежељених последица?
- Како ћу се осећати кад то урадим, односно не урадим?
- Како ће околина и родитељи реаговати?

Право време за ступање у односе не зависи искључиво од узраста, већ од зрелости особе да себи постави ова питања, на њих искрено одговори и понаша се у складу са тим.

Имај у виду да...

Иако си пунолетан/на можда још ниси спреман/на, а ако си неодлучан/на или ниси сигуран/на у осећања у вези са ступањем у сексуалне односе, то је сигуран знак да одлуку треба одложити за касније...

Уколико се одлучиш за ступање у сексуални однос важно је да увек имаш на уму да је СИГУРАН ОДНОС - ОДНОС БЕЗ НЕЖЕЉЕНИХ ПОСЛЕДИЦА (нежељене трудноће и полно преносивих инфекција).

ДОВОЉАН ЈЕ САМО ЈЕДАН РИЗИЧАН СЕКСУАЛНИ ОДНОС ЗА НАСТАНАК ТРУДНОЋЕ И/ИЛИ ПОЛНО ПРЕНОСИВЕ ИНФЕКЦИЈЕ!

ШТА ЈЕ ВАЖНО ДА ЗНАШ?

Контрацепција је скуп метода и средстава који спречавају зачеће, тј. нежељену трудноћу.

Контрацептивно средство:

Презерватив (кондом)-најчешће коришћен вид контрацепције.

ДОБАР ЈЕ ИЗБОР зато што је **доступан и сигуран** у заштити од полно преносивих инфекција и нежељене трудноће.

ВОДИ РАЧУНА! Може да спадне или да се механички оштети (пукне).

Да ли знаш да...

...1 од 5 мушкараца прави неку од следећих **грешака** при употреби кондома?

- Не проверава рок употребе
- Најчешће држи кондом у задњем џепу панталона
- Користи кондом погрешне величине
- Одлаже стављање кондома
- Не следи упутства о стављању (отвара га ноктима, зубима...)
- Користи исти кондом више пута

МИТ

Сигурније је користити два кондома одједном него један.

Женска особа је та која треба да размишља о употреби презерватива.

Кондом умањује осећај задовољства.

ИСТИНА

Један кондом је сасвим довољан да спречи нежељене последице уколико се правилно користи.

Обе особе имају подједнаку одговорност у спречавању нежељених последица незаштићеног сексуалног односа.

Кондом не умањује осећај задовољства за разлику од забринутости која се може јавити при незаштићеном сексуалном односу.