

## ÎNTREBĂRI FRECVENTE:

### Când este indicat să începi viața sexuală?

R: Când te simți pregătit/pregătită pentru acest lucru; trebuie să fie decizia ta, nu să o faci în urma insistențelor și a presiunilor celor din jurul tău.

### Cu cine aș putea să vorbesc despre sex?

R: Alege să discuți cu un specialist (medic de familie, medic ginecolog, medic de planificare familială, medic endocrinolog, asistent medical, asistent medical școlar, asistent medical comunitar, mediator sanitar) care îți poate oferi informații complete și corecte, și poate răspunde la toate întrebările tale!

### Ce este contracepția?

R: Contracepția este o modalitate de a preveni sarcina nedorită. Mai mult, prezervativele te pot proteja și de infecțiile cu transmitere sexuală.

### Ce metodă contraceptivă să folosesc?

R: Medicul de familie, medicul ginecolog, medicul de planificare familială sau medicul endocrinolog îți poate recomanda cea mai potrivită metodă contraceptivă pentru tine, numai în urma unei consultații.

Locația celui mai apropiat cabinet de planificare familială o găsești la adresa:

<https://www.sexulvsbarza.ro/resurse-utile/>

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

## CUM POT SĂ MĂ PROTEJEZ PE MINE ȘI PARTENER?

### Metode contraceptive

#### PREZERVATIV INTERN

Fabricat din latex sintetic subțire și moale sau poliuretan. Se amplasează în interiorul vaginului, înainte de contactul sexual, pentru a crea o barieră fizică.



#### PREZERVATIV EXTERN

Fabricat din latex subțire (cauciuc), poliizopren sau poliuretan. Este amplasat pe penis înainte de contactul sexual, pentru a crea o barieră fizică.



#### CONTRACEPȚIA ORALA/PILULA

Pilula eliberează hormoni în organism. Trebuie luată în fiecare zi, la aceeași oră.



#### INELUL VAGINAL

Un mic inel moale, din plastic care este amplasat în interiorul vaginului și care eliberează hormoni.



#### DIAFRAGMA

O cupolă circulară realizată din silicon subțire și moale. Se introduce în vagin înainte de contactul sexual.



#### PLASTURE

Un mic plasture care se aplică pe piele și care eliberează hormoni mai mult timp.



#### IMPLANT

O tijă mică de plastic flexibil care este plasată sub piele în partea superioară a brațului de medic sau asistentul medical. Se eliberează hormoni și durează 3 ani.



#### DISPOZITIV INTRAUTERIN

Dispozitiv de cupru în formă de T, care se introduce în uter de către un medic specialist.



#### CONTRACEPȚIE DE URGENȚĂ

Poate preveni sarcina după contact sexual neprotejat sau dacă contracepția folosită a eșuat. Există două tipuri ale acestei metode contraceptive: „pilula de a doua zi” și dispozitivul intrauterin.

IULIE 2024

## CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂȚĂII REPRODUCERII

Informează-te!  
Implică-te!

Alege soluția potrivită pentru tine!



Material adresat tinerilor



MINISTERUL SĂNĂȚĂII



Institutul Național de Sănătate Publică

## MITURI DESPRE METODELE CONTRACEPTIVE

**Mit:** Metodele contraceptive determină creștere ponderală.

**Realitate:** Nu există studii care să susțină asocierea dintre metodele contraceptive și creșterea în greutate.

**Mit:** Pilula contraceptivă determină apariția cancerului.

**Realitate:** Controlul hormonal al sarcinilor nedorite poate preveni apariția anumitor tipuri de cancer iar medicul specialist poate efectua teste pentru depistarea precoce a acestora.

**Mit:** Utilizarea metodelor contraceptive afectează fertilitatea.

**Realitate:** Întreruperea utilizării metodelor contraceptive creează cadrul optim pentru apariția unei sarcini.

**Mit:** Unele metode contraceptive sunt mai bune decât altele.

**Realitate:** Toate metodele contraceptive au avantajele sau dezavantajele. Alege metoda care ți se potrivește cel mai bine!

**Mit:** Toate metodele contraceptive previn apariția infecțiilor cu transmitere sexuală.

**Realitate:** Doar metodele de barieră (prezervativ intern, prezervativ extern, diafragmă) pot ajuta la reducerea riscului de a contracta o infecție cu transmitere sexuală.

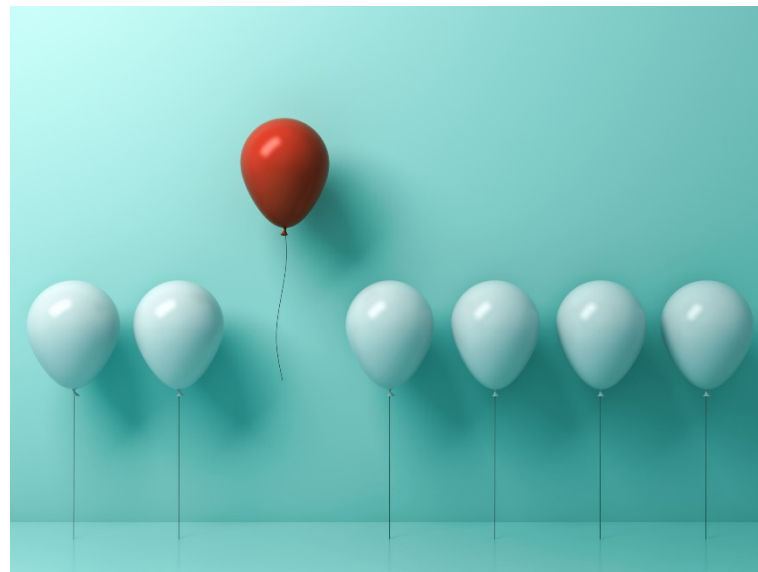
**Alege metoda contraceptivă potrivită pentru tine și asigură-te că o folosești de fiecare dată!**

## Folosește metode contraceptive pentru a evita sarcinile nedorite!

**Orice contact sexual neprotejat se poate finaliza cu o sarcină nedorită, care îți poate schimba viața.**

În plus, poate aduce riscuri pentru sănătatea mamei și copilului, cum ar fi:

- Nou-născut cu greutate mică la naștere;
- Decesul nou-născutului;
- Moartea fătului;
- Avort spontan și complicații;
- Naștere prematură;
- Hipertensiune indusă de sarcină;
- Decesul mamei;
- Abandonul nou-născutului;
- Izolare socială;
- Depresie post-partum;
- Absenteism și abandon școlar al mamei.



## MANIFESTĂRI CE POT ANUNȚA O SARCINĂ

- Întârzierea menstruației;
- Grețuri și vărsături;
- Modificări ale sânilor;
- Stări de oboseală;
- Sensibilitate crescută la mirosuri;
- Modificarea preferințelor alimentare;
- Urinări dese;
- Creșterea numărului de bătăi ale inimii;
- Constipație;
- Creșterea temperaturii corpului;
- Sângerări vaginale;
- Modificări de dispoziție;

## CE FACI DACĂ AI ACESTE MANIFESTĂRI?

- Test pentru depistarea sarcinii;
- Consult medical de specialitate;
- Discută cu asistentul medical școlar, asistentul medical comunitar, mediatorul sanitar;
- la decizii doar împreună cu specialiștii.

**Alegerile tale îți pot schimba viitorul!**