

CATENA

Farmacia care te ajută



Un copil dorit e un copil iubit!

METODE CONTRACEPTIVE
ale secolului XXI

Sexualitatea
între fragilitate emoțională
și stabilitate psihologică

Avortul
Consiliere psihologică

ISTORIA CONTRACEPȚIEI
din vechime până în zilele noastre

ANCHETA

Despre sex și contracepție
la orice vârstă

www.catena.ro

Igienă, frumusețe zi de zi!



Șervețele umede antibacteriene

- cu efect de curățare și împrospătare
- ideale pentru birou, mașină, în vacanță



Șervețele umede demachiante

- curăță delicat machiajul și impuritățile la nivelul feței
- recomandate și tenului sensibil



Șervețele umede intime

- curăță delicat
- nu provoacă iritații

Importator/ distribuitor: Fildas Trading
Str. Banat 2, bl. corp D, et.1, Pitești
www.fildas.com


FILDAS

CATENA

Farmacia care te ajută



GENERA

Știe de ce ai nevoie în intimitate

Genera Gel pentru igiena intimă cu extract de aloe vera și gălbenele 300 ml-14 lei
Are Ph 4.5, special pentru zona intimă.

Gălbenelele:

- Cresc capacitatea de luptă a organismului împotriva infecțiilor, având acțiuni antiinflamatoare, antiseptice, antibacteriene și antifungice.

Aloe vera:

- are proprietăți analgezice, antibacteriene și antifungice
Aloe Vera este recunoscută pentru efectele calmante și vindecătoare.

Genera Gel pentru igiena intimă cu extract de mușețel 300 ml – 14 lei
Are Ph 4.5, special pentru zona intimă.

Florile de mușețel au proprietăți antiinflamatorii, antiseptice, analgezice, anestezice locale și cicatrizante;

Genera Gel pentru igiena intimă cu extract de nalbă și tei 300 ml – 14 lei
Are Ph 4.5, special pentru zona intimă.

Nalbă: - are proprietăți emoliente. Recomandată în micoze și inflamații vaginale

Tei: - proprietăți calmante, antiinflamatoare și emoliente.



www.catena.ro

CUPR

Drepturile de autor pentru conținutul și forma broșurii "Un copil dorit e un copil iubit" aparțin în exclusivitate S.C. GALENUS SRL. Autorii materialelor din revistă își asumă integral conținutul articolelor. Este interzisă reproducerea parțială sau totală a materialelor cuprinse în această broșură. S.C. GALENUS SRL nu răspunde pentru conținutul materialelor publicitare. "Un copil dorit e un copil iubit" este marcă înregistrată a S.C. GALENUS SRL.

Foto: Shutterstock

SEXUALITATEA

De la adolescență la maturitate	p. 6
Conturarea identității sexuale	p. 8
Riscurile începerii vieții sexuale la o vârstă fragedă	p. 10
Prizonierat psihologic sau relație de prietenie?	p. 12
Părinții, model de relație pentru copii	p. 14
Rolul iubirii în cuplul modern	p. 16
Revoluția psihosexuală	p. 18
Contracepția, sarcina nedorită și avortul	p. 19
	p. 20

I N S

www.uncopildoriteuncopiliubit.ro

Colectiv științific:

Dr. Sorin Eșanu - medic primar obstetrică-ginecologie

Dr. Iuliana Balteș - medic specialist medicină generală,
competență planificare familială - SECS

Psiholog Cristian Grigore

CONTRACEPȚIA

De ce este necesară?

p. 24

p.24

METODELE CONTRACEPTIVE

Contracepția hormonală

Pastila combinată estro-progestativă

Plasturele combinat și Inelul intravaginal

Contracepția monohormonală

Metodele de barieră

Prezervativul

Dispozitivul intrauterin (steriletul)

p.28

p.30

p.30

p.44

p.45

p.48

p.48

p.52

Steriletul clasic

Sistemul hormonal intrauterin

Metodele naturale

Metoda calendarului

Metoda simpto-termală

Metodele chirurgicale

Ligatura tubară și ligatura canalului deferent

Obstrucția tubară per histeroscop

Contracepția de urgență

ISTORIA CONTRACEPȚIEI CONCLUZII

p.52

p.54

p.56

p.56

p.57

p.58

p.58

p.59

p.60

p. 29

p. 64

SEXUALITATEA

Între fragilitate emoțională și stabilitate psihologică

Mai mult de 35% dintre adolescenții între 15 și 17 ani sunt activi sexual și cel puțin 7% din cupluri au întreținut relații sexuale la prima întâlnire, chiar dacă există opinia conform căreia acest lucru nu este deloc indicat. Relațiile sexuale încep la o vârstă din ce în ce mai fragedă.



Înainte de începerea vieții sexuale este importantă informarea și responsabilizarea asupra consecințelor fizice și psihice. Pentru adolescenți, inițierea sexuală implică spargerea unor tabuuri și dezvăluirea unor mistere. Această situație poate însemna teamă, curiozitate și nesiguranță în fața necunoscutului, dar, în același timp, și dorința de a trece la actul în sine doar pentru a putea „deveni” brusc adulți.

Reușita sau eșecul primei experiențe sexuale depinde în mare măsură de modelul general de educație al adolescentului, de mediul său social de proveniență și structura de personalitate.



ANCHETĂ

Vorbind despre sex și contracepție... la orice vârstă



Maria, 18 ani, elevă

Nu vorbesc cu părinții mei despre sex pentru că sunt de modă veche și nu acceptă sexul înainte de căsătorie. Poate după nuntă vom discuta cu mai multe amănunte. Dacă i-aș întreba, probabil ar deveni suspicioși. Prefer deci să vorbesc cu prietenii. A face sex înseamnă a-ți satisface o plăcere care rezultă din multă iubire, și nu din obligație sau nevoia de bani.



Simona, 18 ani, elevă

Am aflat din discuțiile celor din jur că prezervativul se folosește în cazul băieților, iar anticonceptionalele în cazul fetelor. Sexul înseamnă a întreține relații sexuale fără să ai vreun sentiment față de persoana respectivă. A face dragoste înseamnă a-i oferi partenerului iubirea pe care i-o porți. Sexul este pentru 5-10 minute, poate o oră de plăcere, nimic mai mult. Nu se implică emoțional niciunul dintre parteneri.

De la adolescență la maturitate

Comportamentul sexual se dezvoltă în timp, traversând mai multe etape, obligatorii din punct de vedere biologic, psihologic și psihosocial. Pulsunea sexuală apare odată cu nașterea copilului și evoluează până în adolescență, când se stabilizează în forma ei definitivă.



Adolescența timpurie

(este cuprinsă între vârstele de 12 și 15 ani)
La băieți apar erecția și capacitatea de a ejacula, iar la fete apar primele menstrue. Conștiința propriei identități sexuale apare cu pregnantă la vârsta pubertății. Comportamentul sexual este însoțit și de sentimente de vinovăție.

Adultul

Are ca obiectiv constituirea cuplului marital. Viața sexuală capătă un caracter de legitimitate, dispar anxietățile și sentimentele de vinovăție.

Adolescența târzie

(16-18 ani)

Se caracterizează prin apariția autonomiei față de controlul adulților. Se manifestă dorința de independență și încep primele experiențe sexuale.



ANCHETĂ

Vorbind despre sex și contracepție... la orice vârstă



Mihaela D., 17 ani, elevă

Vorbesc despre sex cu părinții, mai mult cu mama, dar nu foarte detaliat pentru că îmi este rușine. Am încredere în ea pentru că în general mă învață lucruri foarte importante pentru mine și îmi dă exemple din propria experiență. Ca metode de protecție știu de prezervative, pilula contraceptivă, diafragma, unguentele contraceptive, spermicidele. Am aflat din cartea de anatomie de clasa a XII-a.



Miki, 18 ani, elevă

Nu vorbesc cu părinții mei despre sex pentru că nu știu dacă mă vor înțelege sau cum vor reacționa când le voi vorbi despre acest lucru. Mi se pare rușinos să vorbesc despre asta, și nici ei nu sunt atât de deschiși pe cât mi-aș dori.

Conturarea identității sexuale

Un rol esențial în procesul formării identității sexuale revine familiei, modelelor sexuale din familie. Absența unor modele sau existența unor carențe afective duce la o modificare a structurii personalității și a imaginii de sine.



În deceniile anterioare, sexualitatea era adesea reprimată de modelul socio-cultural (religie, morală, cultură). Era asociată cu sentimente de rușine și vinovăție. Astăzi, ca o formă de compensare a factorilor de cenzură, sexualitatea pășește adesea lipsită de inhibiții în zona vulgarității.

Caracteristică a societății actuale o reprezintă slăbirea rolului de modelator. Se promovează modele negative sau antimodele cu efect psihotraumatizant asupra adolescenților și tinerilor. Asistăm la o confuzie de roluri sexuale ale indivizilor, ducând până la eliberări pulsional-sexuale care alunecă către forme haotice grave.

Prima experiență sexuală Sunteți pregătiți?

Între minte și corp există o strânsă relație de interdependență. Se influențează reciproc. Prin urmare, în momentul în care individul nu este pregătit psihologic, conștient sau inconștient, pentru începerea vieții sexuale, corpul declanșează diverse semnale de alarmă ca formă de apărare. Corpul bărbatului s-ar putea opune printr-o insuficientă erecție sau poate prin ejaculare prematură. În cazul femeii, cele mai frecvente situații sunt cele de frigiditate și lipsă a orgasmului. Dacă nu devin evidente la nivel de comportament, ar putea duce treptat la apariția sentimentelor de vinovăție, regrete, remușcări, cu evidente consecințe negative asupra relațiilor sexuale ulterioare.

Componenta afectiv-emoțională bună reprezintă garantul unei relații sexuale satisfăcătoare, și nu încercarea de a te conforma unor tipare superficiale generate de “prietenii”, anturaj, agresivitatea industriei media.



Vorbind despre sex și contracepție... la orice vârstă



Alexandra, 16 ani, elevă

De obicei, vorbesc despre problemele legate de adolescență cu mama, pentru că mă simt mai apropiată de ea. Nu mă feresc niciodată să o consult și să îi cer sfatul. Știu de la ea despre prezervativ și anticoncepționale pentru că le folosește. Mai multe am aflat însă de pe internet și din broșurile distribuite în școală.



Ligia, 17 ani, elevă

Vorbesc orice cu părinții, dar mai mult cu mama și cu sora mea mai mare, pentru că suntem de același sex. Ele mă sfătuiesc să nu îmi încep încă viața sexuală. Sunt doar o adolescentă, însă tot ce mă învață o să îmi prindă bine pe viitor.

Riscurile începerii vieții sexuale la o vârstă fragedă

Din punct de vedere fizic, începerea activității sexuale sub 16 ani poate duce la dezechilibre interne, datorită faptului că organele genitale încă nu au atins un grad optim de maturizare.

Psihologic, chiar dacă la prima vedere pare că suntem speciali, că evadăm din normele socio-morale și religioase din nevoia de independență specifică vârstei, se pot dezvolta complexe de

inferioritate și o personalitate vulnerabilă și labilă emoțional. Începerea precoce a vieții sexuale are un caracter psihotraumatizant, putând duce la tulburări de dinamică, orientare și identitate sexuală.

