

Nedovoljno pouzdane metode za kontracepciju

Osobe ili parovi, koje sebi ni u kom slučaju ne bi smele dozvoliti rizik od trudnoće, bi sledeće metode trebale izbegavati:

Ogino ili metoda «ra unanja»

Ova metoda se zasniva na statističkom računanju. Tim putem se određuju dani, koji su blizu ovulacije i verovatno plodni, uzimajući u obzir dužinu trajanja prethodnih 6 do 12 ciklusa. Na tržištu postoje elektronski aparati, koji naznačavaju plodni period na bazi Ogino- računice.

Ne možete se pouzdati u tu ra unicu!

Bolesti, emocionalni šok, umor, brige... mogu doprineti da ovulacija dodje pre vremena ili da kasni.

Spermicidi

Mogu se nabaviti u različitim oblicima: vaginalni čepić, krem, žele, pena, sundjer, itd. Stavljeni u vaginu, oni bi trebali da unište spermatozoide. Upotrebljeni sami za sebe, spermicidi imaju slabu efikasnost. Trebalo bi ih uvek koristiti u kombinaciji sa nekim drugim sredstvom za kontracepciju (prezervativ ili dijafragma), izuzev preparata na bazi benzalkonijuma (pogledati listić «Spermicid na bazi benzalkonijuma»).

Pored toga, navedeni kontraceptivni postupci ne štite protiv infekcija, koje se prenose polnim putem, niti protiv HIV/sida naročito.

Prekinut snošaj tzv. «izvlačenje na vreme» ili «čuvati se»

Muškarac izvlači penis neposredno pre ejakulacije (izbacivanja sperme).

Rizik!

- Muškarac može zakasniti sa povlačenjem za delić sekunde.
- Na vrhu penisa u erekciji, nalazi se jedna kap tečnosti, koja već može sadržavati spermatozoide, a koji mogu da utiču na oplodnju žene odmah po penetraciji.

Vaginalno ispiranje

- Sastoji se u tome, da se odmah nakon ejakulacije (izbacivanja sperme) vagina opere vodom (sa dodatkom spermicida ili bez njega), kako bi se sprečilo prodiranje spermatozoida u matericu.

- Činjenica je međutim, da žena ne može dobiti utrku sa spermatozoidima, koji mogu ući u matericu, u roku od nekoliko sekundi. **Prema tome, ovaj postupak je potpuno neefikasan.**

Dobro je znati

- Najbolju zaštitu od zaraze sa HIV-om ili drugim zaraznim spolnim bolestima pruža sigurniji seks (engl. safer sex), to znači:
 1. Pri spolnom odnosu sa vaginalnom ili analnom penetracijom uvijek koristite kondom za muškarca ili kondom za ženu.
 2. Više informacija prilagodjenih vama lično možete naći na stranici Safer-Sex-Check na lovelife.ch.

*2018, SANTÉ SEXUELLE SUISSE, Fondation suisse pour la santé sexuelle et reproductive; ALECSS
Association suisse latine des spécialistes en santé sexuelle, Éducation – Formation – Conseil; faseg,
Fachverband sexuelle Gesundheit in Beratung und Bildung*

Srpski/Bosanski/Hrvatski :

<https://sexandfacts.ch/sr/kontracepcija/nedovoljno-pouzdana-metode-za-kontracepciju>