

LISÄÄ TIETOA RASKAUDEN EHKÄISYSTÄ LÖYDÄT VANTAAN WWW-SIVUILTA:

www.vantaa.fi › Terveys- ja
sosiaalipalvelut › Lapsiperheiden
palvelut › Nettineuvola › Synnytys ja
imetys › Synnytyksen jälkeen

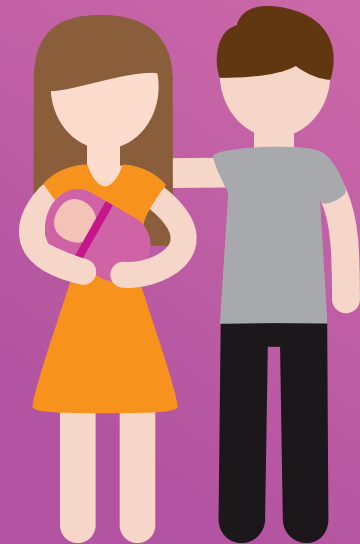


TEKIJÄT:

Tämän esitteen ovat tehneet
opinnäytetyönä terveydenhoitajaopiskelijat
Taru Rajala ja **Jenna Tuomi** yhteistyössä
Vantaan kaupungin
sosiaali- ja terveydenhuollon toimialan kanssa.
Työn ulkoasun on suunnitellut
terveydenhoitajaopiskelija ja
graafinen suunnittelija **Sari Maja**.



TUORE VANHEMPI, HALUTTAAKO?



HALUANKO JO HARRASTAA SEKSIÄ... ONKO SE TURVALLISTA?

- Seksiä voi harrastaa turvallisesti kun jälkivuoto on loppunut.
- Naisen halut seksiin heräävät myöhemmin ja on ihan normaalia, ettei heti haluta.
- Suuret hormonaaliset muutokset liittyvät synnytyksen jälkeiseen aikaan.
- Fyysiset vaivat synnytyksen jälkeen, kuten emättimen limakalvojen kuivuus ovat usean naisen kiusa.

**KESKEYTETTYÄ
YHDYNTÄÄ
EI VOI KÄYTTÄÄ
EHKÄISYKEINONA!**

PUHUTAAN KOTONA PARISUHTEESTA JA MITÄ EHKÄISYMUOTOA HALUAMME KÄYTTÄÄ.

- Parisuhteeseen kannattaa panostaa synnytyksen jälkeen.
- Molempien tunteet ja tarpeet tulee huomioida.
- Synnytys vaikuttaa halukkuuteen vähemmän miehellä kuin naisella.
- Ehkäisy tulee aloittaa jälkitarkastuksen yhteydessä tai mahdollisimman pian sen jälkeen.

MITÄ EHKÄISYMUOTOA VOIN KÄYTTÄÄ KUN IMETÄN?

Imetysaikana voi käyttää:

- Kondomia
- Minipillereitä
- Hormonikierukkaa
- Ehkäisykapselia
- Kuparikierukkaa



IMETYS EI OLE EHKÄISYKEINO!

Jälkitarkastus on 5-12 viikon kuluttua synnytyksestä, jolloin suunnitellaan sopiva ehkäisymuoto yhdessä lääkärin ja terveydenhoitajan kanssa.

**KESKUSTELE NEUVOLAN
TERVEYDENHOITAJAN
KANSSA LUOTETTAVASTA
RASKAUDEN EHKÄISYSTÄ.**