Desigur că nu putem aprecia începerea activității sexuale doar în funcție de vârstă, căci pot fi situații în care dezvoltarea psihică nu se supra-pune peste aceasta. Iar o relație de prietenie implică atașament și necesită o perioadă de curtare.

În mod normal, cuplul traversează diferite stadii psihologice esențiale până ajunge la sex. O ținere de mână, o îmbrățișare, un sărut, o floare...

Asări peste câteva etape e ca atunci când, din dorința de a înflori mai repede un pom, îl stropim cu multă apă. S-ar putea să se ofilească. La fel și în cazul relațiilor.



ANCHETA

Vorbind despre sex și contracepție... la orice vârstă



Iullana, 15 ani, elevă

Nu vorbesc niciodată cu părinții despre asta. De fiecare dată când încerc, devin foarte furioși și îmi spun că sunt prea mică. Oricum, orice ar zice, știu ce trebuie făcut și ce nu. Nu prea cunosc metodele contraceptive pentru că nu am avut nevoie, însă mi-ar plăcea să mi se vorbească despre ele.



Elena, 15 ani, elevă

Este important pentru mine ca prietenul meu să fie sincer și să nu încerce să mă preseze când vine vorba de sex. Acest lucru ar încheia orice legătură între noi și probabil mi-ar fi mai greu pe viitor să aleg pe cineva. Aș face acest pas numai cu cineva pe care l-aș iubi și m-ar iubi și aș ști că viitorul meu e alături de el. Nu concep faptul că, dacă o să am 20 de prieteni până îmi voi găsi alesul, o să am relații intime cu toți.



Prizonierat psihologic sau relație de prietenie?

Dezvoltarea sexuală este însoțită de educația primită de la părinți și din școală. Dacă a primit o educație restrictivă, precum că sexul este ceva „rău”, care provoacă multă durere, sau ceva „rușinos”, tânărul va prelua acest tip de sexualitate. Treptat, persoana este cuprinsă de sentimente de rușine și vinovăție. Ea se va desprinde de această crispă doar când va avea o viață sexuală bazată pe propriile valori și principii. Relația de prietenie cu părinții, bazată pe onestitate, poate ajuta adolescentul.

Comportamentele părinților cu adolescenții aflați în perioada tatonărilor sexuale și a descoperirii metodelor contraceptive se perturbă adesea, cel puțin în trei maniere:

- **„Părinți-colegi”**, care își oferă cu perseverență și altruism sfaturile, dubiile și propriile anxietăți rezultate din experiență. Deși deschiși afectiv și bine intenționați, acest tip de părinți se amestecă în intimitatea abia descoperită de adolescent, alterând de multe ori bucuria secretă și încrederea în sine. Retrăind prin adolescent propriile experiențe inițiatice și chiar încercând să compenseze regrete și nerealizări trecute, pot produce adevărate bruiaje afective.

■ „Părinții-ignoranți”, care sunt total indiferenți față de problemele inițiatice sexuale cu care se confruntă copilul lor. Acest exces de autonomie este resimțit de adolescent ca fiind unul anxiogen și deprimant. El refuză afirmarea identității sexuale, privind activitatea sexuală ca pe ceva mecanic și neangajat afectiv.

■ „Părinții-gardieni”, care manifestă ostilitate, suspiciune și conduite umilitoare. Ei interzic și condamnă relațiile sexuale la vârste considerate neconforme cu așteptările lor. Acest tip de părinți generează frecvent reacții adverse adolescenților, care își înlătură „prizonieratul psihologic” adesea prin instaurarea bruscă a unor relații sexuale lipsite de dragoste și întâmplătoare. Experiența sexuală astfel consumată predispune la decepții, dezerotizare și diferite disfuncții sexuale (vaginism, dispareunie, impotență psihogenă).

ANCHETĂ

Vorbind despre sex și contracepție... la orice vârstă



Anca, 14 ani, elevă

Nu vorbesc cu părinții despre sex deoarece cred că sunt prea mică pentru a discuta cu ei aceste probleme. Poate în viitor o să avem și această discuție.



Ileana, 26 ani, agent de vânzări

Îmi este ușor să vorbesc despre sex, cu toate că este considerat un subiect tabu. Mi se pare foarte importantă abordarea acestui subiect atunci când o persoană este implicată într-o relație, pentru că totul ține de comunicare. Dacă nu există comunicare, relația ajunge să fie rigidă. Astfel, partenerii nu obțin ceea ce doresc și simt nevoia să găsească în altă parte acest lucru. Pentru moment folosesc atât prezervativul, care mi se pare una dintre cele mai sigure metode în ceea ce privește protecția împotriva bolilor cu transmitere sexuală, cât și anticoncepționalele. Sunt un mod de reglare a organismului.

Alături de o comunicare disponibilă și comprehensivă cu părinții, adolescentul are nevoie să-și păstreze un „spațiu psihologic secret” în problema inițierii sale sexuale. Lucrul cel mai important este ca părinții să nu-i ceară să comunice obligatoriu totul, ci să poată comunica atât cât simte nevoia. Adolescentul trebuie tratat cu încredere și considerație, iar apropierea momentului inițiativ trebuie „presimțită” de părinți și pregătită cu delicatețe.

Părinții, model de relație pentru copii

În copilărie nu este suficient dezvoltat sentimentul propriei identități, așa că ne prefacem că suntem altcineva și ne însușim un model, cel mai adesea parental, pe care-l absorbim până la cea mai mică particulă.



Vorbind despre sex și contracepție... la orice vârstă

Anca, 28 ani, contabil

După vârsta de 25 de ani mi-e mai ușor să vorbesc despre sex. Nu mai am inhibiții și abordez cu lejeritate orice temă legată de acest subiect, atâta doar să nu devină mult prea intimă discuția. Folosesc atât anticonceptionale, cât și prezervativele. De ambele am aflat de la medicul ginecolog.


Ioana, 31 ani, secretară

Discuțiile despre sex nu au fost niciodată o problemă pentru mine. Părinții mei au fost deschiși la minte și mi-au vorbit la vârsta marilor mele întrebări, așa că abordez cu ușurință acest subiect. Nu cred că trebuie să ne ascundem sau să avem false pudori nici față de prietene, nici față de partener/i, nici față de copii. În ceea ce privește mijloacele de protecție nu prea folosesc. Îmi e frică de metodele hormonale, iar prezervativul mi se pare că distruge pasiunea momentului.

Dacă între părinți nu am perceput că există iubire, comunicare și atracție sexuală, întipărim un lanț întreg de convingeri limitative asupra sexualității. Ajunși adulți, există tendința de a ne implica inconștient în relații care prilejuiesc repetarea experienței văzute la părinți.

Fiecare partener are tendința de a impune celuilalt „modelul” său, pe care-l consideră ca fiind cel mai potrivit, adesea fără a ține seama de temperamentul și aspirațiile partenerului.



Rolul iubirii în cuplul modern



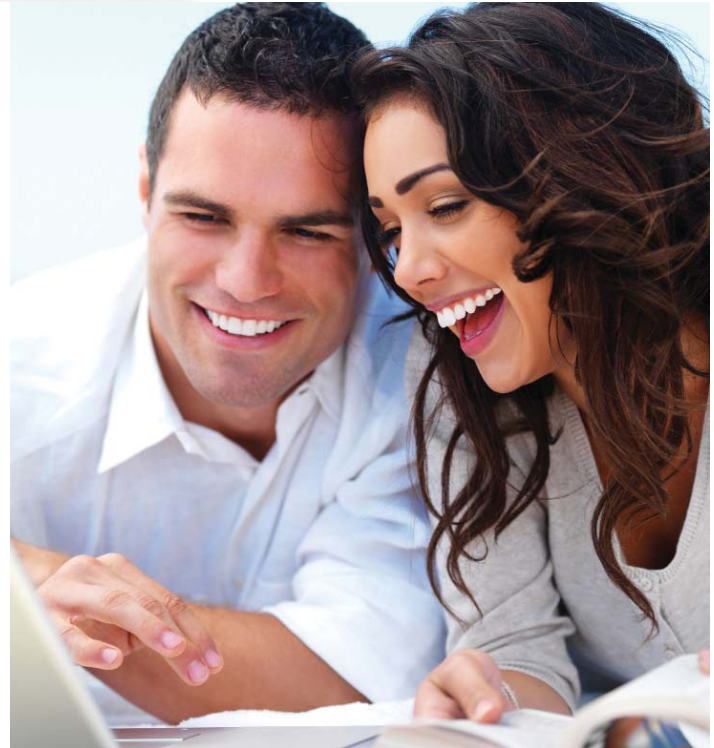
Dacă 80% dintre femei și 40% dintre bărbați s-ar fi căsătorit fără a fi îndrăgostiți înainte de 1970, în prezent doar 10-15% dintre bărbați și femei ar mai face acest lucru.



Iubirea reprezintă piesa indispensabilă în parteneriatul actual, care învinge multe obstacole și menține cuplul. Însă există unul în fața căruia poate deveni aproape neputincioasă, și anume durată.



Atunci când iubirea se calmează, devin sesizabile celelalte valori care susțin constant relația de cuplu: încrederea, fidelitatea, atașamentul, comunicarea și respectul.



Revoluția psihosexuală

Rolul femeii în cuplu a evoluat paralel cu transformările istorice ale umanității. În epocile anterioare, femeia era când valorizată, când victimizată. Revoluția psihosexuală din epoca romantică a redat femeii grația, gingășia și admirația. Au reînviat conduitele galante, dorința de a flirta și de a cuceri. În societatea contemporană are loc pentru prima dată statuarea egalității dintre femeie și bărbat. Această revoluție psihosexuală va schimba profund structura cuplului, dinamica lui și, în același timp, întreaga viață socială.



Tot mai mulți specialiști afirmă că rolurile fiecărui participant în cuplu sunt redistribuite. Ele pot duce și la o competiție între sexe, cu o concurență în zona erosului.

Contracepția, sarcina nedorită și avortul

E cunoscut faptul că omul, dintotdeauna, a încercat să-și controleze fertilitatea și să planifice nașterile. Popoarele antice - chinezii, indienii, egiptenii - cu două mil de ani înaintea erei noastre utilizau diferite tehnici contraceptive.



Avortul reprezintă
întreruperea unei sarcini
în orice moment înainte
de naștere.

Desigur că acest cuvânt are o imensă încărcătură emoțională, mai ales că el provine din cuvântul latin „aboriri”, care înseamnă „a dispărea”.

L Pilula anticoncepțională aduce o modalitate de protecție împotriva sarcinii și o libertate sexuală mai mare. Elimină tensiunile psihice care pot distra atenția de la plăcerea sexuală. Totuși, lipsa de informații cu privire la metodele contraceptive poate duce la apariția sarcinilor nedorite și, implicit, a avorturilor.

Avortul
reprezintă
frecvent o

experiență traumatizantă pentru femeie. După pierderea sarcinii se instalează remușcări și sentimente de culpabilitate. Indiferent de vârsta la care este făcut, cu toate că motivele pot fi diferite, majoritatea femeilor trăiesc stări de depresie și o formă de stres post-traumatic manifestată prin insomnii, coșmaruri, sentimente de inutilitate și lipsa oricărei plăceri.



Trăirile emoționale diferă de la o femeie la alta, intens influențate de mulți factori. Atitudinea partenerului și a familiei poate determina scoaterea din starea de depresie sau, dimpotrivă, adâncirea ei.

