

Raskauden ehkäisy

Jokaisella on oikeus raskauden ehkäisyyn. Siihen on monta keinoa eli menetelmää.

Jokaisella on oikeus saada oikeaa tietoa ja neuvontaa raskauden ehkäisykeinoista sekä niiden hyödyistä, haitoista ja riskeistä.

Kysy terveysasemaltasi raskauden ehkäisypalveluja.

Paikkakunnallasi voi olla erikseen ehkäisyneuvola, jossa on lääkäri ja terveydenhoitaja.

He kertovat ja opastavat sinua kaikissa asioissa, jotka kuuluvat raskauden ehkäisyyn.



Estemenetelmät

Estemenetelmät tarkoittavat sellaisia keinoja, jotka estävät raskauden alkamisen.

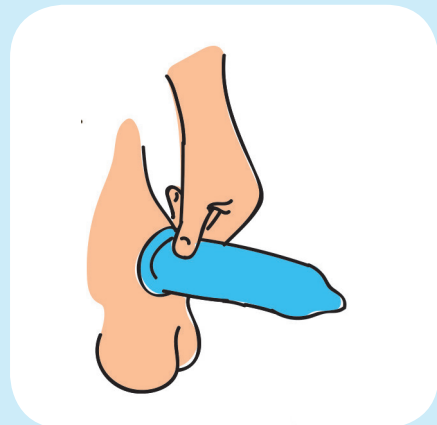
Estemenetelmiä ovat kondomi ja kuparikierukka.

Myös sterilisaatio on estemenetelmä. Se estää pysyvästi raskaaksi tulemisen.

Kondomi

Kondomi on ainoa miehen ehkäisväline. Sitä käytetään yhdynnässä.

Kondomeja voi ostaa kaupasta, apteekista tai kioskista. Niitä saa ostaa kuka tahansa, eikä niiden ostamiselle ole ikärajaa. Kondomi suojaa myös seksitaudeilta.



Naisten kondomi

Naisten kondomi on sellainen kondomi, joka laitetaan naisen emättimeen. Sen kanssa ei käytetä miesten kondomia.

Naisten kondomi on kalliimpi kuin miesten kondomi. Naisten kondomin voi ostaa apteekista.

Naisten kondomi suojaa myös seksitaudeilta.

Kuparikierukka

Kuparikierukan tehtävä on estää raskauden alkaminen. Keskustele kierukasta lääkärin tai hoitajan kanssa ehkäisyneuvolassa tai terveysasemalla.

Kuparikierukka laitetaan kohdun sisälle. Lääkäri asettaa sen paikoilleen. Kierukka voi olla kohdussa monta vuotta.

Kierukan poistaa lääkäri tai hoitaja.



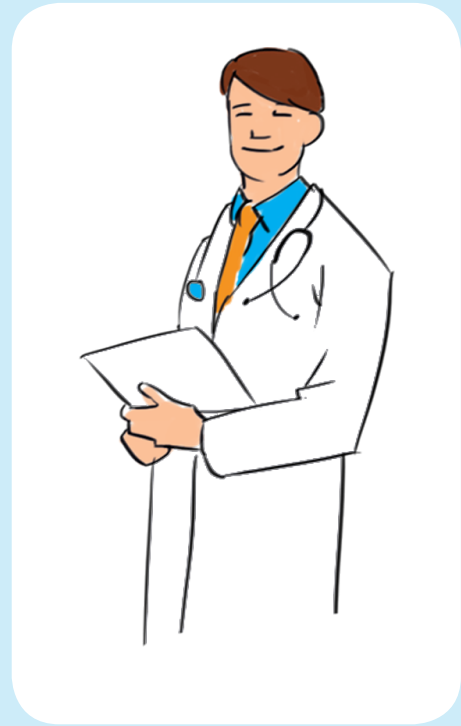
Sterilisaatio

Sterilisaatio estää pysyvästi raskauden alkamisen. Se voidaan tehdä naiselle tai miehelle.

Sterilisaatio on pieni leikkaus sairaalassa. Sen tekee lääkäri.

Naisen sterilisaatio estää munasolun ja siittiön kohtaamisen munanjohtimessa. Toisin sanoen se estää hedelmöittymisen.

Miehen sterilisaatio estää siittiöitä pääsemästä kiveksistä spermaan. Sterilisaation jälkeen siittiöt loppuvat spermasta, eikä mies voi tulla isäksi yhdynnässä.



