

Spitalul Județean de Urgență Alba Iulia se preocupă de sănătatea dumneavoastră prin activități de informare, promovare, educație pentru sănătate și prevenție.

„Prevenția este cheia sănătății și stării de bine!”

Spitalul Județean de Urgență Alba în parteneriat cu Direcția de Sănătate Publică Alba, organizează în luna **Iulie 2024**, în cadrul *Programului național de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate* al Ministerului Sănătății campania **“Informează-te! Implică-te! Alege soluția potrivită pentru tine!”** dedicată promovării sănătății reproducerii.



 Institutul Național de Sănătate Publică

CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂTĂȚII REPRODUCERII

**Informează-te!
Implică-te!
Alege soluția potrivită pentru tine!**

Iulie 2024

Infecțiile cu transmitere sexuală pot fi prevenite!

 MINISTERUL SĂNĂTĂȚII 

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

Scopul campaniei este:

- Împuternicirea tinerilor de a lua decizii informate în ceea ce privește propria sănătate reproductivă (educare privind comportamentele individuale de prevenire a ITS, prevenire sarcini nedorite și utilizarea contracepției).
- Informarea și conștientizarea femeilor însărcinate și a celor care doresc să devină mame cu privire la diferitele aspecte ale sănătății sexuale (sănătății reproducerii), inclusiv asupra importanței consultului medical/ginecologic.

Obiectivele campaniei:

1. Creșterea nivelului de informare a tinerilor privind:

- Utilizarea unor surse de informare corecte
- Utilizarea serviciilor de planificare familială
- Utilizarea metodelor contraceptive
- Importanța planificării familiale
- Mijloace de prevenire a infecțiilor cu transmitere sexuală

Pentru a evita ca tinerele să devină victimele unei sarcini nedorite și a consecințelor negative pe care le pot avea sarcina în perioada adolescenței și infecțiile cu transmitere sexuală

2. Creșterea nivelului de informare a tinerilor (viitori părinți) privind:

- Măsurile pe care le pot lua pentru a asigura o bună sănătate a mamei și copilului înainte de sarcină și pe toată perioada sarcinii.

The poster features a young couple in a close embrace, smiling. The background is a soft, warm light. On the left, there is a teal vertical banner with white and dark teal text. At the top left of the banner is the logo of the National Institute of Public Health. Below it, the text reads 'CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂTĂȚII REPRODUCERII'. Further down, it says 'Informează-te! Implică-te! Alege soluția potrivită pentru tine!'. At the bottom of the banner, it says 'Iulie 2024' and features a stylized heart icon. To the right of the couple, the text 'Planificarea familială protejează visele!' is written in a bold, sans-serif font. At the very bottom of the poster, there is a small line of text: 'Material realizat în cadrul proiectului de evaluare și promovare a abilității de educație pentru sănătate și sănătate reproductivă - pentru distribuție gratuită'.

În perioada sarcinii!

Sarcina este un moment important. Dacă aveți grijă de sănătatea dumneavoastră în timpul sarcinii fi veți oferi bebelușului un început sănătos în viață.

Este important să preveniți nașterea prematură deoarece creșterea și dezvoltarea fătului au loc pe tot parcursul sarcinii, iar bebelușii născuți înainte de termen prezintă un risc mai mare de a dezvolta diferite boli. Administrarea acidului folic ajută la prevenirea unei nașteri premature dar și a defectelor congenitale majore. Luați acidul folic conform prescripției medicale.

Discutați cu medicul dumneavoastră despre prevenirea oricărei forme de infecții care v-ar putea afecta sarcina.

Înainte de a rămâne însărcinată este important să faceți atât dvs. cât și partenerul un test pentru infecția HIV. Dacă nu ați efectuat testul nu este prea târziu să îl efectuați în timpul sarcinii.

Tensiunea arterială crescută poate determina probleme grave în timpul sarcinii, mergând până la afectare fetală și riscul unei nașteri premature. De aceea trebuie atent monitorizată!

Controlul diabetului în timpul sarcinii scade riscul apariției unor defecte congenitale și a altor probleme pentru bebeluș, dar și a unor complicații grave pentru dvs.

Tulburările de coagulare a sângelui pot provoca probleme grave în timpul sarcinii, inclusiv avort spontan. Monitorizarea acestora este esențială!

