

»Ertesi gün spirali«

»Ertesi gün spirali« nedir?

»Ertesi gün spirali« başka zamanlarda da uzun süreli korunma için kullanılan normal bakır spiraldir. Bir kadın-doğum doktoru bu spirali rahme yerleştirir. Zamanında doktorunuzla konuşarak özellikle de henüz çocuk doğurmuş iseniz bu yöntemin sizin için uygun bir yöntem olup olmadığını sorunuz.

»Ertesi gün spirali« ne zaman yerleştirilebilir?

Hamile kalmayı önlemek için korunmasız cinsel ilişkiden sonraki beş gün içerisinde spirali taktırmanız gerekmektedir. Hamilelik gerçekleşmiş ise, karın alt bölgesindeki iltihaplanmalarda ve rahimdeki yapısal bozukluklarda spiral kullanılamaz.

»Ertesi gün spirali« nasıl etki eder?

Spiralin içerisindeki bakır, rahim içerisindeki ve yumurta kanallarındaki ortama etki etmektedir. Bu değişiklikler spermelerin hareket kabiliyetini bozmaktadır. »Ertesi gün spirali« döllenen yumurta hücrelerinin rahme yerleşmesini de önleyebilmektedir.

Hangi yan etkilerle karşılaşabilirsiniz?

Spiralin yerleştirilmesi esnasında veya hemen sonrasında bazı kadınlarda kramp şeklinde ağrılar ortaya çıkmaktadır. Başlangıç döneminde hafif kanama görülebilir. Spiral yerleştirildikten sonraki aylık kanamalar çoğunlukla daha yoğun ve uzun devam eder ve karın alt bölgesindeki ağrılar daha da artabilir.

»Ertesi gün spirali« ne denli güvenlidir?

Bir hamileliği önlemede yaklaşık % 99'luk bir güvenlik sağlamaktadır.

»Ertesi gün spirali« nereden temin edilebilir ve fiyatı nedir?

Spiral kadın-doğum uzmanı bir doktor tarafından tavsiye edilir ve rahme yerleştirilir. Fiyatı yaklaşık 130 ila 180 Euro civarındadır. Kanuni hastalık sigortası kurumları 20 yaşına kadar kadınların masraflarını karşılamaktadır.

Sizin haklarınız bizim için önemlidir

Pro familia'ya geldiğinizde, geniş kapsamlı bilgi ve danışmanlık alma hakkına sahip olacaksınız. Sizi bize yönelten şey her ne olursa olsun burada ciddiye alınır ve saygı görürsünüz. Başvurunuzu gizli tutarak kişisel bilgilerinizin her zaman korunması için çaba gösteririz. Burada sizi, şahısınla ilgili bilgileri gizli tutmakla yükümlü olan ve kimliğinizi açıklamak istemerseniz dahi danışmanlık hizmeti verecek tecrübeli uzmanlar karşılar.

Pro familia'ya geldiğinizde kendi fikrinizi öne sürme ve karar verme hakkına sahipsiniz. Verdiğimiz hizmetlerde size her türlü önyargıdan uzak, yararlı bilgiler sunmayı amaçlıyoruz; böylece ne yapmanız gerektiğiyle ilgili kararı kendinizin vermesini sağlıyoruz (örn. hamilelikten korunma yöntemlerinden hangisinin sizin için uygun olduğu ve bununla ilgili diğer hizmetlerimizden yararlanmak isteyip istemediğinizi).

Pro familia'ya istediğiniz zaman gelebilirsiniz. Danışmanlık hizmetinden yararlanmaya devam etme hakkınız vardır ve istediğiniz takdirde size daha uzun süre rehberlik yaparız. Size daha fazla yardımcı olamadığımız durumlarda sizi, probleminizle ilgili konularda uzmanlaşmış kuruluşlara yönlendiririz. Size, o kuruluşlara giden yolda destek oluruz.

Tabii ki biz de her şeyi bilemeyiz. Zayıf noktalarımızı ve hatalarımızı ancak bunları görmemiz halinde düzeltebiliriz. Bu nedenle eleştirel görüşlerinizi ifade etmenizi bekliyoruz. Bizimle açık konuşmanızı tercih ederiz: Eleştiri yapma hakkınız bize yardımcı olacaktır.

