

HAPLARIN ÖZELLİKLERİ

- Uzun süre kullanıldığında rahim ve yumurtalık kanserine karşı koruyucudur.
- Adet öncesi oluşan gerginlik ve ağrıyı azaltır.
- Kansızlığa karşı koruyucudur.
- Başlangıçta bazı kadınlarda bulantı, kilo artışı, adet düzensizlikleri görülebilir.
- Bırakıldığında tekrar gebe kalınır.
- Cinsel ilişki ile ilgili değildir, sevişmeyi bölmez.
- Kadının kendi başına kullanabileceği, istediğinde bırakabileceği bir yöntemdir.
- Aile planlaması kliniklerinden ya da eczaneden alabilirsiniz.

KONTROLE GELMEK GEREKİR Mİ?

Başlangıçta olabilecek sorunlarınızın cevaplanabilmesi için ilk üç ay içinde en yakın ilgili sağlık kuruluşuna kontrole gelin. Sonraları üç ya da altı ay gibi seyrek aralıklarla gelin, ağırlığınız, kan basıncınız ölçülsün.



KORUNMA YÖNTEMLERİ

KORUYUCU HAPLAR

DEPO PROVERA
Koruyucu iğne

RAHİM İÇİ ARAÇ
RIA

VAZEKTOMİ
Erkeklerde kanalların bağlanması

PREZERVATİF
Kılıf

TÜP LİGASYONU

Kadında tüplerin bağlanması

Her koruma yöntemi için detaylı bilgi içeren broşürlerimizi isteyiniz
BİZİ HER ZAMAN ARAYABİLİRSİNİZ



KENDİNİZE UYGUN BİR YÖNTEM MUTLAKA VARDIR

İSTANBUL TIP FAKÜLTESİ KADIN VE ÇOCUK SAĞLIĞI EĞİTİM VE ARAŞTIRMA BİRİMİ

34390 ÇAPA/İSTANBUL
Tel: (0212) 533 12 04 – 631 98 31
Fax: (0212) 631 17 10

Petrol-İş Sendikası'nın katkılarıyla çoğaltılmıştır.



Türkiye Petrol Kimya Lastik İşçileri Sendikası
Altunizade Mah. Kuşbakışı Cad. No: 25 81180 Üsküdar-İSTANBUL
Tel: (0216) 474 98 70 pbx
Faks: (0216) 474 98 67 - 474 92 38

GEBELİKTE KORUNMAK KENDİ ELİNİZDE

KORUYUCU HAPLAR

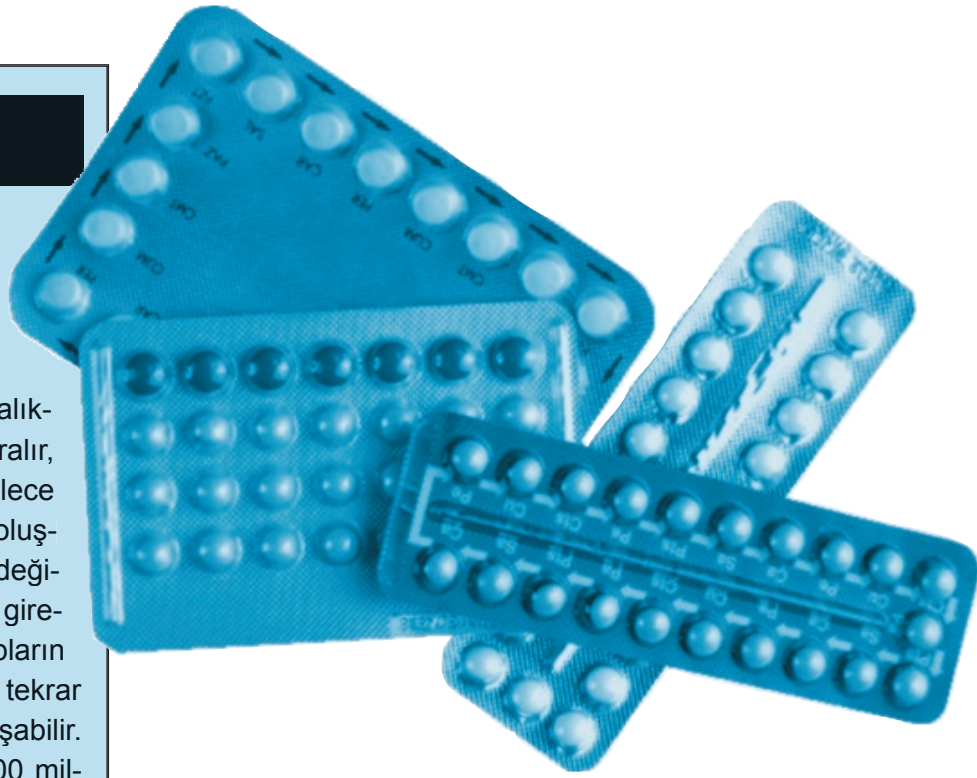
Hakkında en çok araştırma yapılmış,
en çok bilinen korunma yöntemi



