

## Jos ehkäisy pettää tai et käyttänyt ehkäisyä

Jos et käyttänyt kondomin kanssa lisäehkäisyä tai ehkäisy pettää muusta syystä ja haluat estää raskauden, sinun tulee toimia nopeasti.

Jälkiehkäisytablettien ottaminen mahdollisimman pian, viimeistään 72 tunnin kuluttua seksikontaktista vähentää raskaaksi tulemisen riskiä. Pillereitä myydään apteekissa ilman reseptiä.

## EPÄTOIVOTTU raskaus

Jos kuukautisesi ovat myöhässä ja epäilet raskautta, tee raskaustesti – niitä myydään ilman reseptiä apteekissa. Jos raskaus on epätoivottu, toimenpiteisiin tulee ryhtyä mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Raskaus voidaan keskeyttää ennen 12. raskausviikkoa.

**Jos haluat tietoa raskauden keskeyttämisestä tai oikeuksistasi Suomessa, ota yhteyttä Pro-tukipisteeseen, jonka yhteystiedot ovat tämän esitteen takasivulla.**

## TOIVOTTU raskaus

### HUOLEHDI OMASTA JA LAPSESI TERVEYDESTÄ

- Käytä aina kondomia asiakkaiden kanssa – sukupuolitaudit ja hi-virus voivat siirtyä äidiltä lapselle raskauden aikana tai synnytyksessä.
- Jos sinulla on kipuja tai vuotoja, mene heti lääkäriin.
- Älä tee diagnoosia itse, vaan anna lääkärin määrätä oikea hoito, joka ei vahingoita lastasi.

Jos olet raskaana ja haluat pitää lapsen, kysy Pro-tukipisteestä (yhteystiedot takasivulla) tai paikallisesta sosiaali- ja terveyskeskuksesta, mihin palveluihin olet oikeutettu raskauden aikana, synnytyksessä ja synnytyksen jälkeen.

# TAMPEP

TRANSNATIONAL AIDS/STD PREVENTION AMONG  
MIGRANT PROSTITUTES IN EUROPE / PROJECT

© TAMPEP Project  
With the financial support of the European Commission  
SANCO, Public Health Programme

TAMPEP International Foundation  
Obiplein 4  
1094 RB Amsterdam, The Netherlands  
tel. +31 20 6 92 69 12  
fax. +31 20 608 00 83  
e-mail: tampep@xs4all.nl  
www.tampep.com

### PYYDÄ LISÄTIETOJA:

**Pro-tukipiste**  
Vilhonkatu 4 B 20, 00100 HELSINKI  
puh: (09) 726 2877 • faksi: (09) 7231 0250  
sähköposti: toimisto@pro-tukipiste.fi



SUOMI

# Ehkäisy ja raskaus

# TAMPEP



Jos ET halua tulla raskaaksi yhdynnästä asiakkaan kanssa, käytä aina kondomin lisäksi raskaudenehkäisyä. Vain siinä tapauksessa, että sinut on steriloitu tai tiedät varmasti, että et voi saada lasta, raskaudenehkäisyä ei tarvita.

## Luotettavat lisäehkäisykeinot

**Kaikki eivät voi käyttää kaikkia tässä lueteltuja ehkäisykeinoja. Keskustele aina asiantuntevan lääkärin kanssa sinulle parhaiten sopivasta ehkäisykeinosta.**

### Kondomi

Kondomi estää siittiöitä pääsemästä peniksestä emättimeen, jolloin hedelmöitys estyy. Kondomi suojaa sukupuolitaudeilta ja hi-virukselta.

- Kondomi täytyy laittaa päälle ennen kuin penis ja emätin ovat minkäänlaisessa kosketuksessa keskenään.
- Kondomi voi rikkoutua tai luiskahtaa pois tai siinä voi olla reikä. Käytä kondomin lisäksi aina myös muuta raskaudenehkäisyä.
- Käytä aina liukastetta, jotta kondomi ei rikkoudu.

### Naisten kondomi

Naisten kondomi (Femidom®) on polyuretanista valmistettu naisen emättimen sisään laitettava kondomi. Naisten kondomi suojaa emättintä, kohdunsuuta ja ulkosyntyimiä sekä ehkäisee raskaudelta ja sukupuoliteitse tarttuvilta taudeilta.

