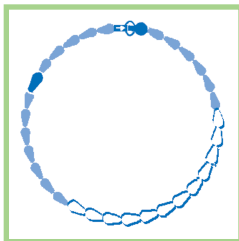


Lòt metòd

METÒD KONPÒTMAN : Pou metòd sa yo mache pi byen, li enpòtan pou patnè yo ka pale epi travay youn ak lòt.

Abstinans (pou fanm ak gason) : Abstinans vle di pa foute pijon nan vajen nan okenn moman. Pou kèk moun, pa fè sèks se meyè mwayen pou prevni gwosès. Si ou byen obsève li, abstinans se yon metòd ki efikas anpil pou anpeche w vin ansent, anpeche w pran VIH epi lòt maladi ki transmèt nan fè sèks (Sexually Transmitted Disease=STD).

Planin famiyal natirèl (pou fanm ak gason) : Yon doktè osinon yon enfimiyè ap montre ou ki jan pou siveye chanjman nan règ ou chak mwa, konsa ou ka konnen jou ou gen plis chans pou ou vin ansent. Avèk sa oumenm ak patnè w kapab prevni gwosès si w itilize yon metòd planin baryè oswa ou pa fè sèks nan jou ke ou gen plis chans pou w ansent.

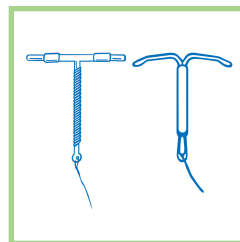


Kolye ak ti boul pou kalkile règ ou (pou fanm) : Kolye pou kalkile règ ou, se yon kolye ki fèt ak ti boul plizyè koulè. Ou ka sèvi ak ti boul sa yo pou w konnen ki jou ou gen pi plis chans pou w ansent si w fè sèks. Chak jou, ou vanse yon ti boul nan kolye a pou w konte jou règ ou. Se pa pou w nan sèks oubyen se pou w sèvi ak pwoteksyon pou w anpeche ou ansent tout jou ou gen pi plis chans pou w ansent yo.

Lòt chwa : Pale ak doktè oswa enfimiyè ou sou ki jan ak ki lè pou w sèvi ak bay tete ansanm avèk rale pijon anvan gason an vini pou ka gen mwens chans pou ou pa ansent. Lè ou sèvi ak metòd sa yo byen, yo ka ede prevni gwosès, men yap mache pi byen toujou lè w sèvi ak lòt metòd planin.

METÒD NAN MATRIS YO : Yo mete aparèy sa yo anndan matris fi a pou anpeche ze ak dechay gason kontre.

Aparèy (Filaman) yo mete nan Matris (pou fanm) : Yon filaman se yon bagay tou piti ki fèt an plastik ke yon doktè oswa yon enfimiyè mete anndan matris yon fanm. Gen 2 kalite filaman : youn gen kwiv epi lòt la gen yon òmòn pou anpeche gwosès. Filaman sa yo ka rete an plas pou senkan jiska dizan selon modèl filaman an.



METÒD PÈMANAN YO : Metòd sa yo dire pou tout rès vi w. Yo la pou moun ki si ke yo pap janm vle fè timoun alavni.

Mare twonp (ligati twonp) epitou Essure® (pou fanm) : Mare twonp epi Essure® se 2 pwosedi medikal diferan pou bloke tib yon fanm pou ze fi ak dechay gason pa ka kontre. Fòk se yon doktè ki fè toulede pwosedi sa yo.

"Vasektomi" (chatre) (pou gason) : "Vasektomi" se yon operasyon doktè fè. Li koupe oswa bloke tib gason yo ki pote dechay la, konsa dechay la yo paka pase lè gason an voye (vini) pandan l ap fè sèks.

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 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 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.