Hormonaalinen ehkäisy

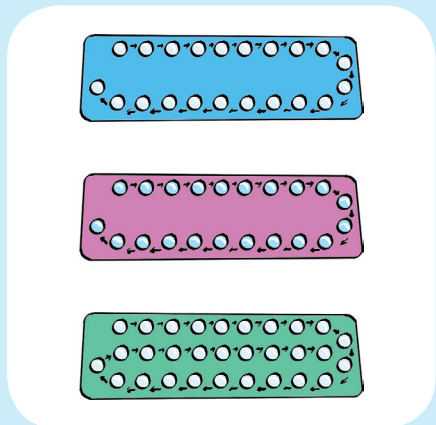
Hormonaalinen ehkäisy tarkoittaa sitä, että raskaus estetään hormonien avulla.

On kahdenlaista hormonaalista ehkäisyä. On menetelmiä, joissa on vain yhtä hormonia. Toiseksi on menetelmiä, joissa on kahta hormonia.

Yhtä hormonia on esimerkiksi minipillereissä, hormonikierukassa ja ehkäisysauvassa.

Kahta hormonia on e-pillereissä, ehkäisyrenkaassa ja ehkäisylaastarissa.

Jos haluat hormonaalisen raskauden ehkäisyneuvolaan varaa aika ehkäisyneuvolaan tai lääkärin vastaanotolle. Keskustele siellä siitä, mikä ehkäisy sopii sinulle parhaiten.



Kerro esimerkiksi se,
muistatko ottaa
pillerit säännöllisesti.
Kerro myös,
ovatko kuukautisesi
mielestäsi runsaat.

Kerro lisäksi muista
ehkäisyyn liittyvistä
ajatuksistasi.

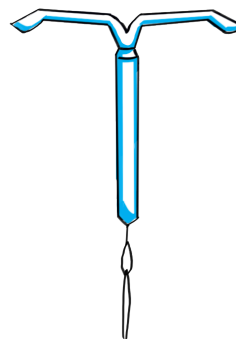
Lääkäri kirjoittaa
sinulle reseptin.
Sen jälkeen voit ostaa
ehkäisyyn tarkoitetun
tuotteen apteekista.

Hormonikierukka

Hormonikierukka sisältää
vain yhtä hormonia
eli keltarauhashormonia.
Keltarauhashormoni estää
raskauden alkamisen.

Jos haluat hormonikierukan,
tarvitset sen ostamiseen
reseptin lääkäriltä.

Lääkäri laittaa
kierukan kohdun sisälle.
Kierukka voi olla kohdussa
monta vuotta.



Kun käytät hormonikierukkaa,
kuukautisvuoden määrä
yleensä vähenee.
Vuodot saattavat jäädä
myös kokonaan pois.

Kierukan poistaminen
on lääkärin tai hoitajan tehtävä.



Ehkäisysauva

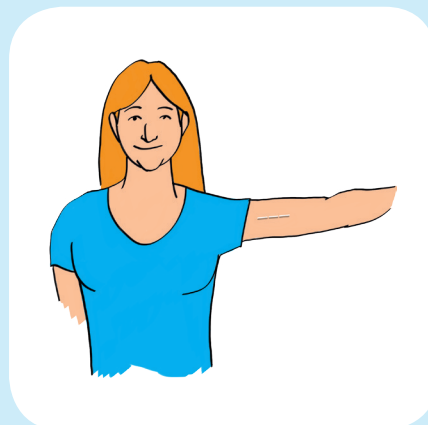
Ehkäisysauva sisältää
vain yhtä hormonia.

Ehkäisysauvaa sanotaan
myös ehkäisykapseliksi
tai ehkäisyimplantaatiksi.

Jos haluat ehkäisysauvan,
tarvitset sen ostamiseen
reseptin lääkäriltä.

Lääkäri asentaa
yhden tai useamman
pienen ehkäisysauvan
ihon alle olkavarteen.
Iho puudutetaan sitä ennen.
Sauva ei näy ihon alta,
mutta sen voi tuntea,
jos tunnustelee sormella
ihoa sauvan kohdalta.

Sauva ehkäisee raskautta
monen vuoden ajan.



Kun käytät sauvaa,
kuukautisvuodot voivat olla
epäsäännöllisiä ja vähäisiä.
Kuukautiset voivat myös
jäädä kokonaan pois.

Ehkäisysauvan poistaminen
on lääkärin tehtävä.



