



КАЖДЫЙ РЕБЕНОК ДОЛЖЕН БЫТЬ желанным,  
А БЕРЕМЕННОСТЬ – ЗАПЛАНИРОВАННОЙ

## МЕТОДЫ КОНТРАЦЕПЦИИ

### ЭФФЕКТИВНЫЕ ДЛЯ МОЛОДЕЖИ

#### ВОЗДЕРЖАНИЕ

ВРЕМЕННОЕ ИЛИ ДЛЯТЕЛЬНОЕ

**100% — ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

- + - НЕ ТРЕБУЕТ ЗАТРАТ
- + - НЕ ТРЕБУЕТ ПОМОЩИ ВРАЧА
- + - ПОДДЕРЖИВАЕТСЯ ВСЕМИ КОНФЕССИЯМИ
- - НЕОБХОДИМОСТЬ ОГРАНИЧИВАТЬ СЕБЯ

#### ГОРМОНАЛЬНАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ

**99,9% — ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

- + - ХОРОШАЯ ПЕРЕНОСИМОСТЬ
- + - ПРОСТОТА ПРИМЕНЕНИЯ
- + - РЕГУЛЯЦИЯ МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА
- + - БЫСТРОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ СПОСОБНОСТИ К ЗАЧАТИЮ ПОСЛЕ ПРЕКРАЩЕНИЯ ПРИЕМА
- + - БЕЗОПАСНОСТЬ ДЛЯ БОЛЬШИНСТВА ЗДОРОВЫХ ЖЕНЩИН
- УМЕНЬШЕНИЕ БОЛИ ПРИ МЕНСТРУАЦИИ
- УЛУЧШЕНИЕ СОСТОЯНИЯ КОЖИ
- ЕЖЕДНЕВНЫЙ ПРИЕМ ПРЕПАРАТА
- ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ
- ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, ТОШНОТА, УВЕЛИЧЕНИЕ МАССЫ ТЕЛА
- НЕ ЗАЩИЩАЕТ ОТ ВИЧ И ИПП

#### ПРЕЗЕРВАТИВ

**85-99% — ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

- + - ЗАЩИТА ОТ ИНФЕКЦИЙ, ПЕРЕДАВАЕМЫХ ПОЛОВЫМ ПУТЕМ И ВИЧ
- + - ПРОСТОТА ПРИМЕНЕНИЯ
- + - ПРОДАЕТСЯ БЕЗ РЕЦЕПТА
- + - ОТНОСИТЕЛЬНО НИЗКАЯ СТОИМОСТЬ
- - ВЕРОЯТНОСТЬ РАЗРЫВА И «СПОЛЗАНИЯ» ПРЕЗЕРВАТИВА
- - ВОЗМОЖНОСТЬ ПОЯВЛЕНИЯ МЕСТНОЙ АЛЛЕРГИЧЕСКОЙ РЕАКЦИИ
- - ВАЖНО ПРАВИЛЬНО ХРАНИТЬ И ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРЕЗЕРВАТИВЫ
- - НУЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ПРИ КАЖДОМ ПОЛОВОМ КОНТАКТЕ

#### СПЕРМИЦИДЫ

**85% — ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

- + - МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ В ЛЮБОЙ ПЕРИОД ЖИЗНИ ЖЕНЩИНЫ
- + - МОЖНО ПРИМЕНЯТЬ В ТЕЧЕНИЕ ДЛЯТЕЛЬНОГО ВРЕМЕНИ И СОЧЕТАТЬ С ДРУГИМИ ВИДАМИ КОНТРАЦЕПЦИИ
- - НЕОБХОДИМОСТЬ СОБЛЮДЕНИЯ 10-15 МИНУТНОГО ИНТЕРВАЛА ПЕРЕД КАЖДЫМ ПОЛОВЫМ АКТОМ

### НЕ ПОДХОДЯТ МОЛОДЕЖИ

#### СПИРАЛЬ

**99,2% — ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

- + - ВВОДИТСЯ ОДНОКРАТНО НА ДЛЯТЕЛЬНЫЙ СРОК
- + - НЕ ВЛИЯЕТ НА ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ
- - ДОЛЖНА УСТАНАВЛИВАТЬСЯ ВРАЧОМ ПОСЛЕ ОПРЕДЕЛЕННОГО ОБСЛЕДОВАНИЯ
- - ПОВЫШАЕТ ОПАСНОСТЬ ЗАНЕСЕНИЯ ИНФЕКЦИИ, НАСТУПЛЕНИЯ ВНЕМАТОЧНОЙ БЕРЕМЕННОСТИ
- - ВОЗМОЖНЫ БОЛИ ВНИЗУ ЖИВОТА, ОСОБЕННО В ТЕЧЕНИЕ ПЕРВОГО ГОДА
- - ОГРАНИЧЕННАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ У МОЛОДЫХ НЕРОЖАВШИХ ЖЕНЩИН
- - НЕ ЗАЩИЩАЕТ ОТ ВИЧ И ИПП

#### СТЕРИЛИЗАЦИЯ

**99,5% — ЭФФЕКТИВНОСТЬ**

- + - ДОЛГОСРОЧНОСТЬ
- - НЕОБРАТИМОСТЬ ПРОЦЕССА
- - ОСЛОЖНЕНИЯ, СВЯЗАННЫЕ С САМОЙ ОПЕРАЦИЕЙ
- - НЕ ЗАЩИЩАЕТ ОТ ВИЧ И ИПП

### ОПАСНЫЙ МЕТОД

#### СРОЧНАЯ КОНТРАЦЕПЦИЯ

- + - ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ МЕДИЦИНСКОГО АБОРТА
- - ВОЗМОЖНОСТЬ МАТОЧНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ
- - ВОЗМОЖНОСТЬ ВОЗНИКНОВЕНИЯ БЕСПЛОДИЯ
- - НЕЛЬЗЯ ИСПОЛЬЗОВАТЬ РЕГУЛЯРНО
- - НЕ ЗАЩИЩАЕТ ОТ ВИЧ И ИПП

### НЕЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ

#### ПРЕРВАННЫЙ ПОЛОВОЙ АКТ

КРАЙНЕ НИЗКАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ, Т.К. СПЕРМАТОЗОИДЫ СОДЕРЖАТСЯ В СМАЗКЕ

#### КАЛЕНДАРНЫЙ МЕТОД

НЕЭФФЕКТИВЕН, Т.К. У МОЛОДЫХ ДЕВУШЕК МЕСЯЧНЫЙ ЦИКЛ, КАК ПРАВИЛО, НЕСТАБИЛЕН И ЛЕГКО НАРУШАЕТСЯ

**СПЕЦИАЛИСТ ПОМОЖЕТ ВЫБРАТЬ МЕТОД КОНТРАЦЕПЦИИ, КОТОРЫЙ ПОДХОДИТ ИМЕННО ВАМ, УЧИТЫВАЯ ВАШЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ И УСЛОВИЯ ЖИЗНИ**

ЧТОБЫ ОСТАНОВИТЬ ДЕМОГРАФИЧЕСКИЙ КРИЗИС В РОССИИ,  
КАЖДАЯ ПАРА ДОЛЖНА РОДИТЬ И ВОСПИТАТЬ 3-4 РЕБЕНКА

В ЭТИХ УСЛОВИЯХ РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ МОЛОДЕЖИ —  
ЗАЛОГ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИИ



**АБОРТ – ЭТО НЕ МЕТОД КОНТРАЦЕПЦИИ!**

AHF AIDS HEALTHCARE FOUNDATION

dance 4 life