

EHKÄISYN ALOITUS

Ehkäisymenetelmiä on useita ja jokaiselle löytyy sopiva ehkäisy. Ehkäisyä on käytettävä aina ensimmäisestä yhdynnästä alkaen.

Kondomi

Kondomi on koko yhdynnän ajan käytettynä hyvä ensisijainen ehkäisymenetelmä. Kondomi ehkäisee raskauden ja ainoana ehkäisymenetelmästä seksitaudit. Tuplaehkäisyä eli kondomia yhdessä hormonaalisen ehkäisyn kanssa suositellaan käytettäväksi, kunnes suhde on vakiintunut ja seksitautien mahdollisuus on poissuljettu.

Hormonaalinen ehkäisy

Ehkäisyssä on lukuisia vaihtoehtoja. Yhdistelmähormoniehkäisyvalmiste on yleensä nuoren, ehkäisyä aloittavan naisen ensisijainen vaihtoehto. Yhdistelmäehkäisyssä eli e-pillereissä, ehkäisyrenkaassa ja laastarissa on estrogeenia ja keltarauhashormonia.

Pelkkää keltarauhashormonia sisältäviä valmisteita ovat minipillerit, olkavarteen asetettava ehkäisykapseli ja kohdunsisäinen hormonikierukka. Ehkäisyteho perustuu lähinnä keltarauhashormoniin, joka estää ovulaation eli munasolun irtoamisen munasarjoista. Lisäksi kohdunkaulan lima muuttuu sitkeäksi ja siittiöille hankalaksi läpäistä. Estrogeenin avulla saadaan kuukautiskierto pysymään säännöllisenä.

Ehkäisymenetelmänä voi olla myös hormoniton kuparikierukka. Kierukka voidaan asettaa myös synnyttämättömille naisille.

Hyvä muistaa

Kannattaa muistaa, että ehkäisyä ei ole keskeytetty yhdyntä eikä spermisidien käyttö yksinään. "Varmoja päiviä" raskauden ehkäisyyn ei ole, sillä munasolun irtoaminen voi tapahtua epäsäännöllisessä rytmissä. Jälkiehkäisy on tarkoitettu tilapäiseen käyttöön eikä sitä tule käyttää tavanomaisen ehkäisymenetelmän korvikkeena.