Administrarea anumitor medicamente în timpul sarcinii poate provoca defecte congenitale grave pentru copilul dvs. Discutați cu medicul pentru orice medicament administrat!

Creșterea în greutate în timpul sarcinii poate afecta dezvoltarea fetală. Este important ca aceasta să fie ținută sub control.

Istoricul familial poate ajuta la identificarea unei posibile sarcini la risc. În acest sens medicul vă poate sugera consilierea genetică.

Depresia în timpul sarcinii este frecventă. Dacă aveți probleme emoționale, cereți ajutor și veți primi consiliere și tratament de specialitate.

Atenție la stilul de viață!

• Atunci când dvs. consumați alcool o face și fătul. Cea mai bună opțiune este să nu consumați deloc alcool în timpul sarcinii.

• Este important să renunțați la fumat înainte de a rămâne gravidă; dacă aceasta nu s-a întâmplat este esențial să nu mai fumați pentru sănătatea bebelușului.

• Dacă lucrați într-un mediu toxic discutați cu medicul de medicina muncii și medicul curant despre factorii de risc.

• Dacă dvs. credeți că ați fi fost expusă la radiații, este obligatoriu să discutați cu medicul curant.

• Dacă intenționați să călătoriți în țară sau străinătate, discutați cu medicul curant eventualele riscuri.

• Violența poate duce la răni și la moarte în rândul femeilor, dar poate afecta grav sarcina și produce chiar decesul fătului.



Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂȚII REPRODUCERII

IULIE 2024



**Informează-te!
Implică-te!
Alege soluția potrivită
pentru tine!**

Acest material se adresează femeilor însărcinate sau celor care doresc să devină mame



Institutul Național de Sănătate Publică



MINISTERUL SĂNĂȚĂII



Planificarea unei sarcini

Dacă vă doriți un copil pregătiți-vă din timp pentru aceasta.



Asigurați-vă că discutați cu medicul dumneavoastră despre:

Starea sănătății dumneavoastră

Existența unor afecțiuni medicale precum: boli cu transmitere sexuală (BTS), diabet zaharat, boli tiroidiene, hipertensiune arterială necesită o monitorizare atentă și un tratament adecvat.

Medicația

Administrarea anumitor medicamente în timpul sarcinii pot provoca malformații congenitale grave. Asigurați-vă că luați doar acele medicamente prescrise de medic, care vă sunt strict necesare și nu afectează fătul. Discutați cu medicul curant despre consumul de analgezice (pentru controlul durerii) indiferent dacă acestea sunt eliberate pe bază de prescripție medicală sau sunt procurate fără rețetă. Dacă utilizați curent analgezice sau droguri ilegale, discutați cu un medic pentru un plan de tratament care să crească șansele unei sarcini sănătoase.

Acidul folic

Administrat în funcție de prescripția medicului curant (în general este uzitată doza de 400 mcg/zi), acidul folic este o formă a vitaminei B a cărei deficiență poate determina defecte congenitale majore ale creierului și coloanei vertebrale la bebeluș.



Vaccinarea

Anumite vaccinuri sunt recomandate înainte de a rămâne gravidă, în timpul sarcinii sau imediat după naștere. Vaccinările corecte la momentul potrivit vă pot ajuta să vă mențineți sănătatea și vă pot proteja copilul de forme severe ale unei afecțiuni.

Sănătatea mintală

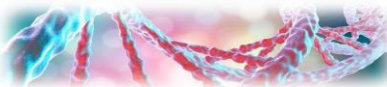
Este esențială pentru o sarcină sănătoasă! Dacă aveți un disconfort emoțional o perioadă mai lungă, discutați cu medicul dumneavoastră sau cu un alt specialist (psiholog, psihoterapeut sau psihiatru) despre opțiunile de tratament.

Istoricul familial

Este important pentru sănătatea copilului dumneavoastră.

Consilierea genetică

Este esențială mai ales dacă au existat avorturi spontane, decese la sugari, probleme de fertilitate sau o afecțiune genetică apărută în sarcinile anterioare.



Stilul de viață și comportamental

Informați-vă medicul curant dacă fumați, beți alcool sau consumați anumite medicamente, trăiți într-un mediu stresant sau abuziv sau dacă lucrați cu substanțe toxice.

Fumatul, consumul de alcool sau a altor droguri pot provoca naștere prematură, defecte congenitale, etc.