Statistic, 59% din fetele cu o vârstă între 20 și 24 ani afirmă că ar prefera să se căsătorească și să păstreze copilul, mai degrabă decât să facă avort (37%). În momentul în care sunt constrânse de partener să renunțe la sarcină, șansele aceluia cuplu de a se destrăma cresc exponențial. Fie din teama de responsabilitate, băiatul se retrage din acea relație, fie după momentul avortului, fata va renunța la acel partener care nu a fost capabil să-i ofere sentimente de securitate și protecție.

Adolescentele trăiesc mai intens sentimentele de dezamăgire imediat după avort, însă durata suferinței este mai scurtă, pe când persoanele adulte își autoargumentează rațional decizia luată, ce duce la o intensitate mai diminuată a pierderii, dar cu sechele psihologice pentru întreaga viață. Persoanele credincioase privesc întreruperea de sarcină ca pe o încălcare a unor valori și principii fundamentale pentru ele. Numărul întreruperilor de sarcină este mai scăzut în rândul femeilor cu repere religioase bine conturate, dar dacă decid să renunțe la sarcină, sănătatea psihică ar putea fi zdruncinată.



Consiliere gratuită!

Societatea de Educație Contraceptivă și Sexuală

Descriere: Activează în domeniul sănătății reproducerii.

Adresă: Calea 13 Septembrie, nr. 85, bl. 77C, sc. 1, apt. 74, sector 5, București

Tel: +4021 410 1108; +4021 411 6661

E-mail: sediu@secs.ro

Web: www.secs.ro

MARIE STOPES INTERNATIONAL ROMANIA

Descriere: Consultații de contracepție, ecografie, consultații obstetrică-ginecologie, întreruperi de sarcină, asistență psihologică în problemele cuplului.

Adresa: strada Bucur, nr. 3A, București

Telefon: (021) 330.25.85; (021) 330.68.75

Website: www.mariestopes.ro

Fundația Agape pentru Ocrotirea Vieții

Descriere: Psihoterapie și terapie de grup.

Adresă: str. Moșilor, nr. 16, ap. 4, Cluj-Napoca

Tel: +40(264) 430 382

Fundația Clinica Pro Vita

Descriere: Oferă consiliere în cazul unei sarcini neplanificate, consiliere post-avort, programe educaționale în licee.

Adresă București: Prolungirea Ghencea, nr. 27, sector 6, București

Tel: 021/444.1975; Fax: 031-816.9728; Mobil: 0755.092.297

Adresă Cluj-Napoca: b-dul. 21 Decembrie, nr. 86

Tel: 0264-431.891, Mobil: 0748.127.021

E-mail: info@avort-sarcina.ro

Web: www.avort-sarcina.ro

Asociația Psihologilor și Psihopedagogilor „PROCIVITAS”

Descriere: Organizație socio-profesională de consultanță și servicii sociale pentru copil, familie și societate.

Adresa: str. Horia Agarici 1, bl. 23A, sc. B, apt. 39, Constanța, județul Constanța

Tel: + 0241/ 61 55 22 ; Mobil: 0722/ 27 10 14, 0766/ 42 43 42

E-mail: app_procivitas@rdslink.ro; office@appct.ro

Web: www.appct.ro

FUNDAȚIA DE CARITATE HERALD

Descriere: Asistență socială pentru adolescenți, familii monoparentale și vârstnice.

Adresa: str. Magaziei, nr. 20, Cluj-Napoca, județul Cluj

Tel: 0264 406162; 0264-406160; Mobil: 0743 168 899

E-mail: herald_ro@yahoo.ro, office@fundatiaherald.org

CONTRACEPȚIA

CE ESTE

Activitatea (acțiunea) prin care se previne apariția unei sarcini.



DE CE ESTE NECESARĂ

Deoarece femeile pot rămâne însărcinate oricând odată cu instalarea pubertății (corelată de obicei cu apariția menstruației) și până la instalarea menopauzei. Există păreri preconcepute că o adolescentă nu ar putea să rămână gravidă sau să ducă o sarcină până la capăt. Din păcate, un număr din ce în ce mai mare de adolescente cu vârste sub 14 ani devin mame, contrazicând această prejudecată.

CATENA

Farmacia care te ajută



CATENA

FARMACIA INIMII

Farmacile Catena vin în sprijinul pacienților cu programe naționale de informare, prevenție și educare.

În prezent, derulăm două campanii: "O inimă sănătoasă iubește mai mult!" și "Un copil dorit e un copil iubit - Metode contraceptive ale secolului XXI".

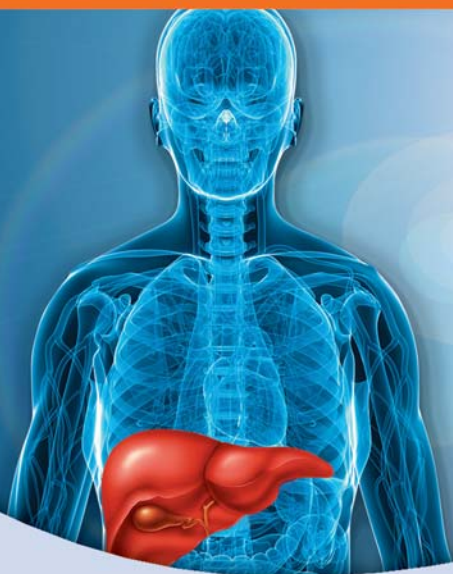
Clienții fideli sunt ajutați să economisească cu trei tipuri de carduri: Standard, Elevi și Studenți, Pensionari.



www.catena.ro

CATENA

Farmacia care te ajută



SILIMARINA

Protejează-ți ficatul

Supliment natural pe bază de extract de fructe de silimarină cu proprietăți hepatoprotectoare, diuretice și antioxidante de la

Naturalis

Disponibil în
3 concentrații:
35 mg - 8 lei
70 mg - 12 lei
150 mg - 23 lei

tonic-cardiac
și hipertensiv

protejează ficatul
prin acțiunea asupra
hepatocitelor

stimulează digestia și elimină
substanțele hepato-toxice



cel mai
mic preț!

www.catena.ro

Pentru a alege o metodă contraceptivă, cea mai bună idee este de a apela la un medic specialist în planificare familială sau la ginecolog, deoarece metodele contraceptive trebuie individualizate pentru fiecare femeie. Cu această ocazie se face un consult medical general, un consult ginecologic (dacă este cazul), eventual o ecografie, recoltare de analize etc. În cadrul discuției cu medicul specialist, adolescentele vor afla informații corecte și competente despre sănătatea aparatului reproductiv, metode de contracepție, viața sexuală, prevenirea îmbolnăvirilor și nu numai.



Metodele contraceptive sunt multiple, au avantaje și dezavantaje, indicații și contraindicații.

METODELE CONTRACEPTIVE

Contracepția hormonală

Metodele de barieră

Dispozitivul intrauterin (steriletul)

Metodele naturale

Metodele chirurgicale

Contracepția de urgență



Contracepția hormonală

Contracepția hormonală

- Estro-progestativă (combinată): pastila combinată, pasturele combinate, inelul intravaginal;
- Monohormonală (numai cu derivați de progesteron): pastila monohormonală, contracepția injectabilă, pasturele monohormonal, implantul.

Metodele de barieră

Metodele de barieră

- Prezervativul;
- Spermicidele;
- Diafragma vaginală și capșonul cervical.

Dispozitivul intrauterin (steriletul)

Dispozitivul intrauterin (steriletul):

- steriletul clasic;
- sistemul hormonal intrauterin.



Metodele naturale

- Abstinența;
- Calendarul și metoda simpto-termală;
- Coitul întrerupt (ejacularea în afara vaginului).



Metodele chirurgicale

- Ligatura tubară (la femeie);
- Ligatura canalului deferent (la bărbat);
- Obstrucția tubară per histeroscop.



Contracepția de urgență

- Hormonală (pastila „de a doua zi”);
- Inserția de sterilet.

Scurt istoric al contracepției

În vremurile de demult, numărul populației era controlat, în mod obișnuit, de o mortalitate naturală ridicată, la care se adăugau avorturile, infanticidul și, uneori, sacrificiul uman. Cu toate acestea, chiar în societățile primitive, a existat conceptul de prevenire a sarcinii.

⌚ Un text medical chinez datat în jurul anului 2700 î.e.n. conține ceea ce se consideră a fi cele mai vechi instrucțiuni privitoare la controlul nașterilor, și anume o rețetă pentru un agent abortiv.

⌚ 1850 î.e.n. papyrusul Petrie descrie diferite rețete pentru paste vaginale contraceptive. Papyrusul Ebers (1550 î.e.n.) descrie primul tampon vaginal impregnat medicamentos. Substanța



Contracepția hormonală




Pastila combinată estro-progestativă

Este la ora actuală metoda modernă cea mai folosită.

Conține două produse hormonale:

- unul cu efect estrogenic;
- unul cu efect progesteronic.

Pastilele contraceptive „păcălesc” hipofiza, aceasta nu mai trimite semnalul necesar dezvoltării foliculilor și mai ales producerii ovulației.




Administrarea acestora interferează cu mecanismul prin care hipofiza controlează funcția ovarului, în cele mai multe cazuri împiedicându-se producerea ovulației. Inhibarea ovarului pe termen lung nu produce efecte adverse. Dimpotrivă, apar efecte benefice non-contraceptive, ce justifică administrarea pastilei combinate estro-progestative chiar și la femeile care nu au nevoie de contracepție.

Prezența derivaților de progesteron determină apariția unui mecanism secundar de contracepție – îngroșarea mucusului cervical – mecanism responsabil parțial și de reducerea riscului de infecții genitale cronice.

Eficiența metodei este descrisă ca fiind între 92% și 99%.

Scurt istoric al contracepției

folosită era o plantă (accacia) conținând gumă arabică, substanță care, prin fermentație, eliberează o formă de acid lactic, recunoscut ca spermicid și în zilele noastre.

