

✓ **Прекратите** пользоваться спермцидами, если хотите забеременеть или поменять метод контрацепции.

✓ **КОГДА** обратиться к врачу или медицинскому работнику?

■ Если у вас или вашего партнера появились зуд, сыпь или раздражение в области контакта. У вас может быть аллергия на химический препарат, используемый в спермциде. Попробуйте другой спермцид или подумайте о другом методе контрацепции, обратившись к медицинскому работнику.

■ Если вы испытываете боль и жжение при мочеиспускании при пользовании спермцидами.

✓ **ГДЕ** можно приобрести спермциды?

У семейного врача, в аптеке, женской консультации, поликлинике, в некоторых роддомах.

Что такое спермциды (крем, вагинальные таблетки, капсулы, гели, пена и губка)?

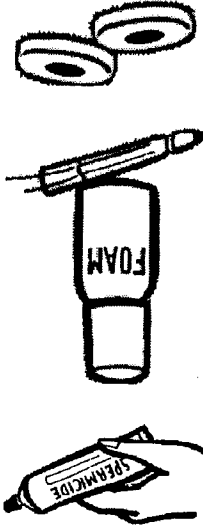
Спермциды - это контрацептивные

средства, которые вводятся во влагалище непосредственно перед половым актом и более эффективны при использовании вместе с презервативами. Спермциды выпускаются в виде вагинальных таблеток, капсул, свечей, пены, гелей и губки. Они содержат гормональные химические препараты, которые разрушают сперматозоиды или препятствуют их движение настолько, что они не могут достигнуть яйцеклетки.

Спермциды, используемые **без**

презерватива, НЕ предохранят от инфекций, передаваемых половым путем, или ВИЧ, и частое использование некоторых

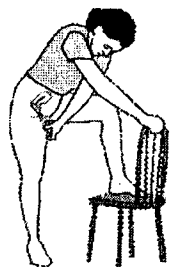
спермцидов увеличивает риск заражения ВИЧ. При правильном использовании их эффективность в предупреждении беременности достигает 71-82%.



КТО может и не может использовать спермициды?



Вы можете применять спермициды, если:



- Вы в возрасте или молодая женщина, худощавая или с избыточной массой тела, никогда не беременели или беременели много раз; вы курите.
- У вас высокое артериальное давление, железодефицитная анемия, нерегулярные менструации, доброкачественное заболевание молочной железы, фиброма матки, заболевание щитовидной железы или туберкулез.



Вы не можете пользоваться спермицидами, если:

У вас ВИЧ/СПИД или высокий риск заражения ВИЧ.

Если у вас или вашего партнера больше одного сексуального партнера, вместо спермицида используйте презерватив, чтобы защитить себя от инфекций, передаваемых половым путем!

КОГДА и КАК применять спермициды?



Начните применять спермициды в любое время менструального цикла или вскоре после родов, выкидыша или аборта.

Как пользоваться спермицидом:



- Чтобы быть уверенным, проверьте не просрочен ли спермицид.
- Введите спермицид в течение 1 часа перед половым актом глубоко во влагалище с помощью аппликатора или пальцев. При использовании спермицидного геля и пены, наполните аппликатор, как указано, введите аппликатор глубоко во влагалище, нажмите поршень для введения спермицида, затем извлеките пустой аппликатор. При использовании спермицидных таблеток или пленки введите их глубоко во влагалище пальцами.
- Подождите 10 мин после введения спермицида и перед началом секса при использовании вагинальных свечей и таблеток. При использовании спермицидного крема или губки вы можете заняться сексом сразу же после введения спермицида.
- Подождите 6 часов после полового акта, чтобы помыться.
- Не делайте спринцевание, потому что это смывает спермицид и увеличит риск заражения инфекциями, передаваемыми половым путем. Вы можете доверять всем спермицидам, как способу контрацепции, через 10 минут после их введения во влагалище перед половым актом. Использование спермицида с презервативом значительно повышает его эффективность в предохранении от беременности.



Продолжайте пользоваться спермицидом непосредственно перед каждым половым актом.

- Вводите новую дозу спермицидов перед каждым половым актом, даже если прошло меньше 6 часов.
- Подождите 10 мин после введения спермицида прежде, чем заняться сексом, если вы пользуетесь вагинальными свечами или таблетками.
- Храните спермициды в прохладном, сухом месте.
- Пополняйте запас спермицидов, чтобы всегда иметь их под рукой.