Dacă ați încercat să renunțați la alcool, fumat sau consum de droguri și nu ați reușit, este important să cereți ajutor!

Evitați substanțele toxice și contaminanții din mediu cum ar fi:

substanțele chimice sintetice (pesticide, insecticide), metalele grele, îngrășămintele și fecalele pisicilor și ale rozătoarelor. Acestea pot afecta sistemul reproducător al bărbaților și femeilor putând face mai dificilă sau chiar imposibilă obținerea unei sarcini.

Persoanele supraponderale sau obeze dar și persoanele subponderale prezintă un risc mai mare de a dezvolta afecțiuni grave, inclusiv complicații în timpul sarcinii.

Violența poate afecta dramatic sarcina putând duce la avort, naștere prematură sau chiar decesul fătului. Cereți ajutor dacă sunteți în această situație!

Aveți grijă de sarcina dumneavoastră! Asigurați-vă că păstrați toate obiceiurile sănătoase și consultați medicul în mod regulat pe tot parcursul sarcinii!





PLANIFICAREA UNEI SARCINI SĂNĂTOASE

Dacă îți dorești și intenționezi să ai un copil, trebuie să te pregătești din timp!

În etapa de preconcepție:

- Discută cu medicul înainte de a concepe un copil!
- Consultă-te cu partenerul înainte de a lua decizia!
- Aplică, pe cât posibil, următoarele recomandări pentru îmbunătățirea stării de sănătate:
 1. Renunță complet la fumat și consumul de alcool;
 2. Dacă ai o afecțiune preexistentă, asigură-te că o ai sub control;
 3. Informează-ți medicul cu privire la toate medicamentele și suplimentele alimentare utilizate;
 4. Asigură-te că ai efectuat toate vaccinurile și testările de care ai nevoie (pentru cancer de col uterin, infecții cu transmitere sexuală, inclusiv HPV, HIV);
 5. Evită contactul cu substanțe toxice, substanțe chimice sau cu deieștii ale animalelor de casă sau rozătoarelor;
 6. Evită expunerea la substanțe carcinogene;
 6. Evită poluarea;
 7. Evită sedentarismul;
 8. Ia în calcul necesitatea unui consult genetic;

Asigură-te că ai o stare bună de sănătate înainte de a rămâne însărcinată!

Asigură o bună stare de sănătate pentru tine și copilului tău pe toată perioada sarcinii!

- Alege medicii care te vor monitoriza pe tot parcursul sarcinii (ex. medic obstetrician-ginecolog, medic de familie);
- Urmează sfatul medicului în ceea ce privește controalele medicale periodice și consumul de suplimente necesare în timpul sarcinii;
- Adoptă o dietă sănătoasă și adecvată în sarcină, ținând cont de sfatul medicului care te monitorizează;
- Renunță la fumat și consumul de alcool;
- Practică activitate fizică pe tot parcursul sarcinii;
- Monitorizează constant greutatea corporală;
- Poți urma cursuri pentru pregătirea nașterii, alăptării și a exercitării îndatoririlor de părinte;



În perioada sarcinii!

COMPLICAȚIILE ÎN TIMPUL SARCINII POT IMPLICA SĂNĂTATEA MAMEI, A COPILULUI SAU A AMBILOR.

- Adresează-te medicului dacă ai una dintre următoarele simptome:
 - ✓ Sângerări sau scurgeri de lichide din vagin;
 - ✓ Inflamația bruscă sau severă a feței, mâinilor sau degetelor;
 - ✓ Dureri de cap severe sau de lungă durată;
 - ✓ Disconfort, durere sau crampe în abdomen;
 - ✓ Febră, frisoane;
 - ✓ Vărsături sau greață persistentă;
 - ✓ Disconfort, durere sau arsură la urinare;
 - ✓ Amețeală, vedere încețoșată;
 - ✓ Copilul se mișcă mai puțin decât în mod normal (după 23 săptămâni de sarcină);
 - ✓ Gânduri de a-ți face rău ție sau copilului;
- **Atenție!** Se recomandă monitorizarea sarcinii de către medic pentru a preveni apariția complicațiilor!
- Nu se recomandă nașterea la domiciliu, viața mamei sau a fătului poate să fie în pericol, fără posibilitate de intervenție medicală rapidă!

