

Erkekler için korunma yöntemleri

Erkekler için öngörülen doğum kontrol yöntemleri sayesinde, erkek olarak dölleme yeteneğinizi kontrol altına alma ve eşinizle olan ilişkide gebelikten korunma sorumluluğunu paylaşma imkânına sahip olursunuz. Bu konuda kişisel ve meslek sırrı çerçevesinde danışmanlık hizmeti almak için tıbbi personele veya Cinsel Sağlık ve Aile Planlaması Danışma Merkezlerinden birine başvurabilirsiniz.

Geri dönüşü mümkün yöntemler

İsviçre piyasasında bulunur:

- **Prezervatif** sertleşmiş penise takılan ince, esnek bir kılıftır. Spermlerin, yani erkek üreme hücrelerinin vajina (döl yolu) içine girmesini engelleyerek istenmeyen gebelikten korur. Ayrıca HIV (AIDS) ve diğer cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlara karşı da korur.
[Ayrıntılı bilgi](#)

İsviçre piyasasında henüz bulunmayan:

- **Termal (ısı ile) doğum kontrolü**, testislerin sıcaklığını yükseltir ve böylece sperm üretiminin azalmasını sağlar. Bu doğum kontrol yönteminin farklı çeşitleri vardır:
 - Özel iç çamaşır ya da özel bir halka testisleri penis köküne yanaştırır.
 - Özel bir külot içinde bulunan sıcak kompres testislerin sıcaklığını yükseltir.

Termal (ısı) yöntem birkaç ay süreyle uygulandığında, spermlerin (erkek üreme hücrelerinin) sayısı gittikçe azalarak yumurta hücresini dölemek için yetersiz olur. Bu yöntemle başvurmadan önce doktorla görüşülmeli ve spermlerin dölleme yeteneğine sahip olup, olmadığını gösteren bir spermogram (sperm testi) yaptırılmalıdır. Daha sonra ise, spermlerin dölleme yeteneğinin ne durumda olduğu periyodik spermogram incelemeleri ile kontrol edilir.

Bu yöntemlerin etkililiği ve güvenliği konusunda bugüne kadar yeterli bilimsel araştırmalar bulunmamaktadır. Yöntemi uygulayan herkes bunu kendi sorumluluğunda yapar.

- Jel ya da enjeksiyon şeklinde uygulanan **hormonel korunma yöntemleri**, şimdilik araştırma ve deneme aşamasındadır.
- **Enjeksiyonluk sentetik jel veya sperm kanalına implante edilebilir ventiller** halihazırda araştırılmaktadır. Bu yöntemlerin amacı, spermlerin (erkek üreme hücrelerinin) istenmediği sürece meni sıvısına karışmasını engellemektir.

Bu yöntemlerle ilgili bilimsel araştırma-geliştirme çalışmalarının hangi aşamada olduğu

hakkında, Cinsel Sağlık ve Aile Planlaması Danışma Merkezlerinden birine veya doktorlardan bilgi isteyebilirsiniz.

Geri dönüşü mümkün olmayan yöntemler

- **Vazektomi (erkek sterilizasyon / kısırlaştırma)** ayakta uygulanan (hastaneye yatırılmadan) ve lokal anestezi altında yapılan küçük bir cerrahi müdahaledir. Bu müdahale ile sperm kanalları kesilir, ayrılır. Bu cerrahi müdahaleden belirli bir süre sonra, sperm (ejakulasyon) sıvının içerisinde erkek üreme hücreleri bulunmaz.
Sterilizasyon, ereksiyonu (penisin sertleşme yeteneğini) ve meni sıvısı miktarını herhangi bir şekilde etkilemez.
Vazektomi kalıcı bir korunma yöntemidir. Bu yöntem çocuk sahibi olmak istemeyen veya artık başka çocuk istemeyen erkekler için uygundur.
[Ayrıntılı bilgi](#)

Bilmekte yarar var

- Geri çekme (dikkat etmek, cinsel ilişki esnasında erkeğin dışarıya boşalması) yöntemi gebelikten güvenli şekilde korumaz.
- Herkes, Cinsel Sağlık ve Aile Planlaması Danışma Merkezlerinden birine başvurarak, şu konularda bilgi isteyebilir: cinsel yaşam, gebelikten korunma ve doğum kontrolü, cinsel yolla bulaşan enfeksiyon hastalıkları, planlanmayan gebelik (istenen ya da istenmeyen).
- HIV virüsü ve cinsel yolla bulaşan enfeksiyon hastalıklarına karşı en iyi koruma, bulaşma tehlikesini azaltan ve cinsel ilişkide az riskli olan güvenli seks (Safer Sex) metotlarıdır, bu anlamda:
 1. Vajinal veya anal ilişkide daima erkek prezervatifi veya kadın prezervatifi kullanın.
 2. Burada yer alan bilgilere ek olarak, lovelife.ch sitesinde sunulan “Safer-Sex-Check” testini yaparak, kişiselleştirilmiş önerilerden faydalanabilirsiniz.

2021, 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

Türkçe : <https://sexandfacts.ch/tr/dogum-kontrolue/erkekler-icin-korunma-yoentemleri>