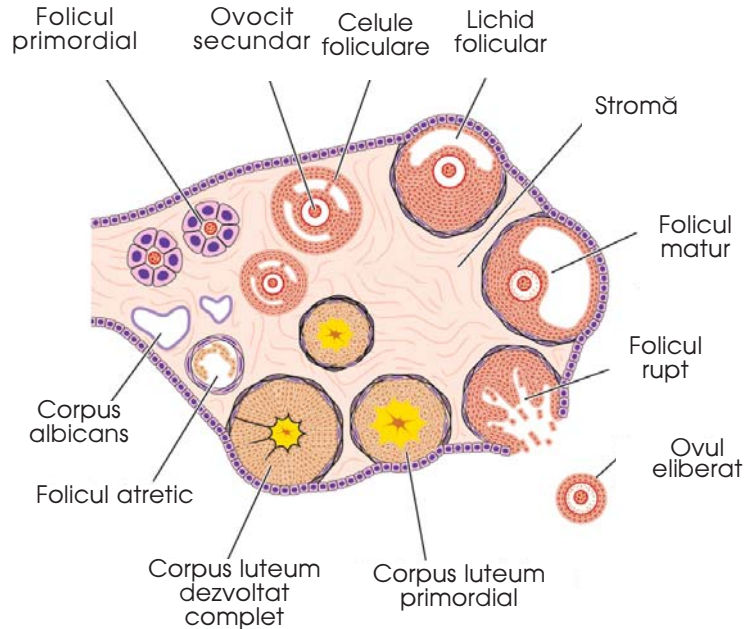
 Grecia și Roma Antică: Soranus (98-138), cel mai mare ginecolog al Antichității, a făcut o descriere a contracepției care a fost considerată până în secolul XIX ca fiind cel mai bun și original manual. El a făcut o distincție clară între contracepție și factorii abortigeni, a făcut mențiuni speciale pentru indicații și contraindicații pentru avort și a descris un număr de tehnici de prevenție, precum dopurile vaginale, folosirea soluțiilor astringente și a variațiilor acizi din fructe. Mai târziu, romanii au contribuit la dezvoltarea contracepției prin folosirea vezicii urinare de capră ca prezervativ.



varul femeii este, de fapt, un organ al cărui component esențial este

foliculul ovarian. Foliculul ovarian este o structură ce conține în centru o celulă germinală = ovocit (viitorul ovul) înconjurat(ă) de mai multe straturi de celule (granuloase, tecale). Foliculii ovarieni se formează în viața intrauterină, estimându-se că după naștere există circa 700.000 de foliculi în ambele ovare. Până la pubertate, foliculii ovarieni sunt inactivi. După pubertate, sub influența hormonilor hipofizari, în fiecare lună, imediat după apariția menstruației, un număr variabil de foliculi încep să crească. Dintre aceștia, numai unul (rareori doi sau mai mulți) ajunge la maturitate și se sparge, eliminând ovulul – celula sexuală feminină.

Ovar normal



Ecografic, foliculii ovarieni se vizualizează sub forma unor mici „chisturi” cu dimensiuni cuprinse între 2 și 30 mm diametru. Aceste „chisturi” reprezintă o imagine ecografică normală pentru o femeie aflată în perioada de funcționare normală a ovarelor.



Pastilele contraceptive sunt ambalate în folii de 21 sau 28 de pastile.

Foliile de 28 de pastile conțin de obicei 7 pastile inactive hormonal, al căror rol principal este întâmpinarea reflexului de administrare zilnică și de preferat la aceeași oră a pastilei.

Foliile cu 21 de pastile se administrează de regulă 21 de zile câte o pastilă pe zi, apoi 7 zile pauză, după care se începe o nouă folie. În perioada de 7 zile de pauză apare o sângerare asemănătoare menstruației.

Scurt istoric al contracepției

- 1770 - Cassanova popularizează prezervativele pentru controlul infecției și contracepție.
- 1880 - prima ligatură tubară.
- 1882 - primul cabinet de contracepție, deschis la Amsterdam.
- 1914 Margaret Sanger lansează termenul de control al nașterilor.
- 1960 FDA aprobă contraceptivele orale combinate. Din acel moment, dozele de hormoni din compoziția lor au scăzut foarte mult, astfel încât să se asigure efectul dorit, și anume inhibarea ovulației.
- 1973 FDA aprobă pilulele numai cu progestageni.
- 1988 Se începe comercializarea steriletului Copper T-380 A.
- 1997 FDA aprobă pilulele contraceptive de urgență.
- 2003 FDA aprobă pilulele trimestriale și pe cele cu utilizare extinsă.



Tratamentul cu pastile contraceptive se poate începe oricând există o prezumție rezonabilă că nu s-a produs o concepție în ultimele 3 săptămâni – adică nu avem deja o sarcină care nu se poate diagnostica încă prin test de sarcină sau ecografie.

În ultimii ani, a devenit populară formula administrării pastilei „în prima sâmbătă de la venirea menstruației”, algoritmul ce determină venirea tuturor menstruațiilor următoare doar în cursul săptămânii lucrătoare (de regulă, de marți până vineri). În această situație, singura precauție este folosirea unei metode de contracepție suplimentară (ex. prezervativul) încă 7 zile de la începerea pastilelor, precauție necesară doar în prima lună de administrare. Ulterior, protecția contraceptivă se instalează și nu mai sunt necesare alte precauții.

www.catena.ro

Perioada imediat următoare menstruației este unul dintre momentele ce respectă această condiție, dar nu este singurul. De aceea, pe majoritatea prospectelor pastilelor contraceptive se indică ca prima pastilă să fie administrată în prima zi sau a cincea zi de la venirea menstruației.

**Primul spital privat
din Constanța.**

tel: 0341 463 344
Str Mircea cel Bătrân, Nr. 102, Constanța

ISIS 
împreună de la început

www.isis-med.ro

Experiența medicală (și dorința femeilor, mai ales a celor tinere) a dovedit că administrarea pastilelor contraceptive se poate face „sărind” peste pauza de 7 zile fără niciun fel de efect advers sau pericole pentru sănătate, acest tip de administrare numindu-se „administrare continuă”. Astfel, inițial au fost produse contraceptive ce au 24 de pastile active din 28, iar din 2008 au apărut pe piață preparate cu 28 de pastile active hormonal a căror administrare duce la dispariția completă a menstruației (și, evident, a întregului context de simptome neplăcute însoțitoare), fără niciun pericol pentru sănătatea femeii.



monofazică (toate pastilele au aceeași concentrație hormonală);



multifazică (bifazice sau trifazice - două, respectiv trei tipuri de pastile cu concentrații hormonale diferite pe aceeași folie).



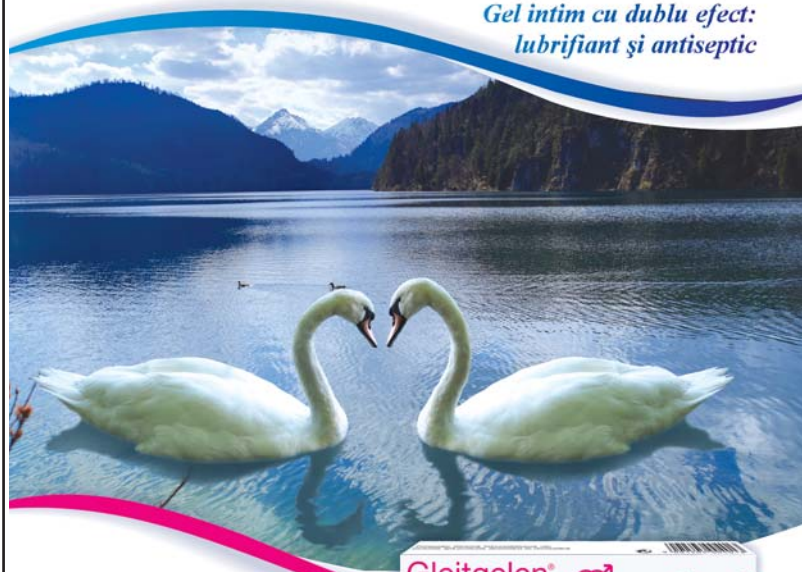
nițial foarte populare, preparatele multifazice aproape că au dispărut de pe piață deoarece nu și-au dovedit superioritatea, fiind înlocuite de preparatele monofazice care sunt mai ușor de administrat atât discontinuu (21 zile din 28 zile), cât și continuu (28 din 28 de zile).

La ora actuală, se produc doar preparate cu concentrație hormonală mică și foarte mică, adică toate preparatele existente pe piață în prezent conțin doze hormonale mai mici decât secreția hormonală naturală a ovarului.

www.cafena.ro

Gleitgelen®

*Gel intim cu dublu efect:
lubrifiant și antiseptic*



- ↳ *Înlocuiește secreția naturală*
- ↳ *Ușor de aplicat*
- ↳ *Conține clorhexidină – efect antiseptic și dezinfectant*
- ↳ *Testat bacteriologic*
- ↳ *Toleranță excelentă*

- ↳ *Produs de o firmă de medicamente*
- ↳ *Incolor; inodor; nu este gras, nu pătează lenjeria*
- ↳ *Se poate folosi cu/fără prezervativ*
- ↳ *A! nu este metodă contraceptivă*



Reprezentanța pentru România
Str. Poet Andrei Mureșanu nr.5, ap.1, sector 1, București
Tel./Fax: 021 230 3351; www.montavit.ro

Pastila
contraceptivă se
administrează pe
toată perioada
în care femeia
nu dorește să
rămână gravidă,
NU SE FAC
PAUZE, chiar
dacă este vorba
de zeci de ani.

Experiența clinică a dovedit că „pauzele de 1-3 luni” nu au nicio justificare medicală. Femeia care dorește un copil va întrerupe tratamentul cu pastile, chiar și la mijlocul foliei, și va încerca concepția unei sarcini IMEDIAT, fără alte perioade de așteptare, deoarece probabilitatea de a obține o sarcină este maximă în primele luni de la întrerupere tratamentul contraceptiv.



Avantajele

pastilelor combinate
estro-progestative:

1 sunt ușor de administrat și pot fi folosite la orice vârstă după instalarea pubertății;

2 nu intervin în desfășurarea actului sexual, nu necesită cooperarea partenerului;

3 reglează ciclul menstrual, reduc cantitativ menstruația (atât ca volum, cât și ca număr de zile), reduc durerile menstruale (dismenoreea), iar administrarea continuă duce la eliminarea în totalitate a menstruației fără efecte adverse sau riscuri pentru sănătatea femeii;

4 după administrări mai lungi de 5 ani se instalează protecția pentru cancerul de ovar și cel de endometru (mucoasa uterină); din acest punct de vedere, pastila combinată este singurul medicament care și-a dovedit efectul protector împotriva vreunei forme de cancer;

5 previn apariția nodulilor mamari benigni (necanceroși) și a mastozei fibro-chistice;

6 preparatele moderne reduc acneea, pilozitatea excesivă, excesul de sebum;

7 contrar părerilor empirice, pastilele moderne reduc pofa de mâncare;



8 la unele femei (cele cu anovulație cronică, ovar distrofic, polichistic etc.) refac starea normală de hidratare a tegumentelor;

9 previn (și tratează) apariția chisturilor ovariene;

10 scad riscul de infecții genitale cronice (anexite);

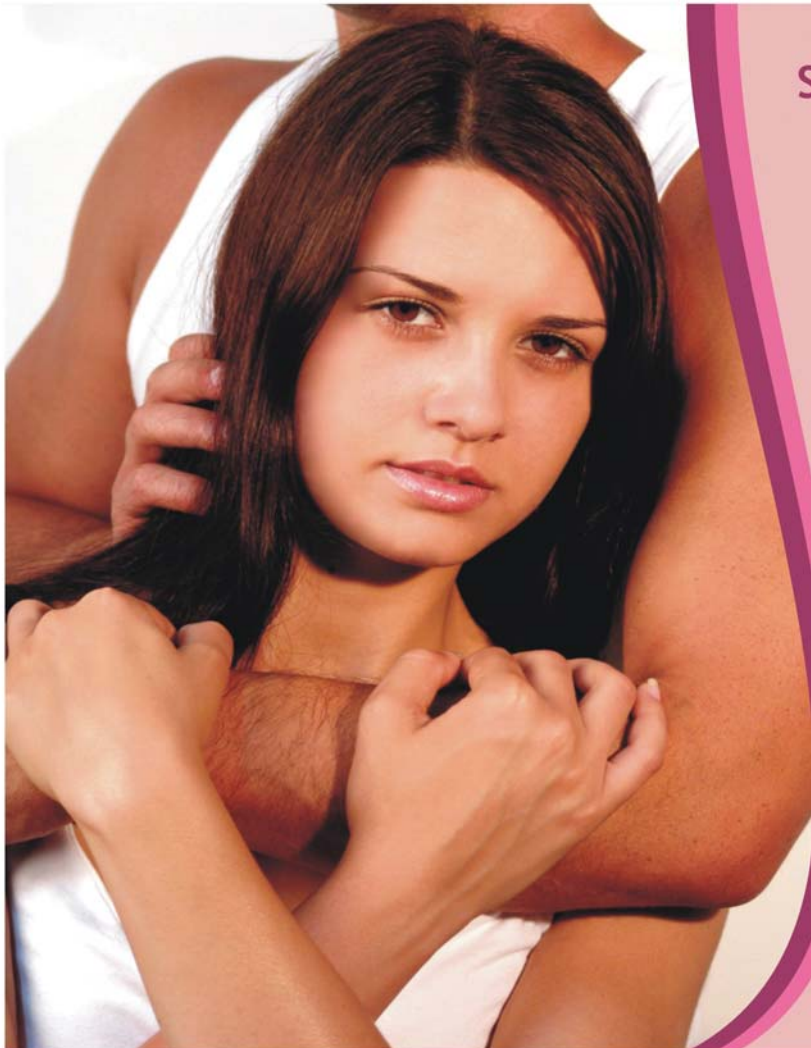
Avantajele pastilelor combinat estro-progestative