ÎNTREBĂRI FRECVENTE ALE VIITORILOR PĂRINȚI:

Este sigur să utilizezi medicamente când ești însărcinată?
R: Cere todeauna sfatul medicului înainte de a intrerupe sau începe să utilizezi un medicament.

Vaccinarea este permisă în timpul sarcinii?
R: Vaccinurile vă protejează organismul contra bolilor periculoase, iar unele vaccinuri sunt recomandate în timpul sarcinii pentru a proteja viitorul bebeluș. Pentru informații suplimentare, consultați medicul de familie.

Administrarea vitaminelor este utilă în timpul sarcinii?
R: Administrarea vitaminelor se face numai la recomandarea medicului care vă monitorizează.

Este bine să folosim minerale, produse din plante medicinale sau aminoacizi în timpul sarcinii?
R: Nu există dovezi că acestea sunt sigure pentru sănătate în perioada sarcinii, astfel încât este recomandat să fie evitate. **Voi fi un tată bun?**

R: Orice părinte are momente de nesiguranță atunci când este vorba de nașterea copilului. Este esențial să fii alături de partenera ta și să-i oferi tot sprijinul de care are nevoie. Participarea împreună cu aceasta la cursuri de puericultură sunt benefice pentru orice viitor părinte.

Dacă lucrurile nu merg bine?
R: Grijă pentru parteneră pe parcursul sarcinii și schimbarea anumite obiceiuri de viață (renunțarea la fumat, la consumul de alcool, adoptarea unui stil de viață sănătos) au un rol esențial pentru o sarcină sănătoasă. Informează-te și implică-te alături de partenera ta pe toată perioada sarcinii!

Ce ar trebui să fac la naștere?
R: Este suficientă prezența tatălui măcar pentru o perioadă a desfășurării travaliului. Ajudorul care vine din mesaje de suport ale acestuia este nemăsurat. O femeie care îl simte aproape pe partenerul ei va trece mai ușor peste tot ce înseamnă naștere și perioada post-partum.

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

RECOMANDĂRI PENTRU O SARCINĂ SĂNĂTOASĂ

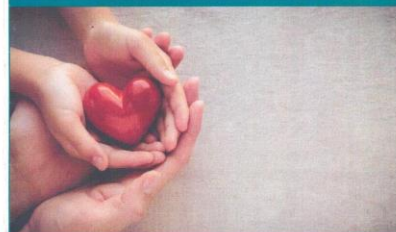
Atenție la stilul de viață!

- Atunci când mămica va consuma **alcool** o va face și fătul. Cea mai bună opțiune este să nu consumi deloc alcool în timpul sarcinii.
- ✓ Este important ca mămica să renunțe la **fumat** înainte de a rămâne însărcinată și să nu fumeze în timpul sarcinii pentru a nu afecta sănătatea bebelușului. Nimeni nu ar trebui să fumeze în încăperea unde se află o mămică însărcinată.
- ✓ Dacă lucrezi într-un **mediu toxic**, discută cu medicul de medicina muncii și medicul curant despre factorii de risc.
- ✓ Dacă crezi că ai fost expusă la **radiații**, este obligatoriu să discuți cu medicul curant.
- ✓ Dacă intenționezi să **călătorești** în țară sau străinătate, discută cu medicul curant eventualele riscuri.
- ✓ **Violența domestică** poate afecta grav sarcina și poate produce chiar decesul fătului și al mamei.
- ✓ **Asigură-te că păstrezi toate obiceiurile sănătoase și consulți medicul în mod regulat pe tot parcursul sarcinii!**

IULIE 2024

CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂTĂȚII REPRODUCERII

**Informează-te!
Implică-te!**
Alege soluția potrivită pentru tine!



Material adresat viitorilor părinți



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



Institutul Național de Sănătate Publică



IULIE 2024

CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂTĂȚII REPRODUCERII
Informează-te! Implică-te! Alege soluția potrivită pentru tine!



