

Prævention

Kondom :

Er et aflangt hylster af meget tyndt gummi. Det findes i forskellige former og størrelser. Kondomet kan bruges af alle drenge og mænd. Når kondomet bruges rigtigt ved hvert samleje, er der op til 97 % sikkerhed for, at pigen/kvinden ikke bliver gravid.

P-piller :

Er tabletter, der indeholder to hormoner (østrogen og gestagen). P-piller forhindrer ægløsning og påvirker slimhinden i livmoderen, så den er uegnet til graviditet. Slimen i livmoderhalsen påvirkes også, så sædcellerne har svært ved at trænge op. P-pillerne skal oftest tages i 21 dage, efterfulgt af syv dages blødningspause.

Når du tager p-piller helt regelmæssigt, er der næsten 100 % sikkerhed for, at du ikke bliver gravid.

Virker med det samme når du tager dem fra 1. menstruationsdag.

P-piller er bedst egnede til kvinder under 35 år.

P-piller kan give lette bivirkninger de første måneder, som f.eks brystspænding, hovedpine, pletblødning og humørsvingninger.

Der henvises til dokument 21 vedrørende blodproprisiko vedr. p-piller/minipiller.

Minipiller :

Er tabletter, der kun indeholder ét hormon (gestagen). Minipillen skal tages hver dag på samme tidspunkt. Minipillen påvirker slimen i livmoderhalsen, og hos mange kvinder også slimhinden i livmoderen på samme måde som p-pillen.

Minipillen er velegnet til kvinder mellem 30 og 45 år.

Når minipillen tages regelmæssigt og på samme tidspunkt hver dag, er der ca. 98% sikkerhed for, at du ikke bliver gravid.

Minipiller findes også i en højdosis udgave, som virker næsten som p-piller, idet ægløsningen forhindres.

Disse minipiller skal, som p-pillen, tages hver dag, og hvis alle piller huskes, er sikkerheden næsten 100 %. Hvis man glemte en pille, skal den tages indenfor 12 timer.

Minipiller indeholder ikke hormonet østrogen, og din krop påvirkes derfor i mindre grad af hormoner end ved brug af p-piller.

P-stav :

Er en tynd stav, der har en længde på ca. 4 cm og en diameter på 2 mm. Staven indsættes lige under huden på indersiden af overarmen. P-staven virker i 3 år og indeholder kun ét hormon (gestagen) som forhindrer ægløsningen. Hormonet påvirker også slimen i livmoderhalsen, så sædcellerne ikke kan trænge ind i livmoderen. Med en p-stav er der næsten 100% sikkerhed for, at du ikke bliver gravid. P-staven virker straks efter indsættelsen, hvis dette er inden for fem dage efter menstruationens start.

Spiral :

Er en lille plastgenstand der lægges op i livmoderen. Den virker så snart den er lagt op, og når den ligger korrekt, vil du ikke mærke til den. Spiralen findes i to forskellige udgaver : kobberspiral og hormonspiral.

Kobberspiralen:

Påvirker miljøet omkring livmoderhalsen, så sædcellerne bevæger sig dårligere. Spiralen påvirker også slimhinden i livmoderen, så et befrugtet æg ikke kan sætte sig fast. Med en kobberspiral er der ca. 98 % sikkerhed for, at du ikke bliver gravid.

Der findes en mindre kobberspiral der kan anvendes af kvinder, der ikke har været gravide.

Med en kobberspiral skal man regne med lidt kraftigere menstruationer og flere menstruationssmerter.

Der er endvidere en let øget risiko for at få underlivsbetændelse.

Spiralen kan glide ud, men det vil man oftest kunne mærke.

Hormonspiralen:

Afgiver langsomt et hormon (gestagen), der bl.a. påvirker slimmen i livmoderhalsen, og gør samtidig slimhinden i livmoderen uegnet til graviditet. Når du bruger hormonspiral, er der over 99 % sikkerhed for, at du ikke bliver gravid. Den beskytter dog ikke mod graviditet udenfor livmoderen.

Der er 3 typer hormonspiral. En Mirena, Kyleena og en Jaydess. Hvilken af hormonspiralerne, der skal anvendes, besluttet af patient og læge.

Hormonspiralen giver en svagere menstruation, og hos én ud af fem ophører menstruationerne helt.

Hormonspiralen kan som en kobberspiral glide ud, men det vil man som oftest kunne mærke.

Jaydessspiralen virker i 3 år og Mirenaspiralen samt Kyleenaspiralen virker i 5 år.

Det er bedst at få spiralen lagt op lige efter en menstruation.

Ved en underlivsundersøgelse lægger lægen spiral op i livmoderen med et tyndt plasticrør. Det er en god ide at tage lidt smertestillende før indgrebet. Det er også muligt at give lidt lokalbedøvelse.

Det er vigtigt, at du forud for spiraloplæggelsen er podet for klamydia.

Pessar :

Pessar er en gummihætte med en blød, fjedrende ring i kanten. Pessar skal altid bruges sammen med sæddræbende creme.

Pessaret sættes op i skeden og lukker foran livmodermunden, så sædcellerne ikke kan trænge op i livmoderen.

Pessar kan bruges af næsten alle kvinder, og er en nem metode.

Pessaret og sæddræbende gel skal bruges ved hvert samleje, og pessaret skal efterfølgende blive siddende i minimum 6 timer.

Vi anbefaler Cayapessaret, som er et forholdsvis nyt design og som er nemt at anvende. Det er en onesize model, dvs. at der ikke forinden skal tages mål.

Pessaret anvendes med sæddræbende gel (Cayagel). Pessar og gel kan købes på apoteket og diverse netbutikker til 350 - 400 kr.

Der findes naturligvis andre præventionsmetoder der blot ikke er nævnt her. Du kan på klinikken få yderlig individuel information og vejledning.

Vi har også skriftlig information i form af pjecer.