







Metòd Planin San Preskripsyon

Metòd	A ki pwen li fè travay li ?	Kòman Pou Sèvi avè l?	Avantaj	Enkonvenyan
<p>Kapòt Pou Gason (Latèks oswa Polyurethane)</p> 	Soti nan 85 pou rive nan 98 pou 100	<p>Itilize yon nouvo kapòt chak fwa w ap fè bagay.</p> <p>Roule kapòt la sou pijon an lè l rèd epi kite espas nan pwent la pou kenbe dechay la.</p> <p>Aprè sèks, pandan w kenbe elastik kapòt la rale l soti avan pijon an vin mou.</p> <p>Itilize yon kapòt polyurethane si nonm nan oswa fanm nan fè alèji ak latèks (poud ki konn nan gan ak kapòt)</p>	<p>Yo ka achte l nan plizyè boutik</p> <p>Kapab antre nan sa ki rele fè jwèt seksyèl/fè aksyon tankou bo, manyen moun nan avan w fè bagay</p> <p>Kapab anpeche ejakilasyon bonè</p> <p>Pwoteje kont Viris Maladi Sida ak lòt Enfeksyon Moun Trape Nan Fè Bagay yo</p> <p>Yo ka itilize l pandan y' ap bay tete</p>	<p>Kapab diminye sansasyon</p> <p>Kapab lakoz moun nan pèdi bann</p> <p>Kapab chire oswa glise soti</p>
<p>Kapòt Pou Fanm (Polyurethane)</p> 	Soti nan 79 pou rive nan 98 pou 100	<p>Itilize yon nouvo kapòt chak fwa w ap fè bagay.</p> <p>Antre kapòt la nan bouboun nan.</p> <p>Sèvi ak plis librifyan si gen bezwen</p>	<p>Yo ka achte l nan plizyè boutik</p> <p>Kapab antre nan sa ki rele fè jwèt seksyèl/fè aksyon tankou bo, manyen moun nan avan w fè bagay</p> <p>Bon pou moun ki fè alèji ak latèks (poud ki konn nan gan ak kapòt)</p> <p>Pwoteje kont Viris Maladi Sida ak lòt Enfeksyon Moun Trape Nan Fè Bagay yo</p> <p>Yo ka itilize l pandan y' ap bay tete</p>	<p>Kapab fè bri</p> <p>Kapab difisil pou yo mete l</p> <p>Kapab glise soti kite plas la pandan sèks la</p>
<p>Espèmisid (pwodwi pou touye jèm gason) Krèm, jèl, eponj, mous, bagay yo antre (inserts), fim, sipozitwa</p> 	Soti nan 71 pou rive nan 85 pou 100	<p>Itilize plis espèmisid chak fwa w ap fè bagay</p> <p>Antre espèmisid la byen fon nan bouboun nan yon ti tan tou kout avan ou fè bagay.</p> <p>Ou kapab sèvi avèk kapòt (pou pwoteje w kont Viris Maladi Sida a ak Enfeksyon Moun Trape nan Fè Bagay).</p>	<p>Yo ka achte l nan plizyè boutik</p> <p>Kapab antre nan sa ki rele fè jwèt seksyèl/fè aksyon tankou bo, manyen moun nan avan w fè bagay</p> <p>Vini sou plizyè fòm</p> <p>Yo ka itilize l pandan y' ap bay tete</p>	<p>Kapab ogmante ris pou w pran Viris Maladi Sida a ak Enfeksyon Moun Trape nan fè bagay</p> <p>Kapab irite bouboun oswa pijon</p> <p>Krèm, jèl, ak mous kapab fè salte</p> <p>Pa pwoteje kont Viris Maladi Sida oswa Enfeksyon Moun Trape Nan Fè Bagay yo</p>