MINISTERUL
SĂNĂTĂȚII



Institutul
Național de
Sănătate Publică



INFECȚIILE CU TRANSMITERE SEXUALĂ – PROBLEMĂ DE SĂNĂTATE PUBLICĂ

Anual, în UE sunt
notificate mai mult de

300.000

de cazuri de infecții cu
transmitere sexuală (ITS)

În UE, în 2022 comparativ cu 2021

Gonoree 70881	+48%
Sifilis 35391	+34%
Infecție cu Chlamydia 216 508	+16%

MAJORITATEA ITS SUNT ÎNȚIAL
ASIMPTOMATICE,

FAVORIZÂND TRANSMITEREA



ROMÂNIA 2022

503 cazuri noi sifilis



sifilis latent: 63,6%

sifilis secundar: 19,5%



7,6% din cazuri
au fost depistate
la gravide

TINERII SUNT AFECTAȚI ÎNTR-O MĂSURĂ MAI MARE DE ITS

Foarte mulți tineri nu știu că sunt
infecțați pentru că frecvent, nu există
simptome îngrijorătoare inițial.

FACTORI CARE PUN TINERII LA RISC DE INFECȚII
CU TRANSMITERE SEXUALĂ

PARTENERI MULTIPLI

SCREENING INSUFICIENT

PROBLEME DE
CONFIDENȚIALITATE



Infecțiile cu
transmitere
sexuală pot
fi prevenite!

Screening-ul
pentru
diagnosticarea
precoce a
persoanelor cu
ITS și a
partenerilor lor
sexuali oferă cea
mai bună
oportunitate
pentru un
tratament
eficient și pentru
prevenirea
complicațiilor și
transmiterii
ulterioare.

CARE SUNT METODELE DE PREVENIRE A INFECȚIILOR CU TRANSMITERE SEXUALĂ?

- ✓ ABSTINENȚA
- ✓ MONOGAMIA
- ✓ UTILIZAREA PREZERVATIVULUI
- ✓ TESTAREA PENTRU ITS
- ✓ VACCINAREA ÎMPOTRIVA HPV
- ✓ VACCINAREA ÎMPOTRIVA HEPATITEI B

Netratate, ITS pot
duce la consecințe
grave, inclusiv boli
neurologice și
cardiovasculare,
infertilitate, sarcină
extrauterină, născuți
morti și risc
crescut de infectare
cu HIV.

Pentru a preveni răspândirea infecțiilor cu transmitere sexuală se
recomandă testarea pentru ITS.

Anual, în lume, sunt
DIAGNOSTICATE
PESTE
600.000
cazuri.

RATA SUPRAVIEȚUIRII LA 5 ANI



CINE ESTE LA RISC DE CANCER DE COL UTERIN?

Toate femeile, indiferent
de rasă/etnie sunt la risc
de a dezvolta cancer de
col uterin



CEL MAI FRECVENT SUNT
DIAGNOSTICATE FEMEI ÎN
VÂRSTĂ DE

35-44 ANI

CE CAUZEAZĂ CANCERUL DE COL UTERIN?

CEA MAI COMUNĂ CAUZĂ
HPV (HUMAN PAPILOMAVIRUS)



Peste 90% dintre cancerelor
de col uterin sunt cauzate
de infecția cu HPV
Peste 80% din persoane se
infectează cu HPV în cursul
vieții, dar majoritatea nu
vor dezvolta cancer de col
uterin.

CARE SUNT SIMPTOMELE?

În mod obișnuit nu
există simptome în
stadiile precoce de
cancer de col uterin.

ODATĂ CE CANCERUL
AVANSEAZĂ

Simptomele pot include:

SÂNGERĂRI VAGINALE
ANORMALE

SCURGERI VAGINALE
ANORMALE

DURERE LA CONTACTUL
SEXUAL

DE CE ESTE SCREENING-UL CRUCIAL?

6 DIN 10
CANCERE DE COL
UTERIN

SUNT DEPISTATE LA
FEMEI CARE NU AU
FĂCUT NICIODATĂ UN
TEST
BABEȘ-PAPANICOLAU
sau nu au fost testate
în ultimii 5 ani.

IULIE 2024

CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂȚĂII REPRODUCERII

Informează-te! Implică-te! Alege soluția potrivită pentru tine!