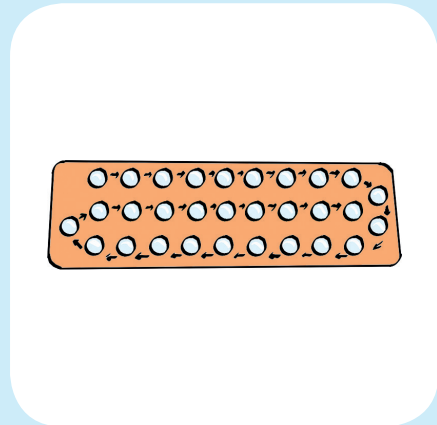
Minipillerit

Minipillerit ovat
ehkäisytabletteja,
joissa on vain
yhtä hormonia.

Tarvitset lääkärin reseptin
minipillereiden ostamiseen.

Sinun pitää muistaa
ottaa yksi pilleri joka päivä
aina samaan aikaan.
Jos unohdat ottaa pillerin,
ota yhteys lääkäriin
tai hoitajaan.

Pillerit ovat liuskassa
ja yhdessä liuskassa on
30 pilleriä.



Kun olet ottanut
kaikki pillerit
eli liuska on tyhjä,
aloita uusi liuska
heti seuraavana päivänä.



Kun käytät minipillereitä,
kuukautisvuoto vähenee
tai kuukautiset voivat
jäädä kokonaan pois.

E-pilleri

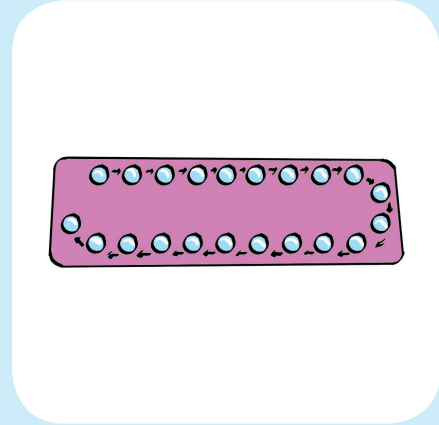
Yhdistelmähormonipillereitä
kutsutaan yleensä e-pillereiksi.
E-pillerit sisältävät
useampia hormoneja.

Tarvitset e-pillereiden ostamiseen
reseptin lääkäriltä.

On olemassa monenlaisia
ja monen nimisiä e-pillereitä.
Niitä syödään yksi joka päivä.

E-pillereiden käytössä
pidetään taukoja.
Lääkäri tai hoitaja kertoo,
milloin pidät tauon
ja kuinka monta päivää
tauko kestää.
Kuukautisvuoto tulee
tauon aikana.

Jos unohdat ottaa e-pillerin,
ota yhteys lääkäriin tai hoitajaan.



Ehkäisyrenkas

Ehkäisyrenkas sisältää

useampia hormoneja.

Jos haluat ostaa ehkäisyrenkaita,

tarvitset reseptin lääkäriltä.

Ehkäisyrenkas laitetaan emättimeen.

Samaa rengasta pidetään

emättimessä kolme viikkoa.

Sitten rengas otetaan pois

ja ollaan yksi viikko

ilman rengasta.

Kuukautisvuoto tulee

tämän viikon aikana.

Tauon jälkeen emättimeen

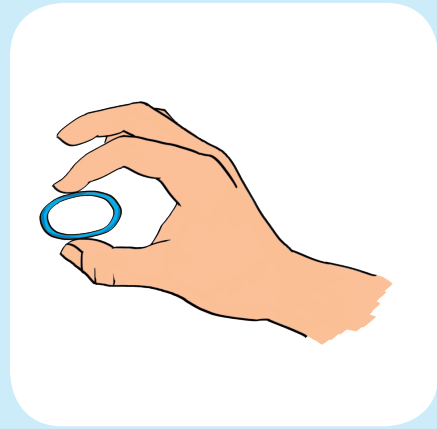
laitetaan uusi rengas.

Voit keskustella

lääkärin tai hoitajan kanssa

ehkäisyrenkaan käytöstä,

taukoviikosta ja muista ohjeista.



Ehkäisylaastari

Ehkäisylaastari sisältää useampia hormoneja. Jos haluat käyttää ehkäisylaastaria, tarvitset reseptin lääkäriltä.

Ehkäisylaastari laitetaan kiinni ihoon, esimerkiksi pakaraan, vatsaan tai yläselkään.

Yhtä laastaria käytetään yhden viikon ajan. Sitten sen tilalle laitetaan uusi laastari. Laastari vaihdetaan aina samana viikonpäivänä.

Kolmen viikon kuluttua pitää olla yksi viikko ilman laastaria. Se on taukoviikko ja sen aikana tulee kuukautisvuoto.

Keskustele laastarin käytöstä lääkärin tai hoitajan kanssa. He antavat sinulle tarkemmat ohjeet.

