

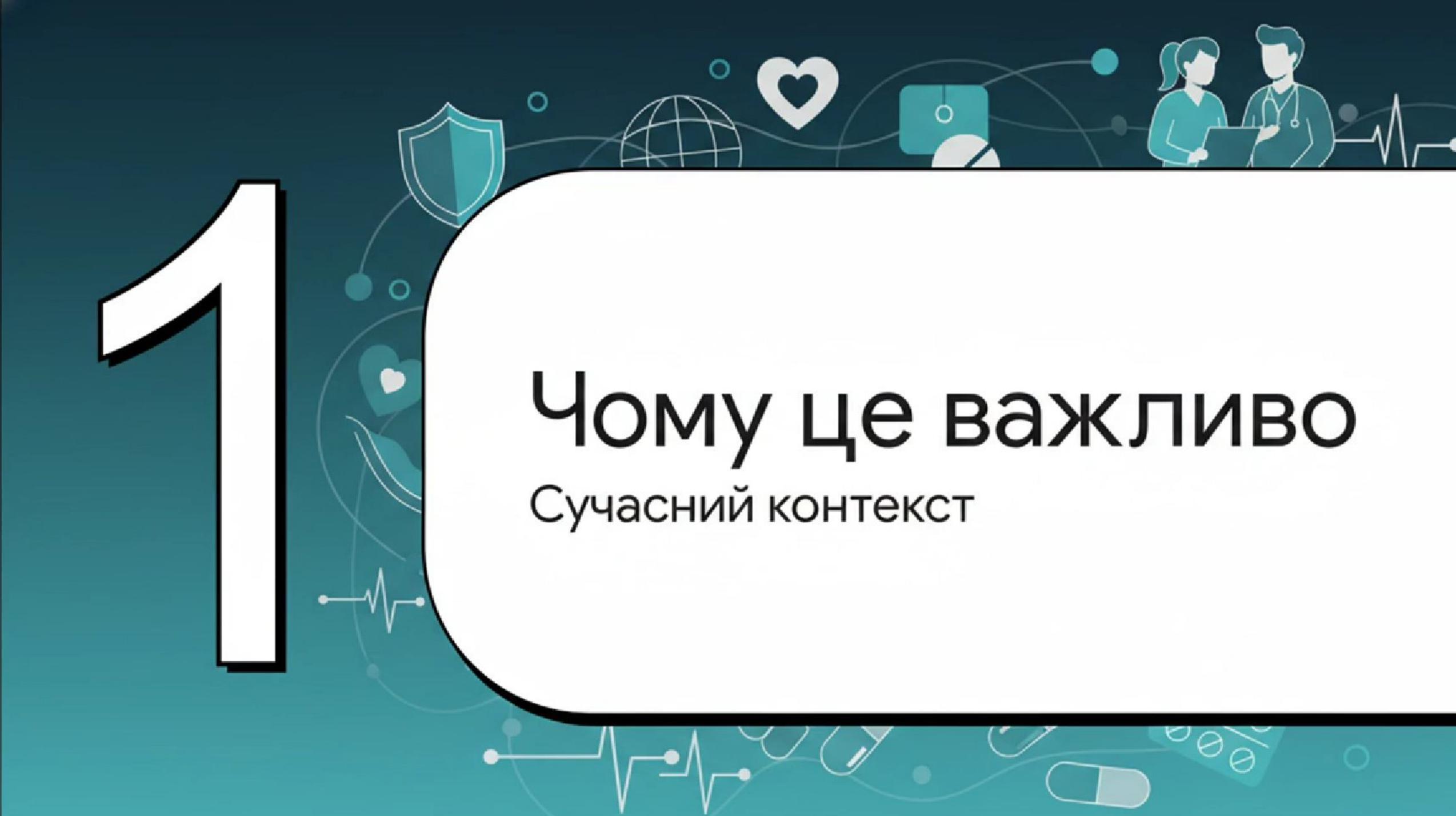
Контрацепція для підлітків





10%



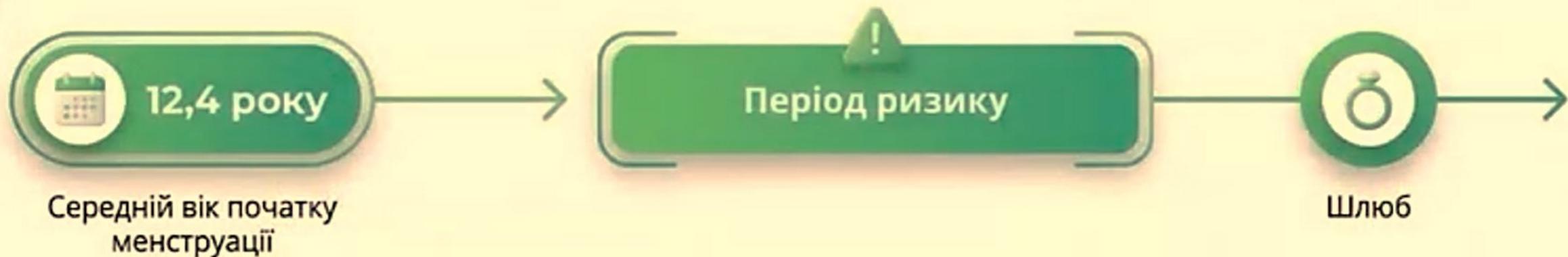


1

Чому це важливо

Сучасний контекст

СВІТ ЗМІНЮЄТЬСЯ: Статева активність



- **Тенденція:**
- Зростання статевої активності підлітків у всьому світі.



- **Акселерація:**
- Статеве дозрівання починається раніше (11–15 років).



- **Парадокс:**
- Розрив між фізичною зрілістю та соціальною самостійністю.



- **Результат:**
- Збільшення кількості ранніх статевих зв'язків.

Реальність та Ризики



75%

дівчат 14–17 років
незаміжні на момент
народження дитини.



Група ризику: 14–17 років.

50 млн

абортів щороку
у світі.



10%

абортів припадають
на вік 15–19 років.

Вагітність у підлітків переважно непланована. Запобігання — головне завдання.



Варіант №1

Бар'єрний захист

Презервативи

Метод, що створює фізичний бар'єр для запобігання вагітності та інфекцій (ІППП).



Презервативи: Твій подвійний захист



- **Найпоширеніший** та найдоступніший метод.



- **Головна перевага:** Єдиний засіб, що захищає від двох загроз:
 1. Небажаної вагітності.
 2. Інфекцій, що передаються статевим шляхом (ІППП).



- **Доступність:** Легко купити, рецепт не потрібен.

Презервативи: На що звернути увагу



Ризик розриву: Можливий при пошкодженні або неправильному вдяганні.



Відчуття: Можуть дещо змінювати чутливість.



Порада: Потребують практики. Перевіряйте термін придатності!





Варіант №2

Гормональні методи

Типи гормональних методів

Пігулки



Пластирі



Ин'єкції



Гормони: Переваги та Недоліки

Плюси +



Дуже висока ефективність.

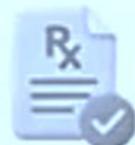


Регулюють менструальний цикл.



Зменшують менструальні болі.

Мінуси -



Тільки за рецептом лікаря.



Вимагають суворої дисципліни.



Можливі побічні ефекти (нудота, настрій).



НЕ захищають від інфекцій (ІППП)!