MINISTERUL
SĂNĂȚĂII



Institutul
Național de
Sănătate Publică



ROMÂNIA 2022

Majoritatea sarcinilor
la adolescente sunt
**SARCINI
NEDORITE!**

Nou născuți din
mame sub 19 ani



16.821

1 din 9
nou-născuți are
mămică adolescentă



SITUAȚII CARE PUN ADOLESCENTELE LA RISC DE SARCINI NEDORITE

- Căsătorii timpurii;
- Abuzul de substanțe (alcool, droguri);
- Violență sexuală;
- Lipsa educației sexuale;
- Nivel educațional redus;



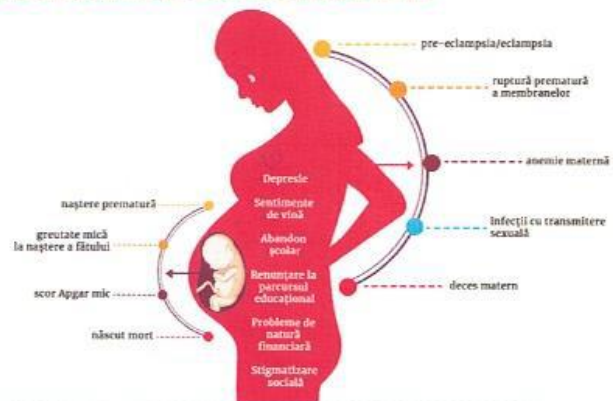
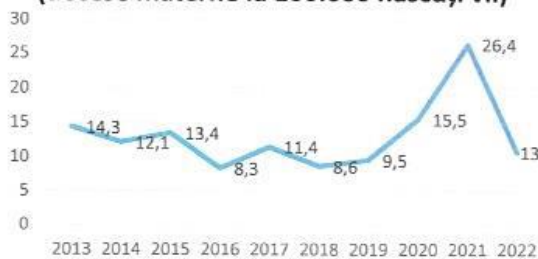
- Sărăcie;
- Lipsa autonomiei financiare;
- Lipsa sprijinului parental;



- Lipsa/acces scăzut la metode de contracepție;
- Debut timpuriu al activității sexuale;
- Lipsa/acces scăzut la servicii de planificare familială;

CONSECINȚE NEDORITE ALE SARCINILOR LA ADOLESCENTE

Mortalitatea maternă, România,
2013-2022
(decese materne la 100.000 născuți vii)



MĂSURI DE REDUCERE A PROBLEMATICII SARCINILOR NEDORITE LA ADOLESCENTE

Familie



- Sprijin parental;
- Încurajarea educației și a educației sexuale;

Comunitate



- Program educațional în școală;
- Încurajarea abinenței și a contracepției;

Sistem de sănătate



- Servicii de planificare familială;
- Disponibilitate mijloace contraceptive;

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

ÎNTREBĂRI FRECVENTE:

Când este indicat să încep viața sexuală?
R: Când te simți pregătit/pregătită pentru acest lucru; trebuie să fie decizia ta, nu să o faci în urma insistențelor și a presiunilor celor din jurul tău.

Cu cine aș putea să vorbesc despre sex?
R: Alege să discuți cu un specialist (medic de familie, medic ginecolog, medic de planificare familială, medic endocrinolog, asistent medical, asistent medical școlar, asistent medical comunitar, mediator sanitar) care îți poate oferi informații complete și corecte, și poate răspunde la toate întrebările tale!

Ce este contracepția?
R: Contracepția este o modalitate de a preveni sarcina nedorită. Mai mult, prezervativele te pot proteja și de infecțiile cu transmitere sexuală.

Ce metodă contraceptivă să folosesc?
R: Medicul de familie, medicul ginecolog, medicul de planificare familială sau medicul endocrinolog îți poate recomanda cea mai potrivită metodă contraceptivă pentru tine, numai în urma unei consultații.

Locația celui mai apropiat cabinet de planificare familială o găsești la adresa:
<http://www.msa.gov.ro>

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății – pentru distribuție gratuită

CUM POT SĂ MĂ PROTEJEZ PE MINE ȘI PARTENER?