11 studiile clinice au sugerat că utilizarea pe termen lung duce la conservarea populației de foliculi ovarieni (ouă), prevenindu-se astfel apariția menopauzei precoce, cu păstrarea consecutivă a fertilității și dincolo de vârsta de 35-40 ani;

12 femeia poate întrerupe în orice moment folosirea lor;

13 pot preveni sau ameliora anemia feriprivă;

14 pot fi folosite drept contracepție de urgență în cazul contactelor sexuale neprotejate.



Sunt în siguranță de fiecare dată

CONTRACEPT-M este o metodă de contracepție locală, ușor de utilizat, fără contraindicații sau efecte secundare nedorite, care nu afectează ciclul hormonal. Se administrează cu 5-10 minute înainte de contactul sexual, fiind activ timp de 4 ore.

Și nu uita: ești în **SIGURANȚĂ!**



www.contracept-m.ro

MCC *MAGISTRA C&C*

Constanta - Romania, Bdul Aurel Vlaicu nr. 82A
tel/fax: 0241 / 634742, office@magistracc.com
www.magistracc.com

● Dezavantaje ●

și contraindicații:

1 nu asigură protecție împotriva bolilor cu transmitere sexuală (BTS);

2 trebuie luată în fiecare zi, de preferabil în același moment al zilei; în cazul în care s-a uitat administrarea unei pilule, aceasta se administrează cât mai curând posibil, iar următoarea pilulă se ia în mod normal. Dacă s-au uitat 2 pilule la rând, se recomandă luarea câte unei pilule uitate la fiecare 12 ore până la recuperarea ordinii de luare a pilulelor de pe folie și protecție suplimentară pentru următoarele 7 zile. Dacă în intervalul în care nu au fost luate pilulele a avut loc și un contact sexual neprotectat, se recomandă folosirea contracepției de urgență sau, cel mai bine, apelarea la serviciile unui specialist pentru consiliere. Următoarea folie se administrează în mod obișnuit.

3 poate accentua simptomele unei afecțiuni biliare preexistente;

4 nu este recomandată femeilor ce au un risc crescut de accident tromboembolic, cum ar fi femeile care au predispoziție familială (trombofilie) sau au avut tromboflebită, accident vascular cerebral sau ischemie coronariană; studiile clinice au arătat că riscul crescut de accident tromboembolic se manifestă în primul an de administrare, și de aceea femeile care trec de vârsta de 35 de ani pot folosi în continuare pastila dacă o utilizează deja de mai mult de 3 ani;



5 nu este recomandată la femeile ce suferă de anumite forme de migrenă;

6 în primele luni de administrare pot apărea dureri de cap, creșteri temporare de greutate (1-2 kg, prin refacerea hidratării normale), sângerări vaginale reduse; toate aceste fenomene sunt reversibile, ele dispărând după 3-4 luni de administrare;

7 nu se administrează la femeile care alăptează sau atunci când există suspiciuni de cancer genital sau mamar;

8 necesită un consult medical și prescripție medicală (rețetă).

Plasturele combinat și Inelul intravaginal

Au aceleași efecte ca și pastila combinată.

Avantajul utilizării lor este că se ocolește administrarea digestivă, fapt important mai ales la femeile cu afecțiuni biliare pre-existente (calculi biliari, diskinezie biliară etc.).

Plasturele se lipește pe piele, câte un plasture pe săptămână, inelul vaginal se introduce în vagin, câte unul la patru săptămâni.

Dezavantajele sunt determinate de dezlipirea accidentală a plasturelui – trebuie pus un plasture nou, respectiv eliminarea accidentală a inelului vaginal – poate fi reintrodus.



Contracepția monohormonală

Este reprezentată de pastila monohormonală (conține o doză mică de derivat de progesteron), injecția contraceptivă, implantul și plasturele monohormonale.

Protecția contraceptivă se realizează preponderent prin îngroșarea mucusului cervical ce devine impermeabil pentru spermatozoizi. Doar la o proporție mică de femei se realizează inhibarea ovulației.

Poate fi administrată și femeilor care au contraindicație pentru preparatele estro-progestative, fiind practic o metodă fără contraindicații.

Pastilele se administrează zilnic, fără pauză (folia are 28 de pastile identice), la aceeași oră a zilei; plasturele se aplică săptămânal; injecția se face la 8-12 săptămâni, iar implantul se introduce sub piele și are o durată de eficacitate de 3-5 ani.

Injecția contraceptivă reprezintă la ora actuală metoda cea mai folosită de contracepție monohormonală datorită îmbinării mai multor avantaje:

- ușor de administrat – o injecție intramusculară;
- intervalul de timp de 12 săptămâni între administrări este suficient de mare;
- costul este redus;
- administrarea este confidențială;
- se poate administra la orice femeie, neavând practic contraindicații.

Ca **dezavantaje**, la unele femei poate duce la apariția unor sângerări vaginale intermitente, fără periodicitatea menstruației, care, deși sunt nepericuloase, reprezintă însă un disconfort social sensibil.

UN COPIL DORIT E UN COPIL IUBIT

Începutul contracepției a fost marcat de necesitatea și dorința de a se evita sarcinile nedorite. Știința ne-a oferit mai multe variante...

Continuarea contracepției a fost marcată de metode cu eficiență

cât mai mare, apoi de metode care să aibă cât mai puține reacții adverse, apoi de metode care să fie cât mai ușor de folosit, oamenii de știință având mereu o preocupare pentru îmbunătățirea calității vieții femeilor.

În acest context, vrem să oferim un mesaj către femeile care folosesc deja metode contraceptive și un mesaj către femeile care doresc să fie inițiate în domeniu.

Mesaj pentru utilizatoarele de metode contraceptive

Există multe femei doritoare să schimbe metoda contraceptivă pe care o folosesc deja (fie de o perioadă mai lungă de vreme, fie doar de câteva luni).

Motivele care ar putea îndemna o femeie să își dorească un nou contraceptiv ar putea fi dorința de a folosi cantități mai mici de hormoni, gândul că orice pastilă luată pe ter-




men lung poate avea niște reacții adverse (de exemplu sunt îngrijorate că le poate fi afectat ficatul) sau vor să scape de grija unei pilule care trebuie luate zilnic.

Dorințele acestei categorii de femei pot fi rezolvate printr-o metodă nouă care rezolvă îngrijorările amintite mai sus. Toate aceste beneficii sunt posibile datorită modului de administrare al acestui contraceptiv, care este sub forma unui inel și se administrează vaginal.

Doar administrarea vaginală (locală) permite folosirea unor cantități mici de hormoni, elimină stresul pilulei zilnice, conferă o stare de bine femeii deoarece cantitățile de hormoni sunt eliberate constant și nu mai trebuie să treacă prin ficat înainte de a ajunge la locul de acțiune.

Mesaj pentru femeile care doresc să folosească pentru prima dată o metodă contraceptivă

 femeile care doresc să aibă un copil în cel mai bun moment al vieții sale este o femeie care vrea să folosească o metodă contraceptivă care să îndeplinească cerințele anilor în care trăim, adică să fie o metodă inovativă.

Există mai multe subiecte care trebuie discutate cu medicul care poate recomanda un contraceptiv: „Mi-aș dori un contraceptiv care să aibă cantități mici de hormoni, care să fie cât mai puțin toxic pentru organismul meu și... dacă se poate... să nu îmi încarce programul

cu un stres suplimentar al unei pastile zilnice.”

Aceste elemente pot fi regăsite într-o nouă metodă contraceptivă care este dedicată femeii moderne și sofisticate - inelul contraceptiv intravaginal.

Acest inel inovativ permite folosirea unor cantități mici de hormoni, eliberate local și constant, care nu trebuie să treacă prin ficat înainte de a ajunge la locul de acțiune, și elimină stresul pilulei zilnice.

Detalii despre modul de utilizare și îndepărtare a inelului contraceptiv puteți afla de la medicii ginecologi, de la medicii de planning și în lanțul de farmacii CATENA.



Metodele de barieră



Sunt reprezentate de prezervativ, spermicide și diafragmă (cu varianta capişon cervical). Dintre acestea, prezervativul reprezintă însă unica metodă de prevenție eficace a bolilor cu transmitere sexuală (BTS), adică: infecția cu virusul HIV-SIDA, virusul hepatitei B, C, papiloma virus, sifilis, gonoree, tricomoniază, chlamydia, ureaplasma etc.

Prezervativul

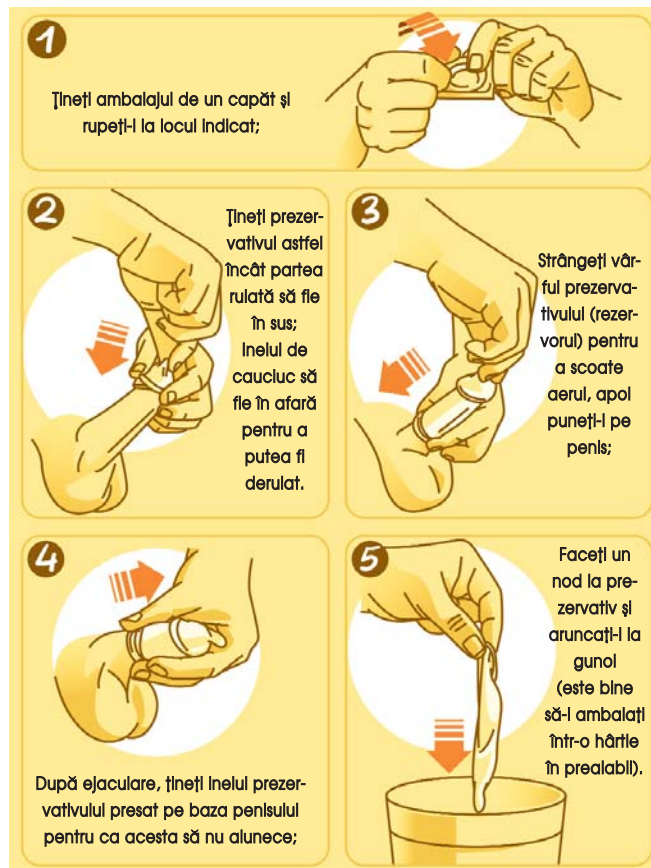
Este o metodă contraceptivă ce are eficacitate comparabilă cu pilula estro-progestativă, studiile arătând un indice de prevenție de 98%.



