ያስታውሱ…

ሌላ የእርግዝና መከላከያ ዘዴ ተጠቃሚ ቢሆኑም፤ ላልታሰበ እርግዝናም ሆነ በፆታ ግንኙነት ማካኝነት ከሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) መከላከል የሚችለው ኮንዶም ብቻ ነው።

የወሊድ መከላከያን አስመልክቶ እርዳታና ምክር ከሚከተሉት ተቋማት ማግኘት ይችላሉ።

- የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች
- የፆታዊ ጤና ክሊኒኮች
- የሴቶች ጤና ማእከላት
- የወጣቶች ጤና ማእከላት
- የአካባቢዎ ዶክተር
- www.fpq.com.au/publications.php

የወሊድ መከላከያ እውነታዎችን አስመልክቶ ከክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች (FPQ)

የ www.fpq.com.au ድረ-ገፅን ይጎብኙ ወይም የሚከተሉትን ቁጥሮችን ደውለው ያነጋግሩ

→ ብሪዝቤን	07 3250 0240
→ ኬንስ	07 4051 3788
→ ሮካምምፕተን	07 4927 3999
→ ሳንሻይን ኮስት	07 5479 0755
→ ጎልድ ኮስት	07 5531 2636
→ ኢፕስዊች	07 3281 4088
→ ቱዉምባ	07 4632 8166

ከተጠያቂነት ነፃ ስለመሆን
የክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ /Family Planning Queensland (FPQ) ይህ ፅሁፍ በተዘጋጀበት ወቅት መረጃው ትክክለኛና ወቅታዊ መሆኑን ለማረጋገጥ ኣስፈላጊውን ጥንቃቄ ኣድርጓል ። ነገር ግን መረጃዎችና እውቀቶች በተከታታይ ተለዋዋጭነት ስላላቸው፤ ኣንባቢያን እነዚህን መረጃዎች በሚያነቡበት ወቅት የመረጃዎቹ ትክክለኝነት ከወቅታዊ ደንቦች፣ ፖሊሲዎችና መመሪያዎች ጋር እያረጋገጡ እንዲያነቡ በኣንክሮ ይመክራል። ማንም ግለሰብ በዚህ በራሪ ፅሁፍ በተሰጠው ምክርና ሃሳብ መሰረት ለመጠቀም በሚሞክርበት ወቅት ለሚደርስበት ማናቸውም ችግር የክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ምንም ዓይነት ሃላፊነት ወይም ተጠያቂነት የለበትም።

© True Relationships & Reproductive Health
Version 3 / June 2012
P: 6/2012 10m

የገንዘብ እርዳታ ያደረጉ Queensland Government

የእርግዝና መከላከያ → አማራጮች

true relationships & reproductive health

ለፆታና ስነ ተዋልዶ ጤና

ኣስቸኳይ የፅንስ ማቋረጫ (EC) ምንድ ነው?

ኣስቸኳይ የፅንስ ማቋረጫ ጥንቃቄ በጎደለው የግብረ ስጋ ግንኙነት ምክንያት የሚፈጠር የፅንስ ኣደጋን ለመቀነስ ጥቅም ላይ ሊውል የሚችል ነው።

ኣስቸኳይ የፅንስ ማቋረጫ ከግብረ ስጋ ግንኙነት በሁዋላ ላልታሰበ እርግዝና ሊጋለጡ ለሚችሉ ሴቶች የሚሰጥ ኣገልግሎት ነው።

ኣስቸኳይ የፅንስ ማቋረጥ የሚሰራው፤

- dእንቁላል ማኩረትን በማዘግየት (እንቁላልዋ ከማኩረቻዋ (ovary) በምትወጣበት ጊዜ)
- የወንዱ የዘር ፍሬ በማሕፀንና ወደ እንቁላል ማኩረቻው መካከል የሚወስዱትን ቱቦዎች (Fallopian tubes) ውስጥ የሚያደርገው ጉዞ ፍጥነቱን በመቀነስ ፅንሱ እንዳይሳካ በማድረግ ነው። ይህም የሚሆነው የማሕፀን የውስጠኛው ሽፋን ላይ ለውጥ በማምጣት ፅንሱ ማህፀን ላይ በትክክል ኣርፎ ፅንሱ እንዲመክን በማድረግ ነው።