Metode contraceptive

<p>PREZERVATIV INTERN</p> <p>Fabricat din latex sintetic subțire și moale sau poliuretan. Se amplacează în interiorul vaginului, înainte de contactul sexual, pentru a crea o barieră fizică.</p> 	<p>PREZERVATIV EXTERN</p> <p>Fabricat din latex subțire și moale, polizopren sau poliuretan. Este amplasat pe penis înainte de contactul sexual, pentru a crea o barieră fizică.</p> 	<p>CONTRACEPȚIA ORALA/PILULA</p> <p>Pilula eliberează hormoni în organism. Trebuie luată în fiecare zi, la aceeași oră.</p> 
<p>INELUL VAGINAL</p> <p>Un mic inel moale, din plastic care este amplasat în interiorul vaginului și care eliberează hormoni.</p> 	<p>DIAFRAGMA</p> <p>O cupolă circulară realizată din silicon subțire și moale. Se introduce în vagin înainte de contactul sexual.</p> 	<p>PLASTURE</p> <p>Un mic plasture care se aplică pe piele și care eliberează hormoni mult timp.</p> 
<p>IMPLANT</p> <p>O tijă mică de plastic flexibil care este plasată sub piele în partea superioară a brațului de medic sau asistentului medical. Se eliberează hormoni și durează 3 ani.</p> 	<p>DISPOZITIV INTRAUTERIN</p> <p>Dispozitiv de cupru în formă de T, care se introduce în uter de către un medic specialist.</p> 	<p>CONTRACEPȚIE DE URGENȚĂ</p> <p>Poate preveni sarcina după contact sexual neprotejat sau dacă contracepția folosită a eșuat. Există două tipuri ale acestei metode contraceptive: „pilula de a doua zi” și dispozitivul intrauterin.</p> 

IULIE 2024

CAMPANIE DE PROMOVARE A SĂNĂȚĂII REPRODUCERII

Informează-te!
Implică-te!
Alege soluția potrivită pentru tine!



Material adresat tinerilor

MINISTERUL SĂNĂȚĂII, Institutul Național de Sănătate Publică

MITURI DESPRE METODELE CONTRACEPTIVE

Mit: Metodele contraceptive determină creștere ponderală.
Realitate: Nu există studii care să susțină asocierea dintre metodele contraceptive și creșterea în greutate.

Mit: Pilula contraceptivă determină apariția cancerului.
Realitate: Controlul hormonal al sarcinilor nedorite poate preveni apariția anumitor tipuri de cancer iar medicul specialist poate efectua teste pentru depistarea precoce a acestora.

Mit: Utilizarea metodelor contraceptive afectează fertilitatea.
Realitate: Întreruperea utilizării metodelor contraceptive creează cadrul optim pentru apariția unei sarcini.

Mit: Unele metode contraceptive sunt mai bune decât altele.
Realitate: Toate metodele contraceptive au avantajele sau dezavantajele. Alege metoda care ți se potrivește cel mai bine!

Mit: Toate metodele contraceptive previn apariția infecțiilor cu transmitere sexuală.
Realitate: Doar metodele de barieră (prezervativ intern, prezervativ extern, diafragmă) pot ajuta la reducerea riscului de a contracta o infecție cu transmitere sexuală.

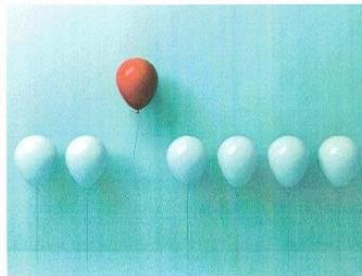
Alege metoda contraceptivă potrivită pentru tine și asigură-te că o folosești de fiecare dată!

Folosește metode contraceptive pentru a evita sarcinile nedorite!

Orice contact sexual neprotejat se poate finaliza cu o sarcină nedorită, care îți poate schimba viața.

În plus, poate aduce riscuri pentru sănătatea mamei și copilului, cum ar fi:

- Nou-născut cu greutate mică la naștere;
- Decesul nou-născutului;
- Moartea fătului;
- Avort spontan și complicații;
- Naștere prematură;
- Hipertensiune indusă de sarcină;
- Decesul mamei;
- Abandonul nou-născutului;
- Izolare socială;
- Depresie post-partum;
- Absenteism și abandon școlar al mamei.



MANIFESTĂRI CE POT ANUNȚA O SARCINĂ

- Întârzierea menstruației;
- Grețuri și vărsături;
- Modificări ale sânilor;
- Stări de oboseală;
- Sensibilitate crescută la mirosuri;
- Modificarea preferințelor alimentare;
- Urinări dese;
- Creșterea numărului de bătăi ale inimii;
- Constipație;
- Creșterea temperaturii corpului;
- Sângerări vaginale;
- Modificări de dispoziție;

CE FACI DACĂ AI ACESTE MANIFESTĂRI?

- Test pentru depistarea sarcinii;
- Consult medical de specialitate;
- Discută cu asistentul medical școlar, asistentul medical comunitar, mediatorul sanitar;
- la decizii doar împreună cu specialiștii.

Alegerile tale îți pot schimba viitorul!

