



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ISTITUTO DEI SORDI
DI TORINO



COCEMFE
Sevilla



CITIZENS
IN POWER



European
Development



MoMs

MOTHER MATTERS

The right of women with disabilities to motherhood

Αριθμός Έργου Erasmus+ 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ

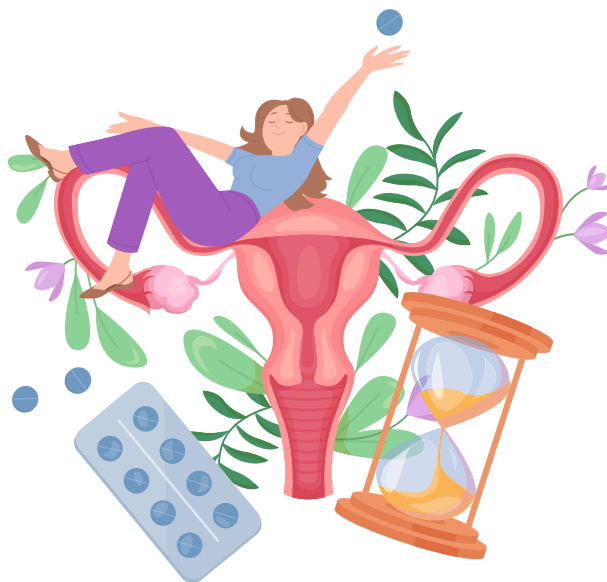
Τα ενημερωτικά βοηθήματα παρέχουν σύντομες επεξηγήσεις σχετικά με τις μελέτες για την αναπηρία, την προσβασιμότητα για τους επαγγελματίες υγείας και τη μητρότητα για τις γυναίκες με αναπηρία. Βασίζονται σε μια προσέγγιση μικρομάθησης, μια μεθοδολογία μάθησης που χωρίζει το περιεχόμενο σε σύντομες ενότητες που εστιάζουν σε ένα μόνο θέμα ή δεξιότητα.

- ΤΟ ΝΑ ΓΙΝΕΙΣ ΓΟΝΙΟΣ -

ΔΕΝ ΘΕΛΩ/ΟΤΑΝ ΘΕΛΩ: ΜΕΘΟΔΟΙ ΑΝΤΙΣΥΛΛΗΨΗΣ



Η αντισύλληψη περιλαμβάνει διάφορες μεθόδους, καθεμία από τις οποίες αποσκοπεί στην προστασία της γυναίκας από ανεπιθύμητη εγκυμοσύνη. Η αντισύλληψη είναι μια σημαντική πτυχή του οικογενειακού προγραμματισμού, η οποία επιτρέπει στους συντρόφους να προγραμματίσουν πότε θέλουν να εγκατασταθούν και να αποκτήσουν απογόνους. Είναι πρωτίστως σημαντική για τη γυναίκα που θέλει ή δεν θέλει να γίνει μητέρα τη συγκεκριμένη στιγμή.



Σε αυτό το σύντομο έντυπο μιλάμε για 6 κατηγορίες αντισυλληπτικών μεθόδων. Είναι σημαντικό να μιλήσετε με επαγγελματίες υγείας για να αποφασίσετε ποια είναι η καλύτερη μέθοδος για την υγεία σας και να αποφύγετε σεξουαλικά μεταδιδόμενες ασθένειες.



momsproject.eu



Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του συγγραφέα/των συγγραφέων, και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.



Φυσικές Μέθοδοι: οι φυσικές μέθοδοι για την πρόληψη της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης περιλαμβάνουν την αποχή από τη σεξουαλική επαφή, τη διακοπή της σεξουαλικής επαφής και της εκσπερμάτισης εκτός του κόλπου, την ημερολογιακή μέθοδο (προγραμματισμένη συνουσία) κ.λπ.

Όμως, σας συμβουλεύουμε να μην το κάνετε, καθώς είναι πολύ επικίνδυνο τόσο από την άποψη της εγκυμοσύνης όσο και από την άποψη της μόλυνσης από σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.



Οι αντισυλληπτικές μέθοδοι φραγμού αποτρέπουν την εγκυμοσύνη εμποδίζοντας την είσοδο του σπέρματος στην κοιλότητα της μήτρας. Ορισμένες μέθοδοι φραγμού, ιδίως τα προφυλακτικά, συμβάλλουν στην προστασία από τις σεξουαλικά μεταδιδόμενες λοιμώξεις, συμπεριλαμβανομένης της λοίμωξης από τον ιό HIV. Το κύριο πλεονέκτημα των μεθόδων φραγμού είναι η ασφάλειά τους. Εδώ σημειώνουμε τα τραχηλικά καλύμματα, τα σπερματοκτόνα όπως κρέμες, τζελ, κολπικά σπινάλ ή κολπικά δισκία, και τα σπερματοκτόνα.

Η ορμονική αντισύλληψη είναι μια μέθοδος πρόληψης της ανεπιθύμητης εγκυμοσύνης μέσω της χρήσης ορμονών που ρυθμίζουν και αλλάζουν τη φυσική ορμονική ισορροπία στο σώμα της γυναίκας. Τύποι ορμονικής αντισύλληψης: **Συνδυασμένα από του στόματος αντισυλληπτικά:** Πρόκειται για χάπια που λαμβάνονται καθημερινά και αποτελούν μία από τις πιο κοινές μεθόδους αντισύλληψης. **«Mini-pills»**, αυτά τα δισκία περιέχουν μόνο προγεστερόνη και είναι κατάλληλα για γυναίκες που δεν μπορούν ή δεν θέλουν να πάρουν οιστρογόνα.

Αντισυλληπτικά επιθέματα: επιθέματα που τοποθετούνται στο δέρμα και απελευθερώνουν ορμόνες που απορροφώνται μέσω του δέρματος. Ενέσιμα αντισυλληπτικά: χορηγούνται με ένεση κάθε τρεις μήνες. **Κολπικοί δακτύλιοι:** ο δακτύλιος εισάγεται στον κόλπο. **Κολπικοί δακτύλιοι:** ο δακτύλιος εισάγεται στον κόλπο. **Εμφυτεύματα:** μικρές ράβδοι που περιέχουν προγεστερόνη, οι οποίες εισάγονται κάτω από το δέρμα του βραχίονα και παρέχουν μακροχρόνια αντισύλληψη (έως και τρία χρόνια).

Οι **ενδομήτριες συσκευές** είναι μικρές εύκαμπτες συσκευές από μέταλλο ή/και πλαστικό που εισάγονται στην κοιλότητα της μήτρας. Ορισμένες από αυτές περιέχουν γυναικείες σεξουαλικές ορμόνες. Συνήθως αντικαθίστανται κάθε 3-5 χρόνια- εκείνες που περιέχουν ορμόνες κάθε χρόνο.

Η μόνιμη χειρουργική στείρωση είναι μια οριστική μέθοδος αντισύλληψης κατά την οποία διακόπτεται η βατότητα των σαλπίγγων. Μετά από αυτή τη χειρουργική επέμβαση δεν είναι πλέον δυνατή η απόκτηση παιδιών.

Επείγουσα Αντισύλληψη: Ένα χάπι επείγουσας αντισύλληψης που μπορείτε να πάρετε έως και 3 ημέρες μετά την επικίνδυνη σεξουαλική επαφή. Ονομάζεται επίσης «χάπι της επόμενης μέρας». Δεν μπορεί να αποτρέψει από τα σεξουαλικά μεταδιδόμενα νοσήματα.