Eficacitatea prezervativului depinde de folosirea sa corectă:

- prezervativul trebuie folosit la fiecare contact sexual, indiferent de tipul contactului;
- prezervativul trebuie folosit pe toată durata contactului sexual;
- prezervativul se aplică după instalarea erecției;
- prezervativul se scoate imediat după ejaculare, înainte de pierderea erecției;
- sarcina procurării prezervativului aparține ambilor parteneri;
- folosirea altor metode contraceptive (cum ar fi pilula, steriletul) nu exclude folosirea prezervativului.

În cazul în care apare un accident în folosirea prezervativului (se rupe, rămâne în vagin etc.), femeia trebuie să apeleze la medic în vederea contracepției de urgență și a unei discuții în ceea ce privește bolile cu transmitere sexuală.



Sugestii pentru utilizarea prezervativelor

1 este recomandat să țineți prezervativele într-un loc răcoros și la întuneric - căldura, lumina și umiditatea pot deteriora prezervativele;

2 dacă este posibil, folosiți prezervative lubrificate, în ambalaje mate; lubrifierea poate reduce riscul de rupere;

3 mănuiți prezervativele cu atenție: nu utilizați foarfeci, unghiere sau orice obiecte tăioase pentru deschiderea ambalajului pentru că, accidental, prezervativul se poate perfora;

nu derulați prezervativul înainte de folosire, pentru a nu-l deteriora. Un prezervativ derulat este și mult mai greu de pus;

utilizați un prezervativ nou ori de câte ori:

- ambalajul este deteriorat;
- data de producție este cu mai mult de 5 ani înaintea momentului folosirii;
- când îl luați în mână este uscat, friabil sau lipicios.

A SOSIT MOMENTUL SĂ AI UN COPIL?

EA

EL

JOB EXCELENT



DA
-
NU

MAX
-
MIN



STARE FIZICĂ

PARTENER DE ÎNCREDERE



DA
-
NU

DA
-
NU



APTITUDINI TEHNICE

CASĂ DE VIS



DA
-
NU

MAX
-
MIN



DEDICAȚIE

O MAMĂ DE MILIOANE



DA
-
NU

MAX
-
MIN



SITUAȚIE FINANCIARĂ

DIETĂ PERFECTĂ



DA
-
NU

MAX
-
MAX



DISPONIBILITATE

ȘEF ÎNȚELEGĂTOR



DA
-
NU

MAX
-
ZERO



FOTBAL

20
34
56
45
97
54
21
92
63
42
98
85
76
30

PÂNĂ CÂND CONDIȚIILE NU SUNT ÎNDEPLINTE, FOLOSEȘTE:





Dispozitivul intrauterin (steriletul)



Steriletul clasic

Constă în introducerea unui corp străin în cavitatea uterină. Steriletul previne sarcina printr-un mecanism complex, efectul principal al steriletelor cu cupru fiind cel de spermicid (inhibarea migrației spermatozoizilor sau inactivarea lor), în secundar împiedicând fertilizarea.

Dispozitivul intrauterin sau steriletul este un obiect din plastic care se introduce în uter printr-o manevră specială executată de către medicul specialist. Tipurile actuale de sterilet au fire sau inele din metal (cel mai frecvent din cupru).

Are o
eficiență
de **99-99,5%**,
în funcție de
tipul de sterilet.

În următoarele clinici/cabinete

puteți obține consultații și prescripții

Arad

Spitalul Clinic Genesis

Adresă: str. Cornel Radu, nr. 3, Tel.: 0257 219 700

Brașov

Hiperla Brașov

Adresă: Calea București, nr. 25-27, Tel.: 0268 330 170

Cluj-Napoca

Plenifam - Cabinet de ginecologie și planificare familială

Adresă: str. Fabricii de Zahăr, nr. 11, ap. 31

Tel.: 0264 445 400

Constanța

Isis Medical Center

Adresă: str. Mircea cel Bătrân, nr. 102

Tel.: 0341 463 344

Craiova

Centrul de Diagnostic și tratament OB-GYN

Adresă: str. Dezrobirii, nr. 123

Tel.: 0251 315 811

Iași

Centrul Medical Iscare International

Adresă: str. Ciurchi, nr.128

Tel.: 0374 011 065

Oradea

Cabinetul Medical Euclid

Adresă: str. Nicolae Jiga, nr. 13

Tel.: 0259 431 377, 0259 434 141

Pitești

Agatha Medical Center

Adresă: str. Cuza Vodă, bl. D3, sc. A, et.

1, ap. 3, Tel.: 0248 251 588

Ploiești

Alfa Medical Center

Adresă: bd. Independenței, nr. 27, Tel.: 0244 542 200

Râmnicu Vâlcea

Apogeu SRL

Adresă: str. Rapsodiei, bl. D 1-3, sc. B, ap. 3, Tel.: 0(250) 744 151

Satu Mare

Clinica Sf. Maria

Adresa: str. Gabriel Georgescu, nr.36

Tel.: 0361 881 900

Sibiu

Clinica Sanostar

Adresă: str. Călugăreni, nr. 23

Tel.: 0269 244 999; 0369 447 964; 0758 758 587

București

Centrul Medical Unirea

Adresă: bd. Unirii, nr. 57, sector 3

Tel.: 021 9268

Clinica Medocenter

Adresă: str. Dr. Răureanu, nr. 1, sector 5

Tel.: 021.311.06.40; 031.425.36.04

Spitalul Euroclinic

Adresă: Calea Floreasca, nr. 14 A,

Sector 1

Tel.: 021 208 99 79; 021 200 68 00

Clinica Medcover

Adresă: bd. Dimitrie Pompei 6A, sector 2

Tel.: 021 232 85 30

Clinica Gynecoland

Adresă: str. Gramont, nr. 7, sector 4,

Tel./Fax: 021 337 29 53; 021 336 43 73

Clinica Sanador

Adresă: Baneasa Business & Technology Park, sos. București-Ploiești, nr. 42-44, sector 1, Tel.: 021 9699

Clinica Medlife

Adresă: Calea Grivitei, nr. 365, sector 1

Tel.: 021 209 40 30

Clinica Medsana

Adresă: str. Nanu Muscel, nr. 12, sector 5

Tel.: 021 408 78 00

Clinica Med-As Professional

Adresă: bd. Regina Elisabeta, nr. 57, sect. 5

Tel.: 021 313 09 21/23; 021 313 05 32/52;

Mobil: 0728 304 847

Suceava

SCM Centrul Medical Bucovina

Adresă: Calea Unirii, nr.26

Tel.: 0230 519 002; 0740 093 586

Timișoara

GYN-MED

Adresă: bd. Mihai Eminescu, nr.16

Tel.: 0256 498 684; 0744 577 875

Vaslui

CMI Dr. Apăvăloale Iuliana

Adresă: str. M. Kogălniceanu, nr. 1, bl. A1, sc. E

Tel.: + 40 (235) 319 766

Avantaje:



poate fi păstrat în uter un timp îndelungat, până la 10 ani;



raportat la durata de utilizare este metoda cu cel mai scăzut cost.

Dezavantaje:



nu protejează împotriva bolilor cu transmitere sexuală;



crește riscul de boală inflamatorie pelviană (BIP) și implicit de sterilitate;



nu asigură protecție împotriva sarcinii extrauterine;



nu este recomandat femeilor care au mai mulți parteneri sexuali;



nu este recomandat femeilor care au sângerări genitale din alte cauze;



nu este recomandat femeilor care au avut o sarcină extrauterină;



trebuie montat și extras doar de personal medical calificat.

Sistemul hormonal intrauterin

Constă de fapt într-un dispozitiv de plastic în forma literei „T” ce este introdus în uter și care periodic eliberează o doză mică de derivat de progesteron.

Este printre cele mai eficiente dispozitive contraceptive, peste 99,9%.

Avantaje:

- o metodă anticoncepțională pe termen lung (5 ani) reversibilă.

Dezavantaje:

- menstruațiile pot deveni mai abundente, neregulate (în special în primele luni);
- pacienta poate acuza un disconfort care este în general mai redus față de cel cauzat de steriletul clasic.



www.catena.ro

Bella Medica, mai mult decât natural!

Atunci când ne alegem lenjeria intimă acordăm o atenție deosebită materialului din care aceasta este confecționată.

Când este vorba însă despre alegerea absorbantului ne gândim doar că trebuie să fie sigur. De ce să nu alegem unul care să fie nu doar sigur ci și delicat cu pielea, discret, confortabil și care să ne acorde încrederea de care avem nevoie?

Extractul de ceai verde și suprafața naturală Softi a absorbantelor Bella Medica răsfășă pielea sensibilă. Are proprietăți antibacteriene, anti-inflamatorii și efect de neutralizare a mirosului neplăcut. Bella Medica oferă ceea ce ne dorim și nu știam că există.




MEDICA 

www.bella.ro



Metodele naturale



Abstinenta sexuală

Este cea mai sigură metodă de contracepție și de prevenire a bolilor cu transmitere sexuală.



Metoda Calendarului

Metoda folosește ca principiu identificarea momentului ovulației, adică a perioadei fertile a femeii. Se apreciază că ovulul are o durată de viață de până la 48 de ore după ovulație, în timp ce spermatozoizii trăiesc până la 72 de ore în tractul genital al femeii.

Deși se vorbește frecvent de ovulație în ziua a 14-a a ciclului menstrual (prima zi de sângerare la menstruație este ziua întâi), în realitate ovulația se produce cu 12-16 zile înaintea următoarei menstruații. Ca urmare, pentru determinarea corectă a momentului ovulației, femeia trebuie să își urmărească durata ciclurilor menstruale (din prima zi a unei menstruații și până în prima zi a menstruației următoare) cel puțin un an de zile și să ia în calcul cel mai lung și cel mai scurt ciclu menstrual, alături de durata de viață estimată a ovulului și spermatozoidului.

Există mai multe formule de calcul, iar una din cele mai simple de folosit este formula "9/19":

- din cel mai scurt ciclu menstrual se scade 19 și se obține prima zi fertilă a ciclului;
- din cel mai lung ciclu menstrual se scade 9 și se obține ultima zi fertilă a ciclului.

Pentru femeile care au ciclul menstrual regulat, formula funcționează acceptabil, însă pentru o femeie cu cicluri neregulate (de ex. între 24 și 30 de zile) perioada de „siguranță contraceptivă” este foarte redusă.

Metoda simpto-termală

Este o metodă cu eficacitate contraceptivă redusă și care, evident, nu asigură protecție împotriva bolilor cu transmitere sexuală. Este indicată în special cuplurilor stabile pentru care limitarea numărului de nașteri nu reprezintă o prioritate importantă.

Reducerea perioadei fertile se poate face prin determinarea momentului ovulației. Acesta se poate afla prin metoda temperaturii bazale și/sau prin metoda mucusului cervical.

Temperatura bazală (măsurată dimineața, intra-vaginal, înainte ca femeia să se dea jos din pat) crește imediat după ovulație cu cel puțin 0,4°C față de media zilelor precedente, creștere ce se menține cel puțin 3 zile.