Metòd	A ki pwen li fè travay li ?	Kòman Pou Sèvi avè l?	Avantaj	Enkonvenyan
<p>Wete pijon avan ejakilasyon Rale soti</p>	<p>Soti nan 73 pou rive nan 99 pou 100</p>	<p>Rale pijon an soti nan bouboun nan avan ejakilasyon (sa vle di, avan gason an voye). Li mache pi byen si gason an pipi avan sèks la.</p>	<p>Pa koute anyen Yo ka itilize l pandan y' ap bay tete</p>	<p>Mwens plezi pou kèk moun Li pa mache si gason an pa ka retire pijon an a lè. Pa pwoteje kont Viris Maladi Sida oswa Enfeksyon Moun Trape Nan Fè Bagay yo Dwe sispann sèks la</p>
<p>Rit Planin Familyal Natirèl Konnen Lè W Ka Ansent</p> 	<p>Soti nan 75 pou rive nan 88 pou 100</p>	<p>Prevwa jou w ka ansent yo nan: 1. pran tanperati chak jou; 2. tcheke glè nan bouboun nan pou wè si gen chanjman; AK/OSWA 3. kenbe yon orè règ ou yo. Li mache pi byen si w sèvi ak plis pase youn nan sa yo. Evite fè bagay oswa sèvi ak kapòt/espèmisid pandan jou w ka ansent yo. Pou tout enstriksyon: http://www.americanpregnancy.org/preventingpregnancy/fertilityawarenessNFP.html</p>	<p>Pa koute chè Yo ka itilize l pandan y' ap bay tete</p>	<p>Ou dwe sèvi ak yon lòt metòd nan jou w ka ansent yo Mache pi byen si w gen sik (règ) regilye Anpil bagay pou sonje ak metòd sa a Pa pwoteje kont Viris Maladi Sida oswa Enfeksyon Moun Trape Nan Fè Bagay yo</p>
<p>Bay Tete (Pa gen règ) Metòd Règ Pa Vini Lè W Ap Bay Tete (Lactation Amenorrhea Method: LAM)</p> 	<p>Soti nan 95 pou rive nan 98 pou 100</p>	<p>Bay tete pou pi piti chak 4 èdtan pandan Jounen an. Bay tete pou pi piti chak 6 èdtan pandan nwit la. Ou dwe bay tete sèlman—pa bay bibwon, lèt nan mamit oswa manje. Mache sèlman jiskaske: 1. fanm nan gen premye règ li OSWA 2. 6 mwa apre akouchman (nenpòt ladan yo ki rive avan).</p>	<p>Pa koute anyen</p>	<p>Ou dwe bay tete sèlman: ou pa ka sèvi ak lèt nan mamit oswa manje tibebe Ou dwe bay tete souvan Pa pwoteje kont Viris Maladi Sida oswa lòt Enfeksyon Moun Trape Nan Fè Bagay yo</p>
<p>Planin An Ijans [Levonorgestrel , "Morning After" Pill (Grenn Maten Apre Sèks)]</p> 	<p>Soti nan 59 pou rive nan 94 pou 100</p>	<p>Mache pi byen lè w pran l pi bonè apre w fin fè bagay san proteksyon Pran grenn nan (yo) pi bonè ke w kapab apre w fin fè bagay san proteksyon Ou ka pran Planin An Ijans la (EC) jiska 5 jou apre w fin fè bagay san proteksyon</p>	<p>Yo ka itilize l pandan y' ap bay tete Li disponib nan famasi yo, sant sante yo oswa nan klinik moun k' ap bay swen sante (doktè) yo: Rele avan pou wè si yo genyen l. Fanm ki gen 17 an oswa pi gran yo kapab achte Planin An Ijans la san yon preskripsyon</p>	<p>Kapab lakoz vant fè mal oswa kè plen Pwochen règ la kapab vini bonè oswa ta. Kapab lakoz degout san Pa pwoteje kont Viris Maladi Sida oswa lòt Enfeksyon Moun Trape Nan Fè Bagay yo Fi ki gen pi piti pase 17 an bezwen yon preskripsyon Kapab koute anpil kòb</p>