



AİLE PLANLAMASI:

Ailelerin istedikleri zamanda ve istedikleri sayıda çocuk sahibi olabilmeleridir.

AİLE PLANLAMASININ HEDEFLERİ:

- İstenmeyen gebeliklerin öne geçebilmek, istenenleri sağlıklı sona erdirebilmek,
- Ailelere istedikleri sayıda çocuk sahibi yapabilmek,
- Gebelikler arasında yeterli zaman aralığı koyabilmek,
- Gebeliğin aile açısından en iyi zaman ve olanaklarda olmasını sağlamak,
- Annenin doğum için en uygun yaşta olmasını sağlamak,
- İnfertil çiftleri çocuk sahibi yapabilmek,
- Cinsel yaşamın sağlıklı sürdürülmesini temin etmektir.

AİLE PLANLAMASI YÖNTEMLERİNİN GEBELİĞİ ÖNLEME DIŞINDAKİ YARARLARI:

Aile planlaması yöntemlerinden özellikle kondom, cinsel yolla bulaşan hastalıklardan kadın ve erkeği korur. Çağımızın en korkulan hastalığı olan AIDS ve diğer enfeksiyonla, servikal erozyon ve kanser, kondom ile önlenir.



AİLE PLANLAMASI HİZMETLERİNİN VERİLDİĞİ KURUM VE KURULUŞLAR:

Türkiye’de aile planlaması hizmetleri, Sağlık Bakanlığı’na bağlı olan sağlık ocakları, ana-çocuk sağlığı ve aile planlaması merkezleri ve hastanelerin yanında devlet hastaneleri, üniversite ve diğer kurum kuruluşlarının hastaneleri ve özel sağlık merkezlerinde verilmektedir. Kamu kuruluşlarında , prezervatif/kondom ve doğum kontrol hapları ücretsiz dağıtılmakta, rahim içi araç(RİA) ücretsiz ya da çok düşük bir ücret karşılığında uygulanmaktadır



DOĞAL KORUNMA YÖNTEMLERİ:

- **TAKVİM YÖNTEMİ:** Yirmi sekiz günde bir adet gören bir kadının yumurtlaması 14.günde olur. 14.günün 3 gün öncesi ve 3 gün sonrası tehlikeli dönemdir. İşte bu dönemde cinsel ilişkide bulunmamasına denir.
- **GERİ ÇEKME(DIŞARI BOŞALMA):** Cinsel ilişki sırasında, erkeğin dışarı boşalmasıdır.

BARIYER METODLARI:

- **Prezervatif(kondom,kılıf):** Erkekler tarafından kullanılmak üzere bir kılıf.
- **Spemisitler :** Kadının vajinasına konularak uygulanan jel, fitil ve köpüren tablettir.
- **Rahim İçi Araç:** Rahim içine yerleştirilen küçük bir araçtır. Döllenmeyi önler.
- **Diyafram:** Rahim ağzını örten kubbe şeklindeki bir araçtır.
- **Kadın Kondomu:** Sperm hücrelerinin rahme geçmesini engeller.

HORMONAL METODLAR:

- **Doğum kontrol hapları:** Kadında yumurtlama ve döllenmeyi engeller.
- **Aylık İğne:**
- **Üç Aylık İğne:**
- **Deri Altı Kapsülleri(norplant):** Kolun iç kısmına yerleştirilen ve kibrit çöpü büyüklüğündeki çubuklardır. Yumurtlama ve döllenmeyi önler.

CERRAHİ STERİLİZASYON:

- **Kadında Sterilizasyon:** Artık çocuk istemeyen çiftlerde, kadınların yumurtalık kanallarının/tüplerin ameliyatla bağlanmasıdır.
- **Erkekte Sterilizasyon(vazektomi):** Artık çocuk istemeyen çiftlerde erkeklerin sperm kanallarının bağlanmasıdır.

