

PROTEJEAZĂ-ȚI DRAGOSTEA!

Află că au apărut metode de protecție mult mai eficiente decât pilulele și prezervativele pe care ai început să le folosești cu ceva timp în urmă...

Când vine vorba de contracepție, pilula este pe primul loc. Ai învățat să o asociezi cu un anumit moment din zi și o iei în continuare ca pe un must have. În plus, îți oferă libertatea de a te bucura de dragostea iubitului tău oricând și oriunde. Te-ai întreat, însă, dacă e cea mai bună alegere pentru tine?

actului sexual. Un studiu recent arată că bărbații români nu știu că prezervativele sunt disponibile în mai multe mărimi. Măsura adecvată înseamnă o protecție mai bună și o plăcere mai mare. Nu face caz dacă lui i se potrivește mărimea XS. Important este să vă simțiți bine!

Sunt indicate pentru femeile care nu sunt implicate într-o relație de lungă durată și au mai mulți parteneri. „Sunt ușor de procurat, folosirea lor nu prezintă riscuri pentru sănătate”, explică ginecologul Mihail Alexandrescu.

Nu sunt cea mai bună alegere dacă sunteți niște persoane spontane și vă place să faceți dragoste oriunde și oricând: la duș, pe plajă, la o cabană în vârf de munte...

PILULELE

Pilula este perfectă dacă ești implicată într-o relație serioasă, de lungă durată. Dacă vrei să încerci o anumită marcă pe care o folosesc prietenele tale, trebuie să-ți întrebă înainte ginecologul dacă acestea ți se potrivească și ție. Dacă ai mai mulți parteneri trebuie să știi că

pastilele nu te protejează împotriva bolilor cu transmitere sexuală.

Sunt indicate pentru a controla sângerările neregulate, perioadele în care ai dureri menstruale și acnee. Studiile medicale arată că pilula te protejează împotriva cancerului la sân sau de col uterin. Luate corect, pot avea un efect benefic în cazul anumitor tulburări de ciclu de origine endocrină.

Nu sunt cea mai bună alegere pentru femeile care își schimbă des partenerul sau au o relație cu un tip care nu și-a făcut testul pentru bolile cu transmitere sexuală. Pot apărea tulburări ale ciclului menstrual. Cele mai frecvente sunt sângerările intermenstruale și lipsa menstruației,



Pilula te scapă de o sarcină nedorită

PREZERVATIVELE

Sunt cele mai potrivite pentru fetele singure, dar cu o viață sexuală activă; sunt folosite de 37% dintre bărbați și sunt singura formă de protecție împotriva sarcinilor nedorite și bolilor cu transmitere sexuală. „Pe lângă prezervativul clasic există și cel feminin — un cilindru închis, care are la ambele capete câte un inel flexibil. Se introduce în vagin, înainte de contactul sexual”, spune Mihail Alexandrescu, medic ginecolog la Clinica Mediclass. Folosite așa cum trebuie, prezervativele au o eficiență de 98%. Nu prezintă efecte adverse, dar există șanse mici să se rupă sau să alunece în timpul

care predispun la creșterea în greutate, provoacă anumite dereglări endocrine.

DISPOZITIVUL INTRAUTERIN

Dispozitivul intrauterin este făcut din plastic și cupru și este fixat în uter de medicul ginecolog. Nu sună prea grozav, e drept, dar nu ai de ce să te temi. Este o procedură rapidă și puțin dureroasă. Poate fi păstrat între trei și zece ani, depinde de tipul acestuia.

Este indicat pentru femeile care alăptează, deoarece nu conține estrogen, hormonul care afectează calitatea laptelui.

Nu este cea mai bună alegere pentru că pot apărea infecții în zona trompelor uterine, ceea ce conduce adesea la închiderea lor – deci la sterilitate. „Necesită verificarea periodică a firelor, iar femeia nu poate întrerupe utilizarea atunci când dorește“, adaugă medicul ginecolog Mihail Alexandrescu.

INJEȚIA

Injecția cu progestogen trebuie făcută o dată la trei luni. Este perfectă pentru femeile care vor să uite de metodele contraceptive clasice: prezervativul sau pilula. Trebuie doar să nu uiți data la care trebuie să-ți faci din nou injecția. Aceasta are o eficacitate de 99%, dar, din păcate, numai 12% dintre femei au auzit de ea și doar 3% o și folosesc.

Este indicată pentru că previne cancerul de col uterin și bolile inflamatorii pelviene.

Nu este cea mai bună alegere pentru cele care vor să-și recapete fertilitatea într-un timp cât mai scurt. Mihail Alexandrescu explică: „Dezavantajele pot fi: câștigul ponderal frecvent întâlnit, modificări ale sângerării menstruale, sângerare excesivă.“

PLASTURELE

A apărut în 2003. Practic, e cel mai nou mijloc de protecție: are o eficiență de 99% și

devine din ce în ce mai popular în rândul femeilor. Poate fi plasat pe oricare parte a corpului și nu trebuie schimbat decât o dată pe săptămână. Se lipește foarte bine, așa că nu îl pierzi atunci când faci duș.

Este indicat pentru că atenuează durerile premenstruale.

Nu este cea mai bună alegere pentru că este vizibil, inestetic și poate provoca iritații.

IMPLANTUL SUBDERMIC

Are dimensiuni mici, seamănă cu un băț de chibrit. Este plasat sub piele, în antebraț. E ca și cum ai face o simplă injecție, iar apoi poți să uiți de el. Elimină progestogen în organism și are efect timp de trei ani.

Este indicat pentru femeile care nu pot lua contraceptive care conțin estrogen: fumătoarele, femeile care au diabet, cele care alăptează.

Nu sunt cea mai bună alegere din cauza efectelor adverse: acnee sau dureri de cap. ©