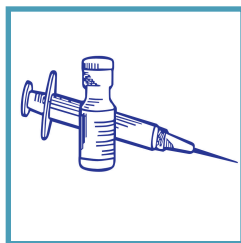
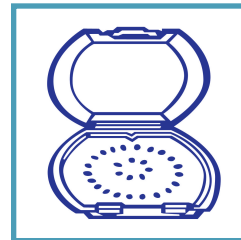


Metòd òmòn

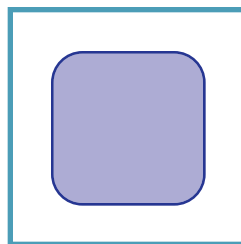
Metòd sa yo itilize òmòn pou anpeche ze fanm nan desann osinon yo fè li pi difisil pou jèm gason rankontre ak yon ze fi.

Grenn planin (pou fanm) : Grenn planin yo gen òmòn ki anpeche w ansent. Ou dwe pran yon grenn chak jou. Lè w fin pran dènye grenn nan pake a, w ap gen règ ou. Touswit apre, ou dwe kòmanse pran grenn nan yon nouvo pake. Ou pa ka achte grenn planin san w pa gen preskripsyon enfimiyè oswa doktè.

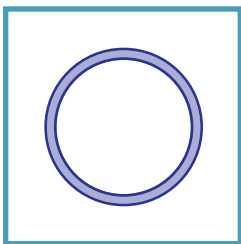


Piki a, yo rele li « Depo» tou (pou fanm) : Yon doktè osinon yon enfimiyè ba ou yon piki (enjeksyon) òmòn k ap anpeche w ansent pandan twa mwa. Ou dwe pran yon piki chak twa mwa pou metòd sa a kontinye travay.

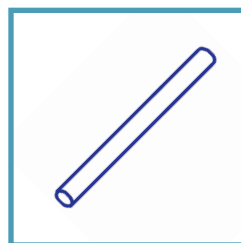
« Patch la » (pou fanm) : Patch la gen òmòn ki anpeche w vin ansent. Ou mete yon patch sou po w epi ou chanje l yon fwa pa semenn pandan twa semenn. Ou pa itilize yon patch nan katriyèm semenn nan e w ap gen règ ou semenn sa a. Nan fen katriyèm semenn nan w ap mete yon lòt patch, epi kontinye menm jan an. Ou pa ka achte patch la san w pa gen preskripsyon enfimiyè oswa doktè.



Wonn ki ale nan vajen (pou fanm) : ti wonn klè epi fleksib sa a, li gen òmòn pou anpeche gwasès. Ou foure l nan vajen w epi ou kite l la pandan twa semenn. Sou katriyèm semenn nan ou retire wonn la epi règ ou ap vini. Nan fen katriyèm semenn nan ou mete yon lòt ti wonn, epi ou kontinye menm jan an. Ou pa ka achte yon ti wonn ki ale nan vajen san w pa gen preskripsyon enfimiyè oswa doktè.



Enplan an (pou fanm) : Enplan an piti, yon ti moso plastik ki gen òmòn ki ka anpeche gwasès pandan twa (3) zan maksimòm (pou pi plis). Yon doktè oubyen enfimiyè mete plastik la anba po ponyèt fanm nan. Lè ou fin sèvi ak li, se yon doktè oubyen enfimiyè ki ka retire plastik la.



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 gwasès 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 fè yon ti bebe oswa w ap bay tete koulye a, li ka kanmenm nesèsè pou w sèvi ak yonmetòd planin pou anpeche w tonbe ansent. Pou w pa fè yon lòt timoun touswit, mande doktè w la oswa enfimiyè w la ki kalite metòd ou ka itilize.

Planin an ijans

Planin an ijans ka anpeche gwasès 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.

