



The Royal Women's Hospital Women's Health Information

2. Doğum Kontrol Yöntemi: Prezervatif ve Diyafram

2. Doğum Kontrol Yöntemi: Prezervatif ve Diyafram (2. Contraception: Condoms & Diaphragms)

Neden doğum kontrolü uygulanmalıdır?

İstenmeyen hamilelikten ve cinsel yolla geçen enfeksiyonlardan korunmak istemeniz durumunda doğum kontrolü uygulamanız gerekir.

Kadının yumurtalıkları her ay bir yumurta hücresi üretir. Erkek cinsel ilişki sırasında boşaldığında menisi milyonlarca sperm içermektedir. Bu spermelerden yalnızca bir tanesi yumurta hücresini döller ve hamilelik süreci başlar. Bir çiftin cinsel ilişkide bulunması (penisin döllyoluna girmesi) ve koruyucu önlem almaması durumunda, kadının hamile kalma olasılığı çok yüksektir. Doğum kontrolü uygulamanız, istenmeyen hamilelikleri önleyerek cinsel ilişkide bulunmanıza olanak sağlar.

Prezervatif kullanma her zaman iyi bir fikirdir

Avustralya'da her yıl 20 bini aşkın cinsel yolla geçen enfeksiyon vakaları görülmektedir. Bu hastalıklardan en yaygın olanlarından biri, tedavi edilmediği takdirde kısırlığa neden olabilen chlamydia enfeksiyonudur. Prezervatif enfeksiyonlara karşı en iyi koruyucudur. Cinsel ilişkide bulunduğunuz her zaman prezervatif ve su bazlı bir kayganlaştırıcı kullanmanız durumunda, HIV/AIDS ve cinsel yolla geçen diğer hastalıklara (STI'ler) yakalanma olasılığınız azalacaktır.

Prezervatif

Kadın Prezervatifi

Kadın prezervatifi vajina içini gevşek bir şekilde tümüyle kaplayan önceden kayganlaştırıcı hale getirilmiş olan bir kılıftır. Ucundaki yumuşak sabit olmayan bir halka prezervatifi yerinde durmasını sağlamasının yanısıra, vajinaya yerleştirilmesine de yardımcı olmaktadır. Büyük esnek halka vajina girişini saracak ve ek koruma sağlayacak şekilde vajinanın dışında kalmaktadır.

Kadın prezervatifi doğru olarak kullanıldığında çok etkilidir. Bu, cinsel ilişkide bulunduğunuz her zaman yeni bir prezervatif kullanmanız anlamına gelmektedir. Kadın prezervatifi poliüretan maddesinden yapılmakta ve kayganlaştırıcı olarak silikon kullanılmaktadır. Yağ bazlı kayganlaştırıcı kadın prezervatifi ile kullanılabilir. Prezervatifler yalnızca tek bir kullanım içindir. Kadın prezervatifi yerinden oynamasına neden olabileceğinden erkek prezervatifi ile birlikte kullanılamaz.

Yan etkileri

Poliüreten ya da kayganlaştırıcı allerjiniz olmadığı sürece hiçbir yan etkisi yoktur. Bu yan etkiler oldukça enderdir.

Avantajları

- Cinsel ilişkiden önce yerleştirilebilir ve cinsel ilişkiden hemen sonra çıkarılması gerekmez.
- Hamilelik ve cinsel yolla geçen enfeksiyon (STI'lar) riskini azaltır
- Edinmek için doktora gitmeye gerek yoktur.

Erkek Prezervatifi

Erkek prezervatifi ereksiyon halindeki (sertleşmiş) penise takılan ince lastik (latex) ya da poliüretenden yapılmış olan bir kılıftır. Boşalma sırasında spermleri toplayarak, vajinaya ve rahime girmelerini engeller.

Etki derecesi nedir?

Prezervatifler doğru kullanılmaları halinde doğum kontrolünde yüzde 85 oranında etkili olmaktadır. Doğum kontrol hapları, IUD (Rahim İçi Araç), Koruyucu iğne/DMPA (Depo Provera ya da Depo Ralovera) ya da Doğum Kontrol İmplantı kadar etkili değildir.

Cinsel ilişkide bulunduğunuz her zaman yeni bir prezervatif kullanmanız ve dikkatli ve doğru bir şekilde takıp çıkarmanız gerekir. Prezervatif kullandığınız her zaman yırtılma riskini azaltacağından KY Jelly ya da Wet Stuff gibi su bazlı bir kayganlaştırıcı kullanılması gerekir. Prezervatif yalnızca bir kez kullanmak içindir.

