

## Maksuton ehkäisy alle 20v siuntioilaisille nuorille

Alle 20 vuotiailla on mahdollisuus saada ilmainen ehkäisy (tietyt pillerimerkit, kierukka, rengas, kapseli tai kondomi).

### Ehkäisyn maksuttomuus ei korvaa neuvontaa ja edellyttää seurantaa

Ehkäisyn aloittamiseen kuuluu aina seksuaalikasvatuksen antaminen sekä turvalliseen ja vastuulliseen seksikäyttäytymiseen ohjaaminen.

Maksuttoman ehkäisyn käyttö edellyttää säännöllistä seurantaa ehkäisyneuvolassa tai kouluterveydenhoitajalla.

### Ehkäisyneuvola ja kouluterveydenhuolto

Lisätietoja maksuttomasta ehkäisystä voi kysyä ehkäisyneuvolasta sekä kouluterveydenhuollosta, jossa kouluterveydenhoitaja voi ylilääkärin ohjeiden mukaan tehdä ehkäisytablettien aloitukseen liittyvän haastattelun ja aloittaa ehkäisyn nuorelle. Nuoret, jotka eivät kuulu kouluterveydenhuollon piiriin, voivat ottaa yhteyttä ehkäisyneuvolaan.

### Nuoren ehkäisy

Yhdistelmäehkäisyvalmisteet (ehkäisytabletti, ehkäisyrengas tai kierukka) ovat nuorten ehkäisyn ensisijainen vaihtoehto.

Yhdistelmäehkäisyvalmisteiden tärkeimmät edut ovat hyvä ehkäisyteho, kuukautiskierron säännöllistyminen, PMS-oireiden ja kuukautiskipujen lievittyminen useimmilla sekä valmisteiden hyvä vaikutus ihoon (akne).

Nuorella yhdistelmäehkäisyvalmisteen käyttäjällä on erittäin pieni vakavien verisuonisairauksien riski, ellei hänellä ole periytyvää laskimotukostaipumusta.

Jos yhdistelmäehkäisyvalmisteet eivät sovi (migreeni, laskimotukostaipumus tms), vaihtoehtona on pelkkää keltarauhashormonia sisältävä valmiste (minipillerit tai ehkäisykapseli).

### Ehkäisy on kahden kauppa

Hormonaalinen ehkäisy oikein käytettynä estää hyvin raskauden, muttei suojaa sukupuolitaudeilta. Kondomin käyttö hormonaalisen ehkäisyn rinnalla on suositeltavaa uusien kumppanien tai satunnaisten suhteiden kanssa.

Seksuaalisuudesta voit lukea lisää:

<http://www.vaestoliitto.fi/seksuaalisuus/>

<http://www.sexpo.fi>

<http://www.seta.fi>

### Yhteystiedot

#### EHKÄISYNEUVOLA

Terveystoimittaja

Taina Kauppinen-Karlsson

p. 044 386 1539 (puhelinaika 12-13)

Charlotta Lönnqvistintie 5

02580 Siuntio

#### KOULUTERVEYDENHUOLTO

kouluterveydenhoitaja

Anniina Pietilä

p. 044 386 1029

tavoitat myös Wilma-viestillä

AKK parakit rakennus 1A