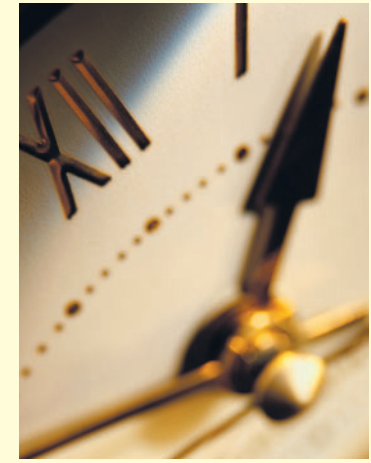
Danışmanlığımız size faydalı olmalıdır

Size danışmanlık yapabilmemiz kapsamlı bilgileri size anlaşılır bir şekilde aktarabilmemize bağlıdır. Bunun böyle olup olmadığını lütfen kontrol ediniz. Şimdi bir karar verebiliyor musunuz yoksa hala sorularınız mı var? Var ise, bizi tekrar telefonla aramaktan veya ziyaret etmekten çekinmeyiniz. Ayrıca partnerinizi istediğiniz zaman yanınızda getirebilirsiniz.

www.profamilia.de

Size en yakın danışmanlık merkezi

Stempel der Beratungsstelle



»Ertesi gün hapı« ve »Ertesi gün spirali«

Korunmasız cinsel ilişki
sonrası yardım

»Pille danach« und »Spirale danach«
Hilfe nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr

Türkische Ausgabe

pro familia
Deutsche Gesellschaft für Familienplanung,
Sexualpädagogik + Sexualberatung e.V.

Korunmasız cinsel ilişki sonrası yardım

Başınıza böyle bir şey geldiğinde yapabilecekleriniz
Mutlak güvenli ve ideal bir korunma yöntemi yoktur. Bu nedenle »Korunma kazaları« her an meydana gelebilir. Ancak korunmasız bir cinsel ilişki sonrası bile hamileliği önleyebilirsiniz. Bunun için, sonrası korunma (acil durum korunması olarak da adlandırılır) olarak iki yöntem söz konusu olmaktadır: »Ertesi gün hapı« veya »Ertesi gün spirali«.

»Ertesi gün hapı«

»Ertesi gün hapı« nı, cinsel ilişkiyi takip eden en fazla 72 saat içerisinde almalısınız. Bunun için en güvenli yol, tableti almaya 24 saat içerisinde başlamanızdır.

»Ertesi gün spirali«

Spiral, cinsel ilişkiyi takip eden 5 gün içerisinde yerleştirilebilir.

Aşağıdaki nedenlerden dolayı hamile kalmaktan korkuyor iseniz, »Ertesi gün hapı« veya »Ertesi gün spirali« kullanabilirsiniz:

- Kondom kaymış veya yırtılmış ise,
- Diyafram yanlış uygulanmış veya kaymış ise,
- Doğum kontrol hapının alınması unutulmuş ise,
- Şiddetli kusma veya ishal nedeni ile doğum kontrol hapının etkisinin azaldığına dair kuşku varsa,
- Başka ilaçların alınması nedeniyle doğum kontrol hapının etkisiz kalır ise,
- Hiç bir korunma yöntemi uygulanmamış ise,
- Cinsel ilişkiye zorlanılmış ise.

Yeterli korunma olmaksızın gerçekleşen bir cinsel ilişki sonrası – regl gününden tamamen bağımsız olarak – hamilelik riskini tamamen ortadan kaldırmak oldukça zordur. »Ertesi gün hapı« nın alınması ile çok az yan etki ve risk söz konusudur. Hiç bir şekilde hamile kalmak istemiyorsanız, kuşkunuzun olması halinde bu tabletleri almanız daha çok güvence sağlayacaktır.

»Ertesi gün hapı« ve »ertesı gün spirali«

cinsel yolla bulaşabilen hastalıklara karşı hiç bir koruma sağlamazlar. Yalnızca kondom bunlara karşı koruyucudur!

»Ertesi gün hapı«

»Ertesi gün hapı« nedir?

»Ertesi gün hapı« iki hormon tabletinden oluşmakta olup, cinsel ilişki sonrası hamilelikten korunmak amacı ile alınabilir. Her iki tablet de gestagen madde sınıfına ait levonorgestrel hormonunu içermektedir.

»Ertesi gün hapı« nı nasıl almalısınız?

Her iki tableti aynı anda veya on iki saate kadar uzanan bir zaman zarfında alabilirsiniz. Tableti muhakkak cinsel ilişkiyi takip eden 72 saat içerisinde almaya başlamalısınız. »Ertesi gün hapı« nı ne kadar erken alırsanız, etkisi o denli kesin olur. En güvenli olan ise 24 saat içerisinde almaya başlamanızdır. Aldıktan sonra ilk üç saat içerisinde kusma olması halinde »Ertesi gün hapı« nı en kısa zaman zarfında yeniden tedarik etmeli ve tekrar almalısınız.