Coitul întrerupt

Presupune
ejacularea în afara
vaginului.

Eficacitatea metodei este sub 50%, deoarece secreția seminală ce conține spermatozoizi se poate elimina înainte de ejaculare.

Alte metode similare (conținerea ejaculării, ejacularea retrogradă) sunt simple speculații ce nu au fost evaluate obiectiv.



Metodele chirurgicale



Ligatura tubară (la femeie) și ligatura canalului deferent (la bărbat)



Sunt metode de contracepție definitivă, recomandate în special persoanelor care și-au încheiat programul reproductiv. Necesită o decizie personală care ar trebui luată după o consiliere individuală atentă și competentă. Pot fi reversibile prin intervenție chirurgicală sau tehnici de reproducere asistată.

Obstrucția tubară per histeroscop

Este tot o metodă de contracepție definitivă ce are avantajul realizării printr-o tehnică minim invazivă (endoscopic). Greu reversibilă, de obicei o sarcină ulterioară se poate obține doar prin fertilizare in vitro.

A deveni părinte trebuie să fie o decizie conștientă și nu ceva care se întâmplă accidental. Conform studiului realizat de Ministerul Sănătății, în 2005, în țara noastră peste 29.000 de nou-născuți au fost aduși pe lume de adolescente cu vârste între 15 și 19 ani. Peste 520 de sarcini au fost constatate la mame care au sub 15 ani.

TALON REDUCERE
Campania "Un copil dorit e un copil iubit!"

MEDCENTER – Centre și laboratoare medicale

medcenter+
e vorba de sănătatea ta

Clinicile Medcenter din București oferă 100 de consultații cu discounturi speciale.
Discounturile se acordă în ordinea programărilor.

15% DISCOUNT la consultațiile de ginecologie
10% DISCOUNT la analizele și investigațiile recomandate de medicul Medcenter

Pentru că, înainte de toate, e vorba de sănătatea ta!

Programări la InfoLine 0800 800 599 apel GRATUIT

www.medcenter.ro

Valabil până la 31.12.10



Contracepția de urgență



Sunt metode de rezervă, ce nu trebuie folosite decât ca o ultimă resursă, în cazul eșecului unei metode contraceptive principale (ex. ruperea prezervativului) sau în alte cazuri, cum ar fi:

- femeia a rămas fără pilule sau a uitat mai mult de 2 pilule pe bază de progestageni sau a întârziat mai multe săptămâni administrarea contraceptivului injectabil și a avut contacte sexuale fără a utiliza și o altă metodă contraceptivă;
- steriletul a fost expulzat;
- o femeie a avut contact sexual împotriva voinței ei;
- contactul sexual a fost neprotejat și femeia dorește să evite o sarcină.

Eficacitatea metodelor de contracepție de urgență este greu apreciazabilă, cifrele comunicate în literatură fiind discutabile. Se pare că previne 75% din sarcinile care ar fi apărut fără utilizarea ei (riscul mediu al unei sarcini în urma unui singur contact sexual neprotejat care a avut loc în săptămâna a doua sau a treia a ciclului menstrual este de 8%; după folosirea contracepției de urgență cu pilule, acest risc scade la 2%).



Cu cât se folosește mai repede după contactul sexual neprotejat, cu atât eficiența contracepției de urgență este mai mare. Se poate realiza prin metode hormonale sau inserția de sterilet.

Lista farmaciilor



Alba Iulia

- Str. Iuliu Maniu, Bl.280, Tel: 0258/81.18.11

Arad

- Piata Garii, Nr.11, Bl.G, SC.B, Tel: 0257/25.53.73
- Piata Areei, Nr.6, Bl.E, Sc.A, Tel: 0257/28.12.48

Avrig

- Str. Closca, Nr. 23B, Tel: 0269/52.48.06

Bacau

- Str. Pasajul Revolutiei, Nr.3, Tel: 0234/51.01.84

Baia Mare

- Bd. Unirii, Nr.12, Tel: 0262/25.09.68

Bals

- Str.Ion Creanga, Nr.2, Bl.8, Tel: 0249/45.02.91

Bascov

- Bascov, Bl.C1, Tel: 0248/27.04.44

Bistrita

- Bd Decebal, Nr.25, Bl. J, Tel: 0263/23.58.09

Brad

- Str. Libertatii, Nr.2, Bl.B1, SC.1, Ap.1, Tel: 0254/61.05.99

Braila

- Cartier Obor, Nr. 47, Bl. AG 6, Tel: 0239/68.51.30

Brasov

- Str. Al. Vlahuta, Nr.45 colt cu Str. Branduselor nr. 76, 074/210.40.82
- Str.Iuliu Maniu, Nr.20, Tel: 0268/41.97.24
- Str. Nicolae Balcescu, Nr.67, corp C, Tel: 0368/45.65.53
- Str. Zizinului, Nr.2, Bl.40, Sc.C, Tel: 0268/31.31.15
- Bdul Al.Vlahuta, Nr.42, Tel: 0268/32.84.64
- Str. Jepilor, Nr.2, Bloc A8, Sc. B, Parter Tel: 0268/54.04.11

Bucuresti

Sector 1

- Bdul Aerogarii, nr.32, Tel: 021/233.39.05
- Calea Grivitei, nr.158, Tel: 021/222.16.35
- Calea Grivitei, Nr.234, Bl.1, Sc.A, Tel: 021/666.12.93
- Bdul Nicolae Titulescu, Nr 12, Bl.21,

Tel: 021/310.82.83

- Str. Stirbei Voda, Nr.17, Tel: 021/313.56.27
- P-ra Amzei-Str.Mendeleev, Nr.7-15, Tel: 021/313.23.95
- Bdul Ion Mihalache, Nr.195, Tel: 021/224.10.64
- Bdul Nicolae Balcescu, Nr.36, Tel: 021/312.62.99
- Calea Dorobanti, Nr. 152, Bl.14, Sc. C, Tel: 021/230.31.66

Sector 2

- B-dul Garii Obor, Nr.10, Tel: 021/460.10.02
- Str.Lacul Tei, Nr.75, Bl.16, Tel: 021/250.51.54
- Sos. Mihai Bravu, Nr.122, Bl.D27, Tel: 021/636.33.20
- Str. Stefan cel Mare, Nr.31, Tel: 021/212.11.09
- Str. Stefan cel Mare, Nr.48, Bl. 35A Tel: 021/210.51.15
- Sos. Iancului, Nr.33, Bl.105A, Tel: 021/250.21.18
- Sos. Pantelimon, Nr.350, Bl 4, Tel: 021/255.53.28
- Str. Pescarilor, Nr.4, Tel: 021/240.04.62
- Cal. Mosilor, Nr.288, Bl.32, Tel: 021/211.09.11
- Str. Vasile Lascar, Nr.111, Tel: 021/211.37.84
- Sos. Colentina, Nr.81, Bl. 84, Tel: 021/240.50.48

Sector 3

- Str. Liviu Rebreanu, nr.2, Tel: 021/348.26.66
- Calea Vitan, Nr.17A, Tel: 021/327.41.47
- Calea Vitan, Nr.126A, Tel: 021/346.38.66
- Sos. Dudesti-Pantelimon, poarta 1-23, nr.3-5, Tel: 021/255.14.00
- Str. Nicolae Pascu, Nr.1A, Bl. 8, Tel: 021/346.84.37
- Str. Baba Novac, Nr. 11A, Bl.1, Tel: 021/324.41.50
- Str. Campia Libertatii, Nr.46, Bl.52, Tel: 021/308.60.80
- Str. Trapezului, nr.15, Tel: 021/348.51.93
- Str. Nicolae Grigorescu, Nr.53, Tel: 021/348.02.82

- Str Trapezului intersectie cu Bd. Th. Pallady, Tel: 021/348.33.03
- Str. Gura Ialomitei, Nr.1, Tel: 021/345.06.59
- Str. Campineanca, Nr.1, Bl P103, Tel: 021/345.46.86
- Str. Camil Ressu Nr.6, Bl. 20, Tel: 021/344.40.46
- Bdul Ramnicu Sarat, nr. 17, bl. 20I, Bucuresti, Sector 3, Tel:021/ 344.45.30

Sector 4

- Sos. Oltenitei, Nr.230, Bl.24, Tel: 021/634.20.54
- P-ra Resita, Nr.2-4, Bl.M1, Tel: 021/450.37.00
- Calea Serban Voda, Nr.270, Bl.14, Tel: 021/330.13.88
- Str. Secului, Nr.2, Tel: 021/332.76.18
- Str. Secului, Nr.8, Tel: 021/634.34.46

Sector 5

- Str. Bachus, Nr.21, Tel: 021/450.86.33
- Str. Margeanului, Nr 52, Bl. M124, Tel: 021/420.21.68
- Cal. Rahovei, Nr.321, Bl.28, Tel: 021/423.02.08

Sector 6

- Calea Crangasi, Nr.14, Bl.40, Tel: 021/221.00.26
- B-dul Iuliu Maniu, Nr.59, bl.10A, Tel: 021/444.07.99
- B-dul Iuliu Maniu, Nr.78-92, Tel: 021/340.40.48
- Str. Paulis, Nr.8, Tel: 021/434.24.49
- Calea Giulesti, Nr. 38-40, Tel: 021/220.40.95
- Calea Giulesti, Nr.133, Tel: 021/221.91.16
- Bdul 1 Mai, Nr.28, Tel: 021/440.14.24
- Str.Plevnei, Nr.122, Tel: 021/348.51.93
- Str. Apusului, Nr.50, Tel: 021/434.14.03

Calan

- Str. Florilor, Bl.32, Tel: 0254/73.00.10

Calarasi

- Str. Bucuresti, Nr.70, Tel: 0242/31.90.44

Campina

- Str. Al.I.Cuza, Nr.19, Tel: 0244/37.50.54

- Str. B.P.Hasdeu, Nr.91, Complex Comercial Fibec, Tel: 0244/37.61.04

Campulung

- Str. Negru Voda, Nr.108, Tel: 0248/22.40.43
- Str. Negru Voda, Nr.129, centrul comercial Big&Small, Tel: 0248/51.02.62
- Str. Negru Voda, Nr.146, Tel: 0248/51.08.81
- Str. Nicu Leonard, Bl.A10, Tel: 0248/51.07.81
- Str. I.C.Bratiianu, Nr.114, Tel: 0248/51.07.74

Caracal

- Calea Bucuresti, Bl.A1, Sc.B, Tel: 0249/51.31.37
- Str. Antonius Caracalla, Nr.4, intre Bl.J si K, Tel: 0249/51.31.36

Cluj Napoca

- Str. Septimiu Albini, Nr.113, Tel: 0264/44.04.12
- Str. Tribunal Vladutiu, Nr.17, Tel: 0264/41.00.28
- Str. Maresal Ion Antonescu, Nr.6, Ap. 219, Tel: 0264/42.71.95
- Pta. Mihai Viteazul, Nr.36, Ap. 8, Tel: 0264/48.72.98

Constanta

- Str. Cismelei, Nr. 8C, Tel: 0241/64.05.40
- Bdul Ferdinand, Nr.106, Bl.R5, Sc.B, Tel: 0241/63.11.18
- Str. Stefan cel Mare, Nr.70 bis, Tel: 0241/61.44.27
- Sos. Mangaliei, Nr.185, Bl.4, Tel: 0241/51.36.70
- Str. Izvorului, Nr.27, Tel: 0241/63.13.48

Costesti

- Str Victoriai, Bl.Z, Tel: 0248/67.22.20

Craiova

- Bdul Nicolae Titulescu, Bl.15, Sc.B, Tel: 0251/42.23.00
- Calea Unirii, Incintea Mercur SA, Nr.14, Tel: 0251/40.78.05
- Str. Al. Ioan Cuza, Nr. 4, Bl.150, Tel: 0251/41.55.01

Curtea de Arges

- B-dul Basarabilor, Bl.E21, Tel: 0248/72.25.61
- Str. Elena Cuza, Bl.E5, Sc.A, Tel: 0248/72.25.78



CONCLUZII

Sănătatea reproducerii înseamnă ca oamenii să aibă condițiile necesare pentru o viață sexuală satisfăcătoare și lipsită de pericole. Ei trebuie să aibă libertatea de a decide dacă, când și cum vor avea contact sexual.

