

Prevensjon

Valg av god prevensjon er en svært individuell avgjørelse. Mht sikkerhet er det noen prevensjonsmetoder som er bedre enn andre.

I rekkefølge av den mest sikre til mest usikre prevensjonsmetoden gjelder følgende:

1. P-stav
2. Mannlig sterilisering
3. Hormonspiral
4. Kvinnelig sterilisering
5. Kobberspiral
6. P-sprøyte
7. P-piller
8. P-plaster
9. Diafragma
10. Kondom
11. Pessar
12. Avbrudt samleie
13. Naturlig familieplanlegging

Hver metode har sine fordeler og ulemper. Noen ønsker ikke hormonell behandling i det hele tatt. For de er kobbespiral, sterilisering, avbrudt samleie eller kondom det naturlige valget. Andre liker ikke spiral. De kan bruke alt som ikke innebærer innsetting av en spiral. Noen har mye menssmerter. De bør bruke p-piller, minipille, p-sprøyte eller hormonspiral.

Noen gruer seg for å få satt inn spiral. De har lest eller hørt om skrekkehistorier som forteller om sterke smerter ved innsetting. Hos oss får du bedøvelse, og de fleste innsettingene er tilnærmet smertefrie.

Uansett valg er det viktig at du kjenner til prevensjonsmidlets effekter, bieffekter og begrensninger. Uansett hvor sikker en prevensjonsmetode er så mener vi at den prevensjonsmetoden du trives best med er den du bør bruke.