

AİLE PLANLAMASI

Aile planlaması hizmetlerinden yararlanmak isteyen her birey önce danışmanlık almalıdır.

Aşağıda adı geçen gebeliği önleyici yöntemlerden kısaca bahsedilmiştir.

Daha fazla bilgi için aile planlaması hizmeti veren kuruluşlara başvurarak, kişisel özelliklerinize en uygun yöntemi seçebilirsiniz!

GEBELİĞİ ÖNLEYİCİ YÖNTEMLER

KADININ KULLANABİLECEĞİ YÖNTEMLER

HAP:

- Kadında doğal olarak bulunan kadınlık hormonlarından ikisini (östrojen ve progesteron) içerir. Kadında yumurta yapımını ve döllemeyi engelleyerek gebeliği önler.
- Doğru ve düzenli kullanıldığında gebeliği önleyici etkisi %99'dur.
- Adetin tercihen ilk günü kullanıma başlanmalıdır.
- Her gün düzenli alınması gerekir.
- Bir paket hap bittikten sonra 7 gün kullanıma ara verilip, sekizinci gün diğer pakete başlanır.

1 AYLIK İĞNE:

- Kadında doğal olarak bulunan kadınlık hormonlarından ikisini (östrojen ve progesteron) içerir. Kadında yumurta yapımını ve döllemeyi engelleyerek gebeliği önler.
- Doğru ve düzenli kullanıldığında gebeliği önleyici etkisi %99'dur.
- Düzenli olarak ayda 1 kez iğne şeklinde, kas içine uygulanır.
- Adetin tercihen ilk günü kullanıma başlanmalıdır.

3 AYLIK İĞNE:

- Kadında doğal olarak bulunan kadınlık hormonlarından yalnızca birini (progesteron) içerir. Kadında yumurta yapımını ve döllemeyi engelleyerek gebeliği önler.
- Doğru ve düzenli kullanıldığında gebeliği önleyici etkisi %99'dur.
- Düzenli olarak 3 ayda bir kez iğne şeklinde, kas içine uygulanır.
- Adetin ilk 5 günü içinde uygulanabilir.

DERİ ALTI KAPSÜLÜ:

- Kadında doğal olarak bulunan kadınlık hormonlarından yalnızca birini (progesteron) içerir. Kadında yumurta yapımını ve döllemeyi engelleyerek gebeliği önler.
- Kolun iç kısmına ve deri altına yerleştirilen, kibrit çöpü büyüklüğünde, bir adet esnek çubuktur.
- 3 yıl boyunca gebeliği önler.
- Adetin tercihen ilk 5 günü içinde uygulanabilir.

RAHİM İÇİ ARAÇ (SİRAL):

- Rahim içine yerleştirilen küçük, plastik bir araçtır. Bakır ve hormon içeren tipleri vardır. Kadın rahmi içinde döllenmeyi engelleyerek gebeliği önler.
- 10 yıl rahim içinde kalabilen ve gebeliği önleyebilen bakırlı tipleri vardır. Hormonlu tipleri 5 yıl rahim içinde kalarak gebeliği önleyebilir.
- %98 gebeliği önleyici etkisi vardır.
- Kadının gebe olmadığından emin olunan herhangi bir zamanda uygulanabilir.

SPERMİTİLER (SPERM ÖLDÜRÜCÜLER):

- Kadının vajinasına (hazneye) konularak uygulanan fitil, köpük ve tabletlerdir. Erkek tohum hücrelerini (sperm), hazne içinde öldürerek gebeliği önler.
- Her cinsel ilişki öncesinde uygulama tekrarlanmalıdır.
- Doğru ve düzenli kullanıldığında gebeliği önleyici etkisi %94'dür.

TÜP LİGASYONU (KADINDA TÜPLERİN BAĞLANMASI):

- Artık hiç çocuk istemeyen kadınlarda yumurtayı rahime taşıyan tüplerin ameliyatla bağlanmasıdır. Tüpler bağlandığı için yumurta, erkek tohum hücresi (sperm) ile karşılaşamaz. Böylece döllenme engellenir. Gebeliği önleme etkisi yaklaşık %100'dür.
- Gebelik şüphesi olmayan herhangi bir zamanda, kadın evli ise her iki eşin rızası ile yapılır.

ERKEĞİN KULLANABİLECEĞİ YÖNTEMLER:

KONDOM (KAPUT, KILIF, PREZERVATİF):

- Erkekler tarafından kullanılan bir çeşit lastikten yapılmış çok ince ve esnek bir kılıftır. Cinsel ilişki sırasında meni içindeki erkek tohum hücrelerinin (sperm) kadının haznesine dökülmesini engeller.
- Doğru ve düzenli kullanıldığında %98 etkilidir.
- Her cinsel ilişki için yeni açılan bir kondom, sertleşmiş erkeklik organına, kadının haznesine hiç temas etmeden önce takılır.
- Cinsel yolla bulaşan hastalıklara (AIDS, frengi, bel soğukluğu gibi) karşı korur.

VAZEKTOMİ (ERKEKTE KANALLARIN BAĞLANMASI):

- Artık hiç çocuk istemeyen erkeklerde tohum kanallarının bağlanmasıdır. Tohum kanalları bağlandığı için erkek tohum hücresi (sperm) boşalma sıvısına geçemez. Böylece döllenme engellenir. Gebeliği önleme etkisi yaklaşık %100'dür.
- Erkek evli ise her iki eşin rızası ile yapılır.