Yan etkileri

Sizin ya da eşinizin latex lastiğe ya da kayganlaştırıcıya allerjiniz olmadığı sürece hiçbir yan etkisi yoktur. Poliüreten prezervatiflere alerji oldukça ender görülmektedir.

Avantajları

- Hamilelik ve HIV/AIDS dahil, cinsel yolla geçen enfeksiyon (STI'lar) riskini azaltır.
- Edinmek için doktora gitmeye gerek yoktur.

Dezavantajları

Erkek prezervatiflerin yapıldığı madde bozulabilir bir malzemedir. Bu nedenle, serin bir yerde saklanmalı ve son kullanma tarihinden önce kullanılmalıdır. Petrolatum ya da masaj yağı gibi yağ bazlı kayganlaştırıcılar prezervatifin yırtılma riskini artırdığından latex lastik prezervatiflerle kullanılmamaları gerekir. Bu kayganlaştırıcılar poliüreten prezervatiflerle güvenli bir şekilde kullanılabilir.

Diyafram

Rahim boynunu (rahim ağzı) kapamak amacıyla vajinanın içine yerleştirilen yumuşak lastik bir başlıktır. Spermlerin rahime girmesini engeller.

Etki derecesi nedir

Diyaframın etkili olabilmesi için tam olarak uyması, doğru olarak yerleştirilmesi ve her cinsel ilişkide bulunulduğunda kullanılması gerekir. Diyaframın koruma etkisi prezervatifle aynıdır.

Avantajları

- Yalnızca cinsel ilişki sırasında kullanılması ve diğer zamanlarda vücudu etkilememesi
- Kadın, diyaframı adet kanamaları sırasında da kullanabilir
- Yıkayıp tekrar kullanıldığından, ömrü bir iki yıl sürer.

Dezavantajları

- Diyaframı cinsel ilişkiden önce yerleştirmeniz (24 saat önceden yerleştirilebilir) ve altı saat sonra çıkarmanız gerekir
- Bazı kadınlar diyaframı yerleştirmeyi zor bulabilir
- Az sayıda kadında lastik alerjisi vardır.

Ayrıntılı bilgi için başvurulacak yerler

RWH Kadın Sağlığı Bilgi Merkezi (Women's Health Information Centre/RWH)

(03) 9344 2007

1800 442 007 (ücretsiz arama) E-posta: whic@rwh.org.au

<http://wellwomens.rwh.org.au>

Kadın Hastanesi Seçenekler Kliniği (Choices Clinic at the Royal Women's Hospital)

Klinik tüm doğum kontrol yöntemleri ve cinsel sağlık konularında düşük ücretli bilgi, danışmanlık ve tedavi hizmetleri sunmaktadır.

Çalışma Saatleri: Pazartesi, Salı, Perşembe saat 08.30 - 11.30 arası.

Telefon: (03) 9344 2717

Yararlı bulabileceğiniz diğer RWH bilgi notları

Kadın Hastanesi (RWH) internette birçok dilde bir dizi bilgi notları yayımlamaktadır. Bu konuda ayrıntılı bilgi edinmek isterseniz, sağlık web sitemizi ziyaret edebilirsiniz. Adres: <http://wellwomens.rwh.org.au>

Ayrıca, Kadın Hastanesi'nde bakımınızdan sorumlu kişiden, doğum kontrol yöntemleriyle ilgili diğer bilgi notlarının basılı kopyalarını da isteyebilirsiniz. Aşağıdaki bilgi notlarını isteyiniz:

- No. 1 *Doğum Kontrolü - Seçenekleriniz*
- No. 3 *Doğum Kontrol Hapları*
- No: 4 *Depo Provera – Koruyucu iğne*
- No. 5 *Implanon – Doğum kontrol implantı*
- No. 6 *IUD (Rahim İçi Araç-Spiral)*

Bu bilgi notunda yer alan bazı bilgiler FPA Health tarafından yayımlanan Doğum Kontrolüne İlişkin Temel Bilgiler (Basic Facts About Contraception) adlı broşürden alınmıştır.

Bu bilgi notu FPA Health ve Kadın Hastanesi'nin (Royal Women's Hospital) izni olmadan ticari amaçlı olarak çoğaltılamaz.