- Naisten kondomi voidaan asettaa paikalleen jo ennen yhdyntää. Sisääntyöntymisen voidaan aloittaa, vaikka miehen penis ei olisi täysin jäykistynyt, eikä penistä tarvitse vetää ulos heti siemensyöksyn jälkeen.
- Naisten kondomia ei saa käyttää yhtä aikaa miesten kondomin kanssa.
- Femidomissa® on silikonipohjaista liukastetta, joka ei sisällä spermisidejä. Voit käyttää halutessasi lisäliukastetta.

### Vastuu on sinun!

Luotettavaa ehkäisykeinoja käyttämällä voit itse valita, tuletko raskaaksi, milloin tulet raskaaksi ja kenen kanssa.

- Femidom® sopii myös lateksiallergisille.
- Naisten kondomi on kertakäyttöinen.
- Samoin kuin miesten kondomin käytössä, naisten kondomin käyttöön totutteleminen saattaa viedä muutaman kerran. Tutustu pakkauksessa olevaan käyttöohjeeseen.

### Ehkäisypuikot ja -vaahdot

Kemialliset ehkäisyaineet eli spermisidit eivät yksistään ole riittävä ehkäisykeino, mutta ne voivat parantaa kondomin ja pessaarin ehkäisytehoa. Ehkäisyaineet heikentävät emättimeen päässeitä siittiöitä tai tuhoavat ne kokonaan ja estävät näin munasolua hedelmöitymästä – mutta aine ei aina tavoita kaikkia siittiöitä.

- Kemialliset ehkäisyaineet voivat aiheuttaa emättimen ärsytystä. Jos tunnet kihelmöintiä tai kuumotusta, vältä aineiden käyttöä.
- Kemialliset ehkäisyaineet eli spermisidit eivät suojaa sukupuolitaudeilta.

### Ehkäisyalaastarit ja ehkäisykapselit

Ehkäisyalaastarit ja ihon alle laitettavat ehkäisykapselit muuttavat hormonitasapainoa, mikä estää munasolujen hedelmöitymästä ja kehittymästä, vaikka siittiöitä pääsee emättimeen. Näitä hormonivalmisteita on monia erilaisia, ja tarvitset niiden hankintaan reseptin. Keskustele asiantuntevan lääkärin kanssa sinulle parhaiten sopivasta ratkaisusta.

- Hormonivalmisteet eivät suojaa sukupuolitaudeilta eivätkä hi-virukselta.
- Ehkäisykapselin teho kestää korkeintaan 5 vuotta.
- Jos hormonivalmisteet aiheuttavat sinulle sivuvaikutuksia, kerro siitä aina lääkärillesi. Valmiste voidaan vaihtaa toiseen.

### Ehkäisytabletit

Ehkäisytabletit muuttavat hormonitasapainoa, mikä estää munasolujen hedelmöitymästä ja kehittymästä, vaikka siittiöitä pääsee emättimeen. Ehkäisytabletteja on montaa eri tyyppiä, ja tarvitset niiden hankintaan reseptin. Keskustele asiantuntevan lääkärin kanssa sinulle parhaiten sopivasta ratkaisusta.

- Ehkäisytabletit eivät suojaa sukupuolitaudeilta eivätkä hi-virukselta.
- Tabletti täytyy ottaa joka päivä suunnilleen samaan aikaan.
- Jos unohdat ottaa pillerin yhtenä tai useampana päivänä tai pilleri poistuu elimistöstä oksentelun tai ripulin takia, ehkäisyteho on heikentynyt seuraavien kuukautisten päättymiseen asti. Silloin on käytettävä muuta ehkäisyä kuukautiskierron loppuun asti.
- Ehkäisytableteilla voi olla sivuvaikutuksia. Kerro oireista aina lääkärillesi. Valmiste voidaan vaihtaa toiseen.

### Kohdunsisäiset ehkäisyvälineet

Kohdunsisäisistä ehkäisyvälineistä yleisin on T-mallinen kierukka. Se estää hedelmöityneiden munasolujen kiinnittymisen kohdunseinämään. Kierukoita on monia erilaisia. Keskustele sinulle parhaiten sopivasta ratkaisusta asiantuntevan lääkärin kanssa.

- Kierukka ei suojaa sukupuolitaudeilta eikä hi-virukselta..
- Kierukka lisää sukupuolitautilien riskiä, jollei sen kanssa käytetä aina kondomia.
- Kierukan asentaa ja poistaa aina pätevä lääkäri.
- Kierukka voi poistaa kuukautiset lähes kokonaan tai muuttaa ne runsaammiksi.