HAPLARI TANIYALIM

Hapların içinde kadın vücudunda yumurtalıklardan yapılan ve üreme işini yöneten iki hormonun benzerleri vardır. Dışarıdan verilen bu haplar kullanıldıkları sürece yumurtalıklardan hormon yapma görevini devralır, yumurtalıklar istirahate çekilir ve böylece yumurta yapmazlar. Bu da gebeliğin oluşmasını önler. Ayrıca rahim ucunda değişiklikler yapar, erkek tohumları içeri giremez, rahim içine yuvarlanamaz. Hapların alınmasına son verilince yumurtalıklar tekrar çalışmaya başlar ve gebelik oluşabilir. Koruyucu haplar, bugün dünyada 100 milyondan fazla kadın tarafından kullanılıyor. Otuz beş yıldır kullanıldıkları için sürekli olarak geliştirilmiş ve istenmeyen etkileri azaltılmış ya da yok edilmiştir.

Haplar çok çeşitlidir. Her kadının vücudu değişik haplara farklı tepkiler gösterebilir. Bu yüzden bir çeşit hap kullanırken bazı sorunlarınız olduysa bir başkasında bunları yaşamayabilirsiniz. Bir hapla mutlu olamamışsanız, bir başkasını kullanınca beğenebilirsiniz.



NE ZAMAN KULLANMALIYIM?

Hapların o ay etkili olabilmesi için tercihen adet başlangıcında, en geç ilk beş gün içinde kullanılmaya başlanması gerekir. Her gün, ilişki olsun olmasın bir hap içilmelidir. Üç hafta hormonlu haplar kullanılır, bir hafta ara verilir. Ara süresi bitince yeni bir kutuya başlanır. Ara günlerin sayımını kolaylaştırmak için yedi tane farklı renkli, hormon olmayan hap eklenmiş kutular da vardır. Ara günlerde bu renkli haplar kullanılır. Bu öneriye uymak gerekir. Emzirme döneminde kullanılan haplar farklıdır. Bunların içinde tek bir hormon vardır. Bu haplar hiç ara verilmeden her gün aynı saatlerde sürekli olarak kullanılır.

DİKKAT !

- Hap kullanmadan önce karaciğer, kalp ve damar hastalığınız olmadığından emin olun.
- Sigara içiyorsanız sigarayı bırakmanız sağlığınız için daha yararlıdır. Yaşınız 35'den fazla ve aynı zamanda sigara içiyorsanız başka bir yöntemle korunun ya da sigarayı bırakın.
- Hap kullanmadan önce kan basıncınızı ve ağırlığınızı ölçtürün. Tansiyonunuz yüksekse hap kullanırken daha da artabilir. Tansiyonu tedavi ile kontrol altına alınmış olan kadınlar, kontrollerine gelmek kaydıyla hap kullanabilirler.
- Hap kullanırken ani ve şiddetli bacak ağrısı, şiddetli baş ağrısı, karın ağrısı ve bulanık görme olursa kontrol için doktora başvurun.
- Düzenli kullanılmazlarsa koruyucu değildirler. Unutmadan kullanın. Bir gün unutursanız ertesi gün hatırlayınca unuttuğunuz hapı derhal için. O günün hapını da vaktinde alın. İki gün unutursanız 12 saat ara ile üçer tane için ve ilgili sağlık kuruluşunu arayın. Daha fazla sayıda hapı unutursanız yine zaman geçirmeden ilgili sağlık kuruluşunu arayın.
- İlk zamanlarda adet düzensizlikleri olabilir. Endişelenmeyin ve hap kullanmayı sürdürün. Üç haftadan uzun süre adet gecikmeniz olursa kontrol için başvurun.

BAŞARISIZLIK

Çok yönlü etkileriyle en etkili koruma yöntemlerindedir. Hapları her gün düzenli kullanan 300 kadından yalnızca biri bir yıl içinde gebe olabilir. Düzenli kullanılmazsa koruyuculuk azalır.