»Ertesi gün hapı« nasıl tesir eder?

»Ertesi gün hapı« nın tam olarak etkisi bilinmemektedir. Bilinen birşey var ki, o da, ovülasyonu geciktirmesi ve hatta önlemesidir. Bunun yanı sıra muhtemelen yumurta hücrenin ve spermelerin yumurta kanalına taşınmasını etkilemekte ve yumurta hücreninin dölllenmesini önlemektedir. Eğer dölllenmiş bir yumurta hücresi rahim zarına yerleşmişse »Ertesi gün hapı« artık etkisiz kalır.

»Ertesi gün hapı« ile mevcut bir hamileliğe müdahale edilemez. Bir hamilelik bu hapla sonlandırılmaz.

»Ertesi gün hapı« ile uzun vadeli korunmak mümkün mü?

»Ertesi gün hapı« nın, düzenli ve uzun vadeli korunmak amacı ile kullanılması önerilmemektedir. Bununla ilgili aşağıdaki gerekçeler ileri sürülmektedir:

- Esas itibari ile diğer korunma maddelerinin güvenliği daha yüksektir.
- »Ertesi gün hapı« diğer korunma maddelerinden daha pahalıdır.
- Uzun süreli kullanılan korunma maddeleri bünye tarafından daha iyi tolere edilmektedir.

Yine de »Ertesi gün hapı« nı üst üste, örneğin birbirini takip eden iki ay içinde almanız gerektiğinde, bu durum tıbbi açıdan herhangi bir sakınca yaratmaz.

»Ertesi gün hapı« ne kadar güvenlidir?

»Ertesi gün hapı« ne kadar erken alınırsa daha o kadar güven sağlar. Hap cinsel ilişkiden sonraki ilk 24 saat içerisinde alındığında genel olarak olağan on hamilelikten dokuzu önlenilebilir. Hap 48 ile 72 saat içinde yani üçüncü günde alınır ise genel olarak ancak olağan on hamilelikten altısı önlenilebilir.

Regl kanamanızın bir haftadan fazla gecikmesi durumunda bir hamilelik testi yapmalısınız.

»Ertesi gün hapı« nın yan etkileri var mı?

Her dört kadından biri tableti aldıktan sonra zaman zaman kusmaya kadar varan geçici mide bulantısından şikayet etmektedir. Nadiren baş ağrısı, baş dönmesi, göğüste gerginlik veya yorgunluk görülmektedir. Bir sonraki regl dönemi normalden biraz daha erken veya geç gelebilir. Sağlıkla ilgili ağır riskler bilinmemektedir.

Ve tableti aldıktan sonra?

»Ertesi gün hapı« nı, aldıktan sonra tekrar cinsel ilişkiye girdiğinizde bu hap sizi hamileliğe karşı korumaz. Bu nedenle devam eden cinsel ilişkilerinizde ek korunma araçları (örn. kondom) kullanmalısınız. Doğum kontrol hapıyla korunan kadınlar bile, haplar tekrar güvenli bir şekilde tesir edene kadar ek korunma yöntemlerini uygulamalıdır. Bu süre doğum kontrol hapının preparatına göre farklı olabilir.

»Ertesi gün hapı« nereden temin edilebilir?

»Ertesi gün hapı« Almanya'da reçeteye tabidir* ve yalnızca eczanelerden temin edilebilir. Bu hapı almak için doktorun reçete yazması yeterlidir. Hafta sonları, tatil günleri veya geceleri acil servislere veya hastanelerin kadın-doğum bölümlerine başvurabilirsiniz. 18 yaşından büyük iseniz, 10 Euro'luk muayenehane ücretini yanınızda bulundurmanızı tavsiye ederiz.

Tableti almak için bir jinekolojik muayeneden geçmek gerekmemektedir.

Fiyatı ne kadar?

Fiyatları 16 ila 18 Euro arasında değişen, içeriği aynı olan iki preparat vardır. Kanuni hastalık sigortası kurumları, 20 yaşına kadar kadınların masraflarını karşılamaktadır. 18 ila 20 yaş arası kadınlar 5 Euro'luk bir reçete ücreti ödemek zorundadır.

* Örneğin Fransa veya İsviçre gibi diğer Avrupa ülkelerinde »Ertesi gün hapı« reçetesiz alınabilmektedir.