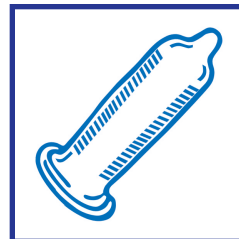


# Metòd Baryè

Pou prevni gwosès, metòd sa yo bloke (yo mete yon baryè) dechay gason an pou l pa kontre ak ze fanm nan.

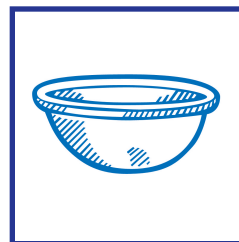
**Kapòt (pou gason) :** Yon kapòt se yon kouvèti mens an latèks oswa an plastik ke w dewoule sou yon pijon bande anvan gason an fè sèks pou l anpeche dechay la antre nan vajen (bouboun) fanm nan. Ou kapab achte kapòt nan nenpòt famasi. Sant sante medikal yo ka gen kapòt gratis osinon ki bon mache.\*



**Kapòt (pou fanm) :** Kapòt pou fanm se yon pòch an plastik ki genyen yon ti wonn fleksib nan chak bout kapòt la. Ou mete bout fèmèn an nan vajen an. Lòt bout ki louvri a rete toujis devan vajen an. Kapòt fanm nan anpeche dechay gason an antre nan vajen fanm nan. Gen kèk famasi ki vann kapòt pou fanm. Sant sante medikal yo ka gen kapòt gratis osinon bon mache.\*

Kapòt latèks ak kapòt plastik kapab anpeche jèm SIDA (VIH) ak lòt maladi ki transmèt nan fè sèks nan vajen, nan bouch osinon nan twou dèyè. Si ou vle prevni maladi, yo pa rekòmande pou moun sèvi ak « kapòt po natirèl » yo ("Natural skin condoms").

**Dyafram (pou fanm) :** Dyafram se yon ti bòl an kawotchou mou ki kouvri kòl matris fanm nan (ouvèti matris la) ki anpeche dechay gason antre nan matris la. Ou mete espèmèsid nan dyafram nan epi ou fure l nan vajen an anvan w fè sèks. Espèmèsid la touye jèm gason yo. Se pou w kite dyafram nan pandan omwen sizèdtan (6) apre ou fin fè sèks. Yon doktè oswa yon enfimiyè dwe egzaminen ou anvan pou yo konnen ki gwosè dyafram k ap bon pou ou.



**Espèmèsid (pou fanm) :** Pou prevni gwosès, espèmèsid touye dechay gason. Espèmèsid vini sou diferan fòm tankou kim, jèl, krèm, eponj epi fim kontraseptif. Ou dwe mete espèmèsid la anndan vajen an anvan w fè sèks. Ou ka achte espèmèsid nan nenpòt famasi. Espèmèsid yo bay pi bon rezilta lè w itilize yo ak yon kapòt oswa ak yon dyafram.

**ATANSYON :** Espèmèsid anpeche gwosès men li ogmante chans pou w trape jèm VIH la. Espèmèsid genyen yon pwodwi chimik (Nonoxynol-9) ki ka irite po anndan oswa alantou vajen an. Si w vle itilize espèmèsid pou anpeche gwosès, pale ak doktè a oswa ak enfimiyè a sou danje pou w trape jèm SIDA (VIH) a.

Sèvi ak kapòt pou anpeche w pran viris VIH ak lòt maladi moun trape nan fè sèks

Kapòt latèks ak kapòt plastik se sèl metòd pou anpeche gwosès ki an menm tan efikas anpil pou anpeche w pran viris VIH ak lòt maladi ki transmèt nan fè sèks. Si w itilize lòt metòd planin men ou vle pwoteje tèt ou kont VIH ak lòt maladi ki transmèt nan fè sèks, sèvi ak yon kapòt ansanm ak lòt metòd planin w ap itilize yo.

**Planin apre w fin fè yon timoun**

Si w fèk fin akouche yon timoun oswa w ap bay tete koulye a, li ka kanmenm nesèsè pou w sèvi ak yon metòd planin pou anpeche w ansent. Pou w pa vin ansent ankò san se pa ou ki vle, mande doktè w la oswa enfimiyè w la ki kalite metòd planin ou ka itilize.

**Planin an ijans**

Planin an ijans ka anpeche gwosès apre sèks, men se pou w sèvi ak li touswit – nan lentèval 2 jou. Ou ka sèvi ak planin an ijans si w fè sèks san okenn pwoteksyon (sèks san planin), si moun fòse w fè sèks, oubyen si w panse metòd planin ou an pa t byen travay.