Варіант №3

Довготривалі системи

Внутрішньоматкові системи

-   Неблизький пристрій, що вводиться в матку і забезпечує захист на кілька років.



Внутрішньоматкові системи (ВМК)



Принцип

Невеликий пристрій, що вводиться лікарем у матку.



Перевага

Тривалий захист (діє кілька років) — «поставив і забув».



Важливо знати

- Потребує медичної процедури встановлення.
- Можливий дискомфорт на початку.
- Не захищає від ІППП.

Природні методи: Обережно!



Що це:

Календарний метод, переривання акту, вимірювання температури.



Чому це приваблює:

Безкоштовно та натурально.



Реальність:

Низька ефективність.



Ризик для підлітків:

Цикл у цьому віці часто нестабільний, тому помилитися дуже легко.

5



Твій вибір
Твоя відповідальність



Порівняння методів: Що обрати?

Метод

Захист від ІППП

Потрібен лікар

Надійність



Презерватив



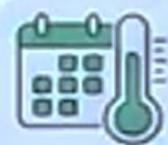
Середня



Гормони / ВМК



Дуже Висока



Природні



Низька

Міфи та Правда



МІФ

Перший раз завагітніти неможливо.

ПРАВДА

Вагітність можлива з першої овуляції!



МІФ

Гормони — це завжди набір ваги.

ПРАВДА

Сучасні ліки мають мінімальні дози.



МІФ

Якщо помитися одразу після, нічого не буде.

ПРАВДА

Це не працює. Сперматозоїди занадто швидкі.



Отже, який метод



найкращий?



“ Найкращий метод
контрацепції — той,
який **підходить** саме
тобі.



Наступні кроки

Крок 1: Освіта

Дізнайся більше з надійних джерел.

Крок 2: Самоаналіз

Оціни свої потреби та спосіб життя.

Крок 3: Лікар

Проконсультуйся з фахівцем для вибору.

Твоє майбутнє — у твоїх руках



Запобігання небажаних вагітності —
це турбота про власне майбутнє.

Обирай безпеку. Навчайся.
Консультуйся.



Живіть щасливо і дорослішайте здоровими!

Свідомий вибір щодо
здоров'я сьогодні допомагає
будувати **щасливе** та
здорове майбутнє.