O cerință implicită a acestei condiții este ca oamenii să fie informați și să aibă acces la metode de planificare familială acceptabile, lipsite de nocivitate, eficiente și pe care să poată să și le permită, în funcție de dorințele lor.

Lista farmaciilor



Deva

- B-dul Decebal, Bl.D, Sc.B, Tel: 0254/21.52.53

Draganesti-Olt

- Str. Nicolae Titulescu, Bl.D12, Tel: 0249/46.52.27

Dragasani

- Str. Pandurilor, Bl.H, Tel: 0250/81.13.80

Drobeta Turnu Severin

- Spl. Mihai Viteazul, Nr.25, Bl. Z/C,
- Tel: 0252/33.05.88
- Str.Crisan, Nr.17 A, Tel: 0252/31.21.09

Fagaras

- Str.1 Decembrie 1918, Bl.7B, Tel: 0268/21.14.02

Focsani

- Bdul Unirii, Nr.14, Bl.G2, Tel: 0237/61.11.16

Galati

- Str. Brailei, Nr. 234, Bl.E5, Micro18,
- Tel: 0236/41.34.75

Giurgiu

- Piata Comertului, Bl.48, Sc.A, Tel: 0246/21.76.58
- Bdul. Mihai Viteazu, Bl 208, Sc. C,
- Tel: 0246/21.62.08

Hunedoara

- Str. G. Enescu, Nr.2, Tel: 0254/71.69.29
- Str. Victoriei, Nr.13A, Corp C1, Tel: 0254/74.06.05

Iasi

- Str. Tabacului, Nr.1A, Tel: 0232/21.63.31
- Bdul Carol I, Nr.48, Tel: 0232/25.02.33
- Str. Costache Negri, Nr.9, Bl.C4, Tel: 0232/26.21.26
- Sos. Socola Nr.2, Bl. F, sc. F, Tel: 0232/27.46.22
- Sos. Arcu, Nr.1, Bl.T3, Tel: 0232/26.76.12
- Bdul. Tudor Vladimirescu, Nr.38, Tel: 0232/25.14.44
- Str. Galata II, Bl.E4A, Tel: 0232/23.07.04
- Sos. Nicolina, Nr.15, Bl. 944, Tronson 1, Tel: 0232/23.26.40

Jimbolia

- Str. Republicii, nr.38, Tel: 0256/36.04.44

Mangalia

- Sos. Constantei, Nr.41, Bl.4G, Sc.B, Ap. 16, Tel: 0241/ 74.04.77

Medias

- Str. Mihai Eminescu, Nr.4, Tel: 0269/84.22.83

Miercurea Ciuc

- Str. Tudor Vladimirescu, Nr.48, Tel: 0266/31.74.10
- Kossuth Lajos, Nr.19, Tel: 0266/37.14.91

Mioveni

- Bd. Dacia, Bl.F1, Tel: 0348/ 26.06.49

Navodari

- Str. Ogorului Bl. O6, Sc. C, Ap.32,
- Tel: 0241/76.11.64

Ona Mures

- Str. Malinului, Nr.1, Tel: 0258/87 08.73

Oltenita

- Str. Argesului, Nr. 66-72, Tel: 0242/51.54.43

Onesti

- Str. Culturii, Nr.1, Bl.1, Sc.A, Ap.2, Tel: 0234/31.58.72

Oradea

- Str. Mestesugarilor, Nr.73/B, Tel: 0259/41.18.91
- Str. Garoafei, Nr.10, Ap.3/A, Tel: 0259/42.89.90
- Str. Republicii, Nr.37, Tel: 0259/46.78.61
- Str. Selesului, Nr.40, Spatiul Comercial A, Tel: 0259/41.22.08
- Str. Dragos Voda, Bl.C19, Tel: 0259/43.58.98
- Str. Ioan Cantacuzino, Nr.19-21, Bl. AN46, Tel: 0259/46.81.88

Pitesti

- P-to Vasile Milea, Nr.8, Tel: 0248/63.67.43
- Aleea Spitalului Judetean, Nr.16, Tel: 0248/28.36.05
- Str. Maior Sontu, Bld.D4, Tronson C, Tel: 0348/80.74.34
- Bdul Petrochimistilor, Bl.B8, Tel: 0248/22.09.50
- Cart.Craiovei, Complex Comercial, Tel: 0248/25.19.36
- Str. Eremia Grigorescu, Bl.P1, Tel: 0248/63.36.55

- Cartier Gavana, Complex Comercial, Bl.C17, Tel: 0248/28.57.50
- Str. Smardan, Nr. FN, Tel: 0248/25.05.62
- Str. Crinului, Nr.15, Tel: 0248/22.40.41
- Str. Negru Voda, Complex Nord, Tel: 0248/22.40.43
- Str. Teilor, Bl. PS36, Sc. B, Tel: 0248/22.39.33
- Bd. Nicolae Balcescu, Nr.1, Bl.L6, Sc. C, Tel: 0248/61.01.04

Ploiesti

- Str. Piata 1 Dec 1918, Nr.4 in incinta Complex Comercial Big, Tel: 743/00.45.37
- Str. Postei, Nr.17, Tel: 0244/19.27.20
- Str. Marasesti, Bl.162, Tel: 0244/55.43.62

Ramnicu Valcea

- Str.Regina Maria, Bl.Cozia, Magazin Premial, Tel: 0250/73.62.39
- Cart. Ostroveni, Bdul.Tineretului, Bl.A11/3, Sc.A, Tel: 0250/71.14.51
- Cart. Petrisor, Str. Branduselor, Tel: 0250/71.02.33

Reghin

- Str. Mihai Eminescu, Nr.8, Tel: 0265/51.12.00

Resita

- Bdul Republicii, Bl.25, Sc.5, Tel: 0255/25.61.34
- Aleea Hunedoarei, Nr.2, Bl.2, Ap.3, Tel: 0255/23.00.32

Satu Mare

- Str. I.C. Bratianu, Nr.3, Tel: 0261/73.68.83
- Str. Nicolae Galescu, Nr.25, Tel: 0261/71.07.40

Sfantu Gheorghe

- Str. Romulus Ciolfec, Nr.10, Bl.A33, Tel: 0367/80.47.09

Sibiu

- Str. Hermann Oberth, Nr.4, Tel: 0269/25.35.42
- Str. Semaforul Bl.13, Tel: 0269/24.71.74
- Str. Victoriei, Bl.29, Tel: 0269/24.29.22
- Str. Gheorghe Lazar, Nr.11, Tel: 0269/21.15.62
- Bdul Mihai Viteazu, Nr.30, Tel: 0269/23.37.37

Sighetu Marmatiei

- Str. Bogdan Voda, Nr.4, Tel: 0262/31.86.77

Slatina

- Str. Independentei, Nr.4-6, intre Bl.T2 si Bl.T3, Tel: 0249/42.18.18
- Bdul Alexandru Ioan Cuza, Nr.27, Bl.S6, Tel: 0249/43.34.35

Suceava

- Bdul George Enescu, Nr.2, Bl.T-7, Tel: 0230/21.72.97

Targoviste

- Str. Gen. I. E. Florescu, Bl.B1, Sc.B, Tel: 0245/61.70.09
- Bdul Libertatii, Bl.D3-D2, Tel: 0245/64.04.94

Targu Mures

- Bdul 1 Decembrie 1918, Nr.251, Tel: 0265/21.70.27
- Str. Mihai Viteazu, Nr.31, Tel: 0265/26.38.10
- Str. Sacramioarei, Nr.4, Tel: 0265/21.50.42

Timisoara

- Str. Sf. Ap. Petru si Pavel, Nr.15, Bl.A40, Sc.B, Tel: 0256/20.05.80
- Str. Florimund Mercy, Nr.9, Tel: 0256/43.01.52
- Str. Gh. Lazar, Nr.42, Tel: 0256/24.49.43
- Str. Victoriei, Nr.4, Sad 2, Tel: 0256/43.04.78
- Str. Ciprian Porumbescu, Nr.61, Tel: 0256/20.21.78

Titu

- Str. Garii, Bl. B2, Tel: 0245/65.16.85
- Str. I.C. Visarion, nr. 7A, parter, Loc: Titu, jud. Dambovitza, Tel:0245/651702

Turda

- Calea Victoriei, Nr.13, Ap.28, Tel: 0264/31.43.64

Vaslui

- Str. Stefan cel Mare, Bl.104, Tel: 0235/31.00.13

Zalau

- Str. Gh. Doja, Nr.109/A, Tel: 0260/61.74.53
- Bdul Mihai Viteazu, Bl.D, Tel: 0260/61.99.17

Când alegi o metodă contraceptivă trebuie să ții cont de o mulțime de factori.

Fiecărei persoane i se potrivește mai bine o metodă. De aceea, cel mai bine este ca într-o primă fază să inventariezi și să analizezi ce opțiuni ai, care sunt avantajele și dezavantajele fiecărei metode în parte.

Vârsta și starea de sănătate sunt factori importanți în luarea unei decizii privind sănătatea vieții tale sexuale, și asta pentru că există anumite condiții fizice sau boli care nu permit sau în

cadrul cărora nu se recomandă folosirea anumitor metode contraceptive.



Poți trece ușor peste toate întrebările care te frământă, adresându-te medicului de familie, medicului de planificare familială, medicului ginecolog.

Înainte de consultație este bine să te pregătești să răspunzi la întrebări ce privesc istoricul tău medical, antecedentele tale medicale sau cele ale familiei tale, precum și cele ale partenerului tău.

Într-un cabinet de planificare familială vei întâlni un mediu unde pe primul loc va fi asigurarea confidențialității spuselor tale, unde nimeni nu te va judeca sau moraliza. Medicul te va ajuta să alegi în deplină siguranță cea mai sigură metodă contraceptivă pentru tine sau va încerca să te ajute să-ți rezolvi problemele ce țin de viața ta intimă.

CATENA

Farmacia care te ajută



2 sau 3 Ești sigură?

TEST DE SARCINĂ

- rapid
- ușor de utilizat
- precis
- eficient



www.catena.ro

CATENA

Farmacia care te ajută



Reduceri de până la **22%** pentru **STUDENȚI**



Vino cu legitimația de student
și beneficiezi de

REDUCERI SPECIALE

* pentru mai multe informații, consultați farmacistul

www.catena.ro