



اختيار وسيلة منع الحمل المناسبة لي ican!

يمكن لأي شخص يزيد عمره عن 12 عامًا في ولاية إلينوي الحصول على وسائل منع الحمل وفحص الأمراض المنقولة جنسيًا من تلقاء نفسه. اطلب من مقدم الرعاية الصحية لك مساعدتك في العثور على الطريقة المناسبة لك.

الوسائل الهرمونية

وسائل تتخذ مخاط علق الرحم و/ أو تمنع التبويض	حبوب منع الحمل	لاصقة منع الحمل	الحقنة المهبلية لمنع الحمل	الحقنة	اللؤلؤ الرحمي البروجستيني	عُرْسَة منع الحمل
فعال نسبة 91%	فعال نسبة 91%	فعال نسبة 91%	فعال نسبة 91%	فعال نسبة 94%	فعال نسبة 99%	فعال نسبة أكبر من 99%
في الوقت نفسه كل يوم	أسبوعيًا على مدار 3 أسابيع، ولا تُستخدم لاصقة منع الحمل في الأسبوع الرابع.	ارتديها لمدة ثلاثة أسابيع، وانزعها في الأسبوع الرابع.	تؤخذ كل ثلاثة شهور	تؤخذ لمدة 3 سنوات ويمكن إزالتها لاحقًا	تؤخذ لمدة 5 سنوات ويمكن إزالتها لاحقًا	تؤخذ لمدة 5 سنوات ويمكن إزالتها لاحقًا
تؤخذ مرتين يوميًا عن طريق الفم	توضع على الظهر والمؤخرة والبطن. لا يُد من وجود وصفة طبية.	تُدخل في أي مكان في المهبل (مثل السدادات القطنية)، ولا يُد من وجود وصفة طبية.	حقن في الزراع أو العضل أو البطن بحقنها مقدم الرعاية في الغالب.	يغرسها مقدم الرعاية في الرحم عن طريق علق الرحم.	يغرسها مقدم الرعاية في الجلد في أعلى الذراع.	يغرسها مقدم الرعاية في الجلد في أعلى الذراع.
مزيج من (الإستروجين + البروجستين) أو البروجستين	إستروجين + بروجستين	إستروجين + بروجستين	بروجستين	بروجستين	بروجستين	بروجستين
تقليل متلازمة ما قبل الحيض والتشنجات والنزيف وحب الشباب. تقلل من خطر الإصابة بسرطانات الثدي.	تقليل متلازمة ما قبل الحيض والتشنجات والنزيف وحب الشباب. تقلل من خطر الإصابة بسرطانات الثدي.	تقليل متلازمة ما قبل الحيض والتشنجات والنزيف وحب الشباب. تقلل من خطر الإصابة بسرطانات الثدي.	تقليل متلازمة ما قبل الحيض والتشنجات والنزيف وحب الشباب. تقلل من خطر الإصابة بسرطانات الثدي.	علاج الألم الشديد والنزيف المؤلم. خفض أو وقف النزيف بعد مرور عدة أشهر.	خفض أو وقف النزيف بعد مرور عدة أشهر.	خفض أو وقف النزيف بعد مرور عدة أشهر.
غثيان وآلم في الثدي في البداية.	غثيان وآلم في الثدي في البداية. لون واحد - بيج.	غثيان وآلم في الثدي في البداية. لون واحد - بيج.	غثيان وآلم في الثدي في البداية. لون واحد - بيج.	قد تؤثر هذه الوسيلة على الشهية. قد يحدث نزيف غير منتظم وتقيع دم في البداية.	نزيف غير متوقع في البداية. وقد يتسبب الإدخال في حدوث تقلصات شديدة.	شروع ظهور بقع غير متوقعة وآلم خفيف عند الإدخال.
*حبوب البروجستين فقط. حبوب (Opills) متاحة بدون وصفة طبية عام 2024	هرمونات تُفرز من خلال ضمادة لاصقة، قد تهيج الجلد.	هرمونات تُفرز من خلال ضمادة لاصقة، قد تهيج الجلد.	هرمونات تُفرز من خلال ضمادة لاصقة، قد تهيج الجلد.	يكون وقت العودة إلى الخصوبة الطبيعية أطول.	فعال مثل وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ خلال 5 أيام من ممارسة الجنس بدون حماية.	غير مرئية للآخرين ولكن يمكنك الشعور بها.

الوسائل غير الهرمونية

وسائل تمنع الحيوانات المنوية من السباحة إلى البويضة	الواقي الذكري الخارجي أو الداخلي	تحاميل (لبوس) هلامية مهبلية	العرزل أو الانسحاب	التوعية بالخصوبة	العازل المهبلي/الأنثوي وغطاء علق الرحم والإسفنج	اللؤلؤ الرحمي النحاسي
فعال نسبة 79%-85%	فعال نسبة 93%	فعال نسبة 78%	فعال نسبة 78%	فعال نسبة 76-88%	فعال نسبة 88-71%	فعال نسبة أكبر من 99%
في كل مرة يحدث فيها اتصال جنسي	في كل مرة يحدث فيها اتصال جنسي	في كل مرة يحدث فيها اتصال جنسي	في كل مرة يحدث فيها اتصال جنسي	يوميًا عبر تطبيق تتبع أو التقويم	في كل مرة يحدث فيها اتصال جنسي، وأثناء ممارسة الجنس وبعد الممارسة بضع ساعات	تؤخذ لمدة 12 سنة ويمكن إزالتها لاحقًا
يتم لفه على القضيب المنتصب أو إدخاله في المهبل	ضع الجل داخل المهبل مباشرة أو حتى قبل كل اتصال جنسي بساعة واحدة	سحب العضو الذكري قبل القذف	سحب العضو الذكري قبل القذف	التتبع اليومي لدرجة الحرارة والمخاط المهبلي والدورة الشهرية	يُدخل في المهبل لتغطية علق الرحم	يغرسها مقدم الرعاية في الرحم عن طريق علق الرحم
الطريقة الوحيدة التي تمنع الإصابة بفيروس نقص المناعة البشرية (الإيدز)/الأمراض المنقولة جنسيًا. يمكن استعمال هذه الوسيلة مع وسيلة أخرى لمضاعفة الحماية.	فعالية فورية عندما تحتاجين إليها فقط. يُستخدم كمادة مزلفة. يمكن استعمال هذه الوسيلة مع وسيلة أخرى للاحتياط.	لا تؤثر هذه الوسيلة على دورتك الشهرية. يمكن استعمال هذه الوسيلة في أي وقت إذا كان شريك متعاون.	لا تؤثر هذه الوسيلة على دورتك الشهرية. يمكن استعمال هذه الوسيلة في أي وقت إذا كان شريك متعاون.	لا تؤثر هذه الوسيلة على دورتك الشهرية. وسيلة جيدة لتتبع الإباضة إذا كنت تحاولين الحمل.	لا تؤثر هذه الوسيلة على دورتك الشهرية ويمكن استخدامها لعدة سنوات دون استبدال.	لا تؤثر هذه الوسيلة على دورتك الشهرية. يمكن استعمال هذه الوسيلة مع راحة أو حل ميند النطاف الذي قد يبيح المهبل.
يجب إزالته بعناية بعد كل استخدام. أضيف المزلق لتجنب التمزق.	تتطلب إدخال الجل مع كل عملية قذف. قد تسبب حرقه/ حكة خفيفة عند الاستعمال لأول مرة.	تتطلب إدخال الجل مع كل عملية قذف. قد تسبب حرقه/ حكة خفيفة عند الاستعمال لأول مرة.	تتطلب إدخال الجل مع كل عملية قذف. قد تسبب حرقه/ حكة خفيفة عند الاستعمال لأول مرة.	يجب أن تكون الدورة الشهرية منتظمة. عدم ممارسة الجنس (أو استخدام الواقي الذكري) خلال أيام الخصوبة العالية.	يجب استخدامه مع راحة أو حل ميند النطاف الذي قد يبيح المهبل.	قد يزيد من التقلصات والنزيف. فعال مثل وسائل منع الحمل في حالات الطوارئ خلال 5 أيام من ممارسة الجنس بدون حماية.

منع الحمل في حالات الطوارئ

حبة الصباح التالي للجماع

نوعان: (1) الخطة ب (لها عدة أسماء) متوفرة بدون وصفة طبية لأي عمر. (2) Ella لا يُد من وجود وصفة طبية وهي الوسيلة الأفضل إذا كان الوزن أكثر من 155 رطلاً. وقد تسبب الغثيان وعدم انتظام الدورة الشهرية. تناولها في أسرع وقت ممكن خلال 5 أيام بعد ممارسة الجنس بدون حماية.

اللؤلؤ

اللؤلؤ النحاسي أو البروجستيني أكثر فعالية من حبوب منع الحمل. يجب أن يتم الإدخال في أسرع وقت ممكن في غضون خمسة أيام من ممارسة الجنس بدون حماية. توفر هذه الوسيلة تنظيم النسل لمدة 8-12 سنة بعد استخدامها كوسيلة طارئة لمنع الحمل.

الوسائل الدائمة

قطع القنوات المنوية: فعالة بنسبة أكبر من 99%

إجراء يتم دون جراحة في العيادة لقطع القناة المنوية دون الحاجة إلى خياطة. ويحدث القذف الطبيعي للحيوانات المنوية بعد عدة أشهر من الإجراء. يتم هذا الإجراء تحت التخدير الموضعي ويلزم راحة يومين للتعافي.

ربط قناتي فالوب (ربط البوق): فعال بنسبة أكبر من 99%

إجراء جراحي عن طريق السرة مع إجراء شقين صغيرين في المستشفى لقطع أو إزالة قناتي فالوب. يتم هذا الإجراء تحت التخدير العام ويلزم راحة أسبوعين للتعافي.