በኣውስትራሊያ ውስጥ የሚገኙ ኣስቸኳይ የፅንስ ማቋረጫ መንገዶች የሚከተሉት ናቸው።

ኣስቸኳይ የፅንስ ማቋረጫ እንክብሎች፣ በተለምዶ the morning-after pill , የማግስት እንክብሎች የሚባሉ ሲሆን በጣም ውጤታማ የሚሆኑት ጥንቃቄ የጎደለው የግብረ ስጋ ግንኙነት ከተፈፀመበት ጊዜ ጀምሮ ባሉት 24 ሰዓታት ውስጥ መውሰድ ሲጀመር ነው። ነገር ግን እስከ ሚቀጥሉት ኣምስት ቀናት ሊወሰድ ይችላል። ለእርምጃ በፈጠኑ ቁጥር ውጤቱም የበለጠ ኣርኪ ያደርገዋል።

ኣስቸኳይ የፅንስ ማቋረጫ እንክብሎች፣ ከሃኪም ትእዛዝ ውጭ በኣብዛኞቹ ፋርማሲዎች ውስጥ ይሸጣሉ። በተጨማሪም በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች(FPQ)ና በሌሎች ወሲባዊ የጤና እክሎች የህክምና ኣገልግሎቶች ማግኘት ይቻላል።

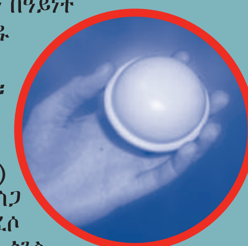
በማህፀን ውስጥ የሚቀመጥ ከመዳብ የተሰራ የፅንስ መከላከያ መሳሪያ (IUD) ጥንቃቄ የጎደለው የጎደለው የግብረ ስጋ ግንኙነት ከተፈፀመበት ጊዜ በሁዋላ በኣምስት ቀናት ውስጥ ማህፀን ውስጥ ማስቀመጥ ሲቻል በጣም ውጤታማ ፅንስ ማቋረጫ መንገድ ነው። ነገር ግን ይህ ኣማራጭ (IUD) ለሁሉም ሴቶች ኣይስማማም። IUD በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች(FPQ)፣

በኣንዳንድ ዶክተሮችና የማህፀን ስፔሻሊስቶች እንዲሁም የፅንስ ኣገልግሎት ከሚሰጡ ክሊኒኮች ማግኘት ይቻላል።

ድልሺ (Diaphragm)

ድልሺ (Diaphragm) የንፍቀ ክበብ ወይም የዶም ቅርፅ ያለው ለስላሳ የፕላስቲክ ክዳን በግብረ ስጋ ግንኙነት ጊዜም ሆነ በሁዋላ በሴትዋ ብልት ውስጥ ገብቶ የሚቆይ የእርግዝና መከላከያ ነው።

ድልሺዎች (Diaphragm) በመጠንም ሆነ በዓይነት ይለያያሉ።በዓይነት ከሚለያዩት ውስጥ ኣንዱ ቀሳች (arcing) የሚባል ሲሆን ሁለተኛው ደግሞ ጥንጥን ሞላ(coil spring) ይባላል።



ድልሺው (Diaphragm) የሚሰራው፤

- ሴቷ ብልት ውስጥ ህፅናገት(cervix) የሚባለውን ቱቦ በመድፈን በግብረስጋ ግንኙነት ወቅት የወንዱ የዘር ፍሬ ፈሶ ወደ ማሕፀን እንዳይገባ በመከላከል ፅንስ ይከላከላል።

ድልሺ (Diaphragm) መጠኑና ዓይነቱን ኣንዴ ካወቁት በክዊስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች(FPQ)ና በኣብዛኞቹ ፋርማሲዎች ስለሚገኝ በቀላሉ መግዛት ይችላሉ።

ማምከን (Sterilisation)

ማምከን (Sterilisation) ዘላቂ የሆነ የእርግዝና መከላከያ ዘዴ ነው። የሴቶች ማምከን የሚከናወነው እንቁላሎች የሚተላለፉባቸው ቱቦዎች (Fallopian tubes) በመዝጋት እንቁላሎች እንዳያልፉ በመከልከል ነው።ይሄንን በቀዶ ጥገና ወይም ከቀዶ ጥገና ውጭ ማድረግ ይቻላል። ነገር ግን ወንዶችን የማምከን ዘዴ (vasecotomy) የሚከናወነው በቀዶ ጥገና ሲሆን የወንዱ የዘር ፍሬ የሚተላለፍበትን ቱቦ በመዝጋት ነው።

ማምከንን ኣስመልክቶ ተጨማሪ መረጃ ከፈለጉ በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች(FPQ) ፣ወይም የግል ሃኪምዎን ይጠይቁ።

ተፈጥሮኣዊ የእርግዝና መከላከያ ዘዴዎች

ተፈጥሮኣዊ የፅንስ መከላከያ ዘዴዎች እድገ ንጥሮችን (ሆርሞኖችን) ወይም መሳሪያዎችን በመጠቀም ላይ ያልተመሰረቱ ሲሆን የሚከተሉትን መንገዶች ያካትታሉ፤

ተፈጥሮኣዊ የቤተሰብ ምጣኔ (NFP) የወር ኣበባ ዑደትን በመረዳትትና ፅንስ የሚያስይዙ ቀናትን በመለየት በነዚህ ቀናት ውስጥ ምንም ዓይነት የግብረ ስጋ ግንኙነት ባለማድረግ እርግዝናን መከላከል ይቻላል።

ለዚህና ለሌሎች መረጃዎች እንዲሁም ለኣገር ውስጥ የስልክ ቁጥሮች www.nfpprog.com ወይም www.acnfp.com.au በመጎብኘት ማግኘት ይችላሉ።

ጡት ማጥባት (LAM) ይህ ዘዴ ጡትን በማጥባት እርግዝና መከላከል የሚቻልበት ዘዴ ሲሆን የሚያጠቡ እናቶች የሚከተሉትን መመዘኛዎች በማሟላት ማጥባት ከቻሉ እርግዝናን መከላከል ይችላሉ፤

- ህፃኑን ምንም ዓይነት ተጨማሪ ምግብ ወይም ወተት ሳይሰጡ ሙሉ በሙሉ የጡት ወተት ካጠቡ፤
- ልጅ ከወለዱ ስድስት ወር ያልበለጥዎት ከሆነ፤
- የወር ኣበባ ካልታየዎት፤

ጡት ማጥባት ሆርሞኖችን በማመመንጨት ላይ ቀጥተኛ ተፅእኖ ስላለው ይሄ ደግሞ እንቁላሎች የሚኮረቱበትን እድል ስለሚቀንስ የእርግዝናውም እድል እንደዚሁ ይቀንሳል።

ለተጨማሪ መረጃ በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች (FPQ) ና የግል ሃኪምዎን ያማክሩ።

የወንድ ብልት የማስወጣት ዘዴ (Withdrawal/coitus interruptus) . በግብረ ስጋ ግንኙነት ጊዜ የወንድ የዘር ፍሬው ልክ ከመፍሰሱ በፊት የወንዱን ብልት ማስወጣት እርግዝናን የሚከላከሉበት ዘዴ ነው።

ነገር ግን ብዙ ውጤታማ የፅንስ መከላከያ ዘዴዎች ስላሉ ይህ ኣማራጭ በኣጠቃላይ ጥቅም ላይ እንዲውል ኣይመከርም።

የእርግዝና መከላከያ ምንድነው?

የእርግዝና መከላከያ ማለት ፅንስን መከላከል ማለት ነው። በጣም የተለያዩ የእርግዝና መከላከያ ዘዴዎች ያሉ ስለሆነ ለራስዎ የሚመቸውን በሚገባ መምረጥ ኣስፈላጊ ነው። ደስተኛ የሚሆኑበትን የእርግዝና የመከላከያ ዘዴ መምረጥ ማለት ያልተፈለገ እርግዝና ይመጣብኛል የሚለውን ጭንቀት ኣስወግደው ኣስደሳች የሆነ የግብረ ስጋ ግንኙነት መፈፀም መቻል ማለት ነው።

ስለዚህ መጠቀም የሚገባን ዘዴ የትኛውን ነው?

የእርግዝና መከላከያ ዘዴዎችን በሚጠቀሙበት ወቅት የሚከተሉትን ነገሮች ግንዛቤ ውስጥ ማስገባት ይጠበቅብዎታል፤

- ውጤታማነቱን
- የግልዎ የኑሮ ሁኔታ
- የኣጠቃቀም ቅለት
- ተጓዳኝ ጉዳቶች
- ዋጋውና በቀላሉ የመገኘቱ ሁኔታ
- በቀላሉ ለመተውና ተመልሶ ለመጠቀም ያለው ምቹነት
- የኣባለዘር በሽታ (STIs) ለመከላከል ያለው ብቃት
- ከግል ጤንነትዎ ጋር ያለው ተስማሚነት በተለይም ሌሎች ምርጫዎችን ከመወሰን ኣንፃር

ከክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒክ ወይም የግል ሃኪምዎን ስላሉት ኣጠቃላይ የእርግዝና መከላከያ ዘዴዎች ማነጋገር የሚመችዎትን የመከላከያ ዘዴ በቀላሉ እንዲመርጡ የሚያስችል በቂ መረጃ ያገኛሉ። በተጨማሪም በክክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ(FPQ) የተዘጋጀውን የተለያዩ የወሊድ መከላከያ ዘዴዎች የያዘ የመረጃ ፅሁፍ በ www.fpq.com.au/publications.php በመሄድ የግል የእርግዝና መከላከያ ዘዴዎች (individual contraceptive methods) በሚል ርእስ ዝርዝሩን ማግኘት ይችላሉ።

በኣፍ የሚወሰድ የተቀላቀለ የእርግዝና መከላከያ እንክብል (The Pill)

በኣፍ የሚወሰድ የተቀላቀለ የእርግዝና መከላከያ እንክብል (COC) በተለምዶ 'The Pill' የሚባለው በየቀኑ የሚወሰድ የወሊድ መከላከያ እንክብል ነው። ኤስትሮጅንና ፕሮጀስቶጅን የሚባሉትን እድገ ንጥሮች (hormones) የያዘ ነው። እነዚህ እድገ ንጥሮች (hormones) የእንስት ኣካል ከሚያመነጫቸው እድገ ንጥሮች (hormones) ጋር ተመሳሳይ ናቸው።

እንክብሎቹም የሚሰሩት በሚከተለው መንገድ ነው፤

- እንቁላል ማኩረትን በማዘግየት (እንቁላሉ ከእንቁላል እጢ ሲወጣ)
- በህፅናገት (cervix) ውስጥ የሚገኘውን ንፋጭ (የሚያጣብቅ ፈሳሽ) በማወፈር ነባዘር (የወንድ የዘር ፍሬ) ወደ ማሕፀን ውስጥ እንዳይገባ በመከልከል
- የማሕፀን የውስጠኛው ሽፋን ላይ ለውጥ በማምጣት ፅንሱ እንዳይመቸው በማድረግ ነው።

እንክብሉ በግል ሃኪምዎ ወይም በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒኮች ትእዛዝ ማግኘት ይችላሉ።

በሴት ብልት ውስጥ የሚገባ የወሊድ መከላከያ ቀለበት – NuvaRing®

NuvaRing® በሴት ብልት ውስጥ የሚገባ የወሊድ መከላከያ ቀለበት ሲሆን በየቀኑ የተወሰነ እድገ ንጥሮች (hormones) የሚለቅ ነው። ኣንዴ ከገባ በሁዋላ ሁለት የተለያዩ እድገ ንጥሮችን ማለትም ኤስትሮጅንና ፕሮጀቶጅንን በቀስታና በትንሹ ወደ ደም ስር ይለቃል። እነዚህ እድገ ንጥሮች (hormones) የእንስት ኣካል በተፈጥሮ ከሚያመነጫቸው እድገ ንጥሮች (hormones) ጋር ተመሳሳይ ሲሆኑ በኣፍ ከሚወሰዱት የተቀላቀሉ የወሊድ መከላከያ እንክብሎች ('The Pill') ኣንድ ዓይነት ናቸው።

NuvaRing® የሚሰራው በሚከተለው መንገድ ነው፤

- እንቁላል ማኩረትን በማዘግየት (እንቁላሉ ከእንቁላል እጢ ሲወጣ)
- በህፅናገት (cervix) ውስጥ የሚገኘውን ንፋጭ (የሚያጣብቅ ፈሳሽ) በማወፈር ነባዘር (የወንድ የዘር ፍሬ) ወደ ማሕፀን ውስጥ እንዳይገባ በመከልከል
- የማሕፀን የውስጠኛው ሽፋን ላይ ለውጥ በማምጣት ፅንሱ እንዳይመቸው በማድረግ ነው።

NuvaRing® በግል ሃኪምዎ ወይም በክዊስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒኮች ትእዛዝ ማግኘት ይችላሉ።

ፕሮጀስቶጅን ብቻ ያለው የእርግዝና መከላከያ እንክብል (POP)

ፕሮጀስቶጅን ብቻ ያለው የእርግዝና መከላከያ እንክብል (POP) ኣንዳንዴ ትንሹ እንክብል 'The Mini-Pill' ተብሎ የሚጠራው ፕሮጀቶጅንን ብቻ የያዘ እንክብል ነው። ፕሮጀቶጅን በተፈጥሮ በሴት ኣካል እንደሚመነጨው ፕሮጀስትሮን እንደሚባለው እድገ ንጥር ነው።

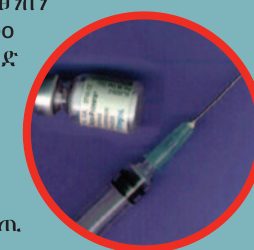
POP የሚሰራው በሚከተለው መንገድ ነው፤

- በህፅናገት(cervix) ውስጥ የሚገኘውን ንፋጭ (የሚያጣብቅ ፈሳሽ) በማወፈር ነባዘር (የወንድ የዘር ፍሬ) ወደ ማሕፀን ውስጥ እንዳይገባ በመከልከል
- የማሕፀን የውስጠኛው ሽፋን ላይ ለውጥ በማምጣት ፅንሱ እንዳይመቸው በማድረግ ነው።
- በኣንዳንድ ሴቶች ላይ እንቁላል ማኩረትን በማዘግየት (እንቁላሉ ከእንቁላል እጢ ሲወጣ)

POP በግል ሃኪምዎ ወይም በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒኮች ትእዛዝ ማግኘት ይችላሉ።

ዴፖ ሜድሮክሲፕሮጀስትሮን ኣሰቴት (DMPA)

DMPA ፕሮጀስትሮን ከተባለ እድገ ንጥር ጋር ተመሳሳይ ሲሆን በእንስት ኣካል ከሚመነጨው እድገ ንጥር ጋር ተመሳሳይ ነው። DMPA በየ 12 ሳምንቱ በመርፌ ጡንቻ ላይ በመወጋት የሚሰጥ ሲሆን ቀስ በቀስ ወደ ደም ስር በመግባት ፅንስን ይከላከላል። Depo Provera® እና Depo Provera® የሚባሉ ሁለት የDMPA የንግድ ስሞች በኣውስትራሊያ ውስጥ ይገኛሉ።



DMPA የሚሰራው በሚከተለው መንገድ ነው፤

- እንቁላል ማኩረትን በማዘግየት (እንቁላሉ ከእንቁላል እጢ ሲወጣ)
- በህፅናገት(cervix) ውስጥ የሚገኘውን ንፋጭ (የሚያጣብቅ ፈሳሽ) በማወፈር ነባዘር (የወንድ የዘር ፍሬ) ወደ ማሕፀን ውስጥ እንዳይገባ በመከልከል
- የማሕፀን የውስጠኛው ሽፋን ላይ ለውጥ በማምጣት ፅንሱ እንዳይመቸው በማድረግ ነው።

DMPA በግል ሃኪምዎ ወይም በክዊስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒኮች ትእዛዝ ማግኘት ይችላሉ።

ተቀባሪ የወሊድ መከላከያ – Implanon®

Implanon® ትንሽ መተጣጠፍ የሚችል ዘንግ ሲሆን በላይኛው የእጅ ክንዳችን ከቆዳ ስር ይቀበራል። ኣንዴ ከተቀበረ በሁዋላ ፕሮጀስቶጅን የተባለውን (በእንስት ኣካል ከሚመነጨውና ከፕሮጀስትሮን ከሚባለው እድገ ንጥር ጋር ተመሳሳይ የሆነ) በዝግታ ወደ ደም ስር እየለቀቀ ለሶስት ዓመታት ያህል እርግዝናን ይከላከላል።

Implanon® የሚሰራው በሚከተለው መንገድ ነው፤

- እንቁላል ማኩረትን በማዘግየት (እንቁላሉ ከእንቁላል እጢ ሲወጣ)
- በህፅናገት (cervix) ውስጥ የሚገኘውን ንፋጭ (የሚያጣብቅ ፈሳሽ) በማወፈር ነባዘር (የወንድ የዘር ፍሬ) ወደ ማሕፀን ውስጥ እንዳይገባ በመከልከል
- የማሕፀን የውስጠኛው ሽፋን ላይ ለውጥ በማምጣት ፅንሱ እንዳይመቸው በማድረግ ነው።

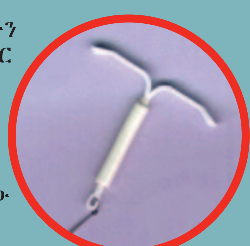
Implanon® በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒኮችና Implanon® በመቅበሩና በማስወጣቱ ልዩ ስልጠና የወሰዱ ሌሎች ሃኪሞችና ልዩ የማህፀን ሃኪሞች ዘንድ ኣገልግሎቱን ማግኘት ይቻላል።

በማሕፀን ውስጥ የሚቀመጥ ፕሮጀስትሮን የሚረጭ መሳሪያ – Mirena®

Mirena® ይህ መሳሪያ ከፕላስቲክ የሚሰራና የ ፐ ቅርጽ ያለው ነው። በውስጡም በረጅም ጊዜ ውስጥ የሚረጨውን ፕሮጀስትሮን የሚባለውን እድገ ንጥር ይይዛል። መሳሪያው በማህፀን ውስጥ ተቀምጦ ፕሮጀስትሮኑን እየረጨ ለኣምስት ዓመታት ያህል እርግዝናን ይከላከላል።

Mirena® የሚሰራው በሚከተለው መንገድ ነው፤

- በህፅናገት (cervix) ውስጥ የሚገኘውን ንፋጭ (የሚያጣብቅ ፈሳሽ) በማወፈር ነባዘር (የወንድ የዘር ፍሬ) ወደ ማሕፀን ውስጥ እንዳይገባ በመከልከል
- የማሕፀን የውስጠኛው ሽፋን ላይ ለውጥ በማምጣት ፅንሱ እንዳይመቸው በማድረግ ነው።



Mirena® በክዊንስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒኮች ልዩ የማህፀን ሃኪሞችና ሌሎች ሃኪሞች ዘንድ ይገኛል።

በማህፀን ውስጥ የትቀመጥ ከመዳብ የተሰራች የወሊድ መከላከያ መሳሪያ (IUD)

IUD የምትባለው በማህፀን ውስጥ የምትገባ ኣንስተኛ መሳሪያ ናት። በኣውስትራሊያ ውስጥ the Multiload Cu 375® እና Copper T 380A® . የሚባሉ ሁለት ዓይነትIUD ዎች ኣሉ። ሁለቱም መሳሪያዎች በቅደም ተከተል ለ5 ወይም ለ8 ዓመታት ያህል ያገለግላሉ። ሁለቱም ከፕላስቲክና ከመዳብ የተሰሩ ናቸው።

IUD የሚሰራው፤

- የወንዱ የዘር ፍሬ በማህፀን በኩል ኣልፎ የሴቷን እንቁላል እንዳያለማና ጽንስ እንዳይፈጠር ይከላከላል
- የለማ እንቁላል ካለም በተገቢው ቦታ በማረፍ ፅንሱ እንዳይቀጥል ይከላከላል።

IUD በክዊስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ ክሊኒኮች (FPQ)፣ በኣንዳንድ ዶክተሮችና የማህፀን ስፔሻሊስቶች እንዲሁም የፅንስ ኣገልግሎት ከሚሰጡ ክሊኒኮች ማግኘት ይቻላል።

ኮንዶሞች – የወንድና የሴት

የወንዶች ኮንዶም polyurethane ከሚባል ለስላሳ የፕላስቲክ ቁስ የሚሰራና በግብረ ስጋ ግንኙነት ጊዜ ወደ ሴት ብልት ወይም ወደ ፊንጢጣ ወይም ወደ ኣፍ ከማስገባት በፊት በቆመ የወንድ ብልት የተጠቀለለውን ኮንዶም በመፍታት ወደ ወንዱ ብልት የሚገባ መሳሪያ ነው።

የሴት ኮንዶም ከ polyurethane የሚሰራና 15 ሴ. ሜ ርዝማኔ ያለው በፆታዊ ግንኙነት ጊዜ ወደ ሴቷ ብልት ውስጥ የሚገባ መሳሪያ ነው።

ኮንዶሞች የሚያገለግሉት፤

- የሰውነት ውስጥ ፈሳሾች ማለትም የወንድ የዘር ፈሳሽና ከሴቷ ብልት የሚወጣው ፈሳሽ ከኣንዱ ወደ ሌላው እንዳይተላለፍ ቁሳዊ መከላከያ በመሆን ነው። እነዚህ ኮንዶሞች የሚያገለግሉት ለኣንድ ጊዜ ብቻ ነው ።

ያስታውሱ...

ሌላ የእርግዝና መከላከያ ዘዴ ተጠቃሚ ቢሆኑም፤ ላልታሰበ እርግዝናም ሆነ በፆታ ግንኙነት ኣማካኝነት ከሚተላለፉ በሽታዎች (STIs) መከላከል የሚችለው ኮንዶም ብቻ ነው።

የወንድ ኮንዶሞች በ FPQ ክሊኒኮች፣ መድሃኒት ቤቶች ፣ በገበያ ኣዳራሾችና በመሸጫ ማሺኖች ይገኛሉ። በተለያዩ ቅርፆች፣ መዓዛዎች፣ ጥራቶች፣ መጠኖችና ቀለሞችም ይገኛሉ።

የሴት ኮንዶሞች በበክዊስላንድ የቤተሰብ ምጣኔ (FPQ) ክሊኒኮችና በኣንዳንድ ፆታዊ የጤና ኣገልግሎቶች